

MANTENTE FRESCO Y MANTENTE CONECTADO

El verano, como todos sabemos, ya ha traído un calor histórico a la ciudad de Nueva York. Y como aún no ha terminado, podemos esperar condiciones similares en las próximas semanas. Días de temperaturas extremas, noches sin alivio y una humedad elevada pueden hacer que incluso las tareas más simples se sientan abrumadoras. Para muchas personas mayores en Nueva York, este tipo de calor no solo es incómodo, sino también peligroso.

En NYC Aging vemos de cerca los efectos del calor extremo en las personas a las que servimos. Por ejemplo, la inseguridad económica puede llevar a que algunas personas mayores apaguen sus aires acondicionados por preocupación por el costo de la electricidad. O condiciones de salud que se agravan cuando las temperaturas aumentan cada día. Sin embargo, las personas mayores no tienen que enfrentar el calor solas. NYC Aging y el liderazgo de la ciudad, incluido el alcalde Mamdani y la vicealcaldesa Dra. Arteaga, han puesto a disposición varios recursos, como centros de enfriamiento, para ayudar durante los períodos más calurosos del día sin costo adicional para las personas mayores.

Durante el fin de semana del 4 de julio, cuando el calor alcanzó temperaturas de más de 100 grados, NYC Aging puso a las personas mayores en el centro de nuestra labor — como siempre hacemos. En los cinco condados, los centros de enfriamiento estuvieron operativos en cientos de centros para personas mayores de NYC Aging. Estos centros ofrecen más que aire



fresco: ofrecen conexión, seguridad y un lugar para descansar durante los días más calurosos de la temporada.

Además, en colaboración con la iniciativa COOL Vans de NYC Health + Hospitals, llegamos a personas mayores que estaban en sus hogares, tenían dificultades de movilidad o vivían en apartamentos sobrecalentados. Estas unidades móviles brindaron recursos de enfriamiento, evaluaciones de bienestar y tranquilidad, así como respuestas rápidas ante síntomas de estrés por calor como sudoración excesiva, fatiga, dolor de cabeza, náuseas o mareos. Estos recursos pueden encontrarse en los quioscos LinkNYC o llamando al 311.

Al inicio de la ola de calor, el alcalde Mamdani y yo visitamos el Centro para Personas Mayores Leonard

Covello en East Harlem para preparar agua fresca con frutas para quienes buscaban alivio. Fue un gesto sencillo que mostró a las personas mayores que nuestro alcalde, el liderazgo de la ciudad, nuestra red de proveedores y el personal de NYC Aging siempre estarán presentes para ellas.

Este mes también destacó otros apoyos simples pero necesarios, como revisar cómo están nuestros vecinos. Una llamada telefónica o un toque en la puerta puede marcar una gran diferencia para alguien que está lidiando con el calor. La orientación de NYC Aging es mantenerse hidratado durante todo el día, mantener el hogar fresco con aire acondicionado o ventiladores cuando sea posible, visitar un centro de enfriamiento si su hogar se vuelve demasiado cálido y comunicarse con alguien que pueda estar pasando dificultades. Llame a Aging Connect al 212 AGING NYC (212 244 6469). Le conectaremos a usted, o a alguien por quien se preocupa, con ayuda en su idioma y en su condado.

Este julio nos llamó a la acción, recordándonos que proteger a las personas mayores de Nueva York requiere vigilancia y compasión. NYC Aging continuará cumpliendo con esa responsabilidad en cada temporada, en cada condado y en cada momen



**NYC Department for the Aging
Commissioner
Dr. Lisa Scott-McKenzie**