

CAMBIO CLIMÁTICO Y CALOR EXTREMO



Lo que deben saber los residentes de Long Beach

Long Beach está experimentando olas de calor más intensas, prolongadas y frecuentes debido al cambio climático. El calor extremo es un grave problema de salud pública; estar informado y preparado puede ayudarle a protegerse a sí mismo y a su comunidad.

¿Qué está cambiando en Long Beach?



Más días con temperaturas superiores a los 95 °F, especialmente en las zonas del interior.



Noches más cálidas, lo que dificulta que el cuerpo se enfríe.



Mayor riesgo de incendios forestales y mala calidad del aire.

Cómo le afecta esto



Los niños, las personas embarazadas, los adultos mayores, los atletas y los trabajadores al aire libre son los que corren mayor riesgo de enfermarse por el calor.



El calor puede empeorar las enfermedades crónicas y aumentar las visitas a urgencias.



La mala calidad del aire y el calor extremo pueden afectar a la salud mental y al bienestar.

Qué puede hacer



Consulte diariamente el pronóstico del tiempo y el índice de calidad del aire.



Conozca los síntomas de las enfermedades relacionadas con el calor y actúe de inmediato.



Utilice los centros de refrigeración y comparta información con sus vecinos.



Notifique sobre infraestructuras sobrecalentadas, como carreteras deformadas o cortes de electricidad.

Manténgase conectado e informado



Regístrese para recibir alertas de emergencia en longbeach.gov/alerts.



Siga a la ciudad en las redes sociales para obtener información actualizada en tiempo real.



Comparta consejos de seguridad para el calor con su comunidad.

Planifique para el futuro



Apoye los espacios verdes y la infraestructura de refrigeración en su barrio.



Aprenda formas de reducir su huella de carbono y apoyar prácticas sostenibles para proteger el medio ambiente.



Participe en talleres comunitarios e iniciativas de planificación para la resiliencia climática.