



Central Racine County
Health Department
10005 Northwestern Avenue
Franksville, WI 53126
Phone: (262) 898-4460
Fax: (262) 898-4490
*(Caledonia, Dover, Mt. Pleasant, North Bay, Norway,
Raymond, Rochester, Sturtevant, Union Grove,
Yorkville, Town and Village of Waterford, Town and
City of Burlington)*

City of Racine
Public Health Department
730 Washington Avenue
Racine, WI 53403
Phone: (262) 636-9201
Fax: (262) 636-9564
(City of Racine, Elmwood Park and Wind Point)



For Immediate Release

CONTACT

Margaret Gesner
Phone: (262) 898-4460

July 15, 2019

HEALTH OFFICIALS URGE CAUTION DURING PROJECTED HEAT WAVE

The health departments of Racine County urge residents to protect themselves from heat-related illness. This week, hot and humid conditions will result in heat index rising above 100 degrees. Most heat-related illnesses involve the elderly or individuals who have chronic illnesses, but also at risk are children, athletes and outdoor workers.

"We ask everyone to take precautions to avoid heat exhaustion, and to check on their family, friends and neighbors who may be especially vulnerable to extreme heat," said Margaret Gesner, Health Officer of Central Racine County Health Department. Dottie-Kay Bowersox, Public Health Administrator for the City of Racine Public Health Department says, "Infants, young children, older adults and people with chronic disease have a tougher time regulating their body temperature. Please help them stay cool and hydrated."

Heat-related risks include:

- **Heat Cramps**
This includes muscular pains and spasms resulting from heavy exertion. These symptoms are often the first signal that the body is suffering from excessive heat.
- **Heat Exhaustion**
This includes fainting, rash, fatigue, and nausea. Skin may become clammy and moist.
- **Heat/Sun Stroke**
This is a life-threatening condition. Symptoms include: hot, dry skin, the absence of sweat, nausea, confusion, and unconsciousness.

To prevent risks from excessive heat, individuals should do the following:

- **Seek air-conditioning:** If your home does not have air-conditioning, seek areas that do during the warmest period of the day.
- **If you must stay in a home without air-conditioning,** stay on the lowest floor out of the sunshine.
- **Avoid strenuous activities:** This is particularly true during the hottest time of the day. Individuals who perform strenuous work during the heat of the day are especially at risk.
- **Wear light-weight, light-colored clothing:** Light colors reflect the sun's rays better than dark colors, which absorb the heat. Protect the face and head with a wide-brimmed hat.
- **Check on family members, neighbors and friends who are vulnerable.** Move them to air-conditioned places if possible.
- **Drink plenty of fluids.** Increase fluid intake even if you are not thirsty.
- **Never leave pets or people, especially children and infants, unattended in cars during a heat wave.**

If heat risks do occur, cool the body as soon as possible, and call 9-1-1 for symptoms of heat stroke.

Please go to the health department websites or visit 211wisconsin.communityos.org for a list of Extreme Heat Cooling Centers in Racine County.

Central Racine County Health Department
10005 Northwestern Ave
Franksville, WI 53126
(262) 898-4460; www.crchd.com

City of Racine Public Health Department
730 Washington Ave
Racine, WI 53403
(262) 636-9201; www.cityofracine.org/health.aspx

###



Central Racine County
Health Department
10005 Northwestern Avenue
Franksville, WI 53126
Phone: (262) 898-4460
Fax: (262) 898-4490

*(Caledonia, Dover, Mt. Pleasant, North Bay, Norway,
Raymond, Rochester, Sturtevant, Union Grove,
Yorkville, Town and Village of Waterford, Town and
City of Burlington)*

City of Racine
Public Health Department
730 Washington Avenue
Racine, WI 53403
Phone: (262) 636-9201
Fax: (262) 636-9564



(City of Racine, Elmwood Park and Wind Point)

For Immediate Release

CONTACTO

Margaret Gesner
Teléfono: (262) 898-4460

15 de Julio, 2019

OFICIALES DE SALUD URGEN PRECAUCIÓN DURANTE LA OLA DE CALOR PROYECATADO

Los departamentos de salud del condado de Racine urgen que los residentes se protejan contra enfermedades relacionadas al calor. Esta semana, las condiciones de calor y humedad resultarán en un índice de calor que subirá mas de 100 grados. La mayoría de las enfermedades relacionadas al calor involucrará a las personas de edad avanzada o individuos con enfermedades crónicas, pero también tendrán riesgo los niños, atletas y trabajadores al aire libre.

“Pedimos que todos tomen precauciones para evitar agotamiento por calor y que chequen a su familia, amigos y vecinos que son especialmente vulnerable al calor extremo,” dice Margaret Gesner, Oficial de Salud para el Departamento de Salud del Condado de Racine Central. Dottie-Kay Bowersox, Administradora de Salud Pública para el Departamento de Salud de la Ciudad de Racine dice, “Infantes, niños pequeños, personas de edad avanzada y gente con enfermedades crónicas tienen más dificultad en regular la temperatura de sus cuerpos. Por favor de ayudarlos a mantenerse frescos e hidratados.”

Riesgos relacionados al calor incluyen:

- Calambres de Calor
- Esto incluye dolores musculares y espasmos resultando por un gran esfuerzo. Estos síntomas son el señal primero que el cuerpo está sufriendo de calor excesivo.
- Agotamiento por Calor
- Esto incluye desmayo, sarpullido, fatiga y náusea. La piel se puede sentir pegajosa y mojada.
- Golpe de Calor/Sol
- Esto es una condición potencialmente mortal. Síntomas incluyen: piel seca y caliente, ausencia de sudor, náusea, confusion e inconsciencia.

Para prevenir los riesgos del calor excesivo, individuos deben hacer lo que sigue:

- Buscar aire acondicionado: Si su hogar no tiene aire acondicionado, buscar lugares que si tienen durante la parte más caliente del día.
- Si se tiene que quedar en su hogar sin aire acondicionado, quedese en el piso más bajo afuera de los rayos del sol.
- Evitar ejercicio extenuante: esto es particularmente importante durante la parte más caliente del día. Individuos que hacen trabajo extenuante durante el calor del día tienen mas riesgos.
- Ponerse ropa ligera con colores claros. Colores claros reflejan los rayos del sol mejor que colores oscuros, que absorban el calor. Protejer su cara y cabeza con una gorra/sombrero de ala ancha.

- Chequear a los miembros de su familia, sus vecinos y amigos que son más vulnerable. Si es posible, muevanlos a un lugar con aire acondicionado.
- Beber muchos líquidos. Aumenten la cantidad de líquidos que se toman aunque no tengan sed.
- Nunca dejar solos a los mascotas o personas, especialmente niños e infants, en vehículos durante una ola de calor.

Si riesgos de calor ocurren, enfríen el cuerpo lo sitimás pronto posible y llamen al 911 para síntomas de un golpe de calor.

Para mas información visite los sitios web de los departamentos de salud o el sitio 211wisconsin.commmunity.org

Departamento de Salud del Condado de Racine Central
10005 Northwestern Ave
Franksville, WI 53126
(262) 898-4460; www.crchd.com

Departamento de Salud de la Ciudad de Racine
730 Washington Ave
Racine, WI 53403
(262) 636-9201; www.cityofracine.org/health.aspx

###