



# COMUNICADO

DEPARTAMENTO DE LA FAMILIA

## IMPORTANTES CONSEJOS PARA EVITAR GOLPES DE CALOR ESTE VERANO

*El Departamento de la Familia exhorta a seguir recomendaciones para los niños, niñas, adultos mayores y mascotas, que pudieran evitar tragedias este verano*

**(SAN JUAN, PUERTO RICO – 13 de julio de 2025)** – La secretaria del Departamento de la Familia (DF), Suzanne Roig Fuertes, hizo un llamado a toda la población a estar alerta a las diversas maneras en que podemos ocuparnos de que nuestros niños, niñas, adultos mayores y nuestras mascotas -que son parte de los hogares- estén protegidos del intenso calor que estamos sintiendo y se seguirá experimentando por los próximos meses. El DF ha preparado una guía, publicada en todas nuestras redes sociales, y que compartimos aquí en favor del bienestar de todos durante el intenso verano.

Parte de las recomendaciones incluyen:

- Usar ropa ligera, de colores claros
- Utilizar gorras, sombreros o accesorios similares
- Mantenerse hidratado evitando las bebidas alcohólicas, con cafeína o demasiado azucaradas
- Utilizar protector solar incluyendo protección labial
- Evitar productos fotosensibles, como los perfumes a base de alcohol
- Proteger los ojos con gafas
- Evitar hacer ejercicios al aire libre o en lugares poco ventilados entre las 9am y 4pm
- NO dejar a menores, ancianos o mascotas dentro de los carros; también verificar que no entren a los vehículos y se queden encerrados allí, sin que usted pueda darse cuenta
- Manténgase y mantenga a los menores, adultos mayores y mascotas en lugares frescos, hidratados y, si es posible, junto a abanicos o aire acondicionado

“El bienestar de aquellos que no tienen oportunidad de discernir qué hacer y dónde ubicarse para no sufrir un golpe de calor, es responsabilidad de todos. Debemos estar siempre pendientes a los menores, adultos mayores y mascotas antes de que pudiera presentar síntomas de un golpe de calor que, en algunos casos, puede llegar a ser mortal.

Evitemos tragedias y pasemos un verano en bienestar, salud y alegría”, expresó la titular del Departamento de la Familia.

Para más información pueden comunicarse con las líneas de orientación y apoyo familiar al 787-977-8022 ó, el 1-888-359-7777. Las líneas para reportar cualquier maltrato son 787-749-1333 ó, el 1-800-981-8333.

###