



ANEP

CONSEJO
DIRECTIVO
CENTRAL

DIRECCIÓN
DE EDUCACIÓN
DE JÓVENES Y ADULTOS



PRUEBA DE ACREDITACIÓN POR EXPERIENCIA FEBRERO 2024- CON ADECUACIÓN

Nombre _____ CI: _____ Teléfono _____

Lee atentamente el texto y luego realiza las actividades

Alerta por ola de calor

Durante varios días de febrero una masa de aire cálida llegó a nuestro país y generó temperaturas mínimas de 36° C y máximas superiores a 41°C.

Esta ola de calor afecta con más fuerza a los menores de 6 años, a los adultos mayores de 65 años, y a personas con diversas enfermedades crónicas. También perjudica a las personas que realizan trabajo de esfuerzo físico intenso al aire libre.



Las mayores temperaturas se registraron en los departamentos de Artigas, Salto, Soriano y Rivera.

En casos extremos se puede llegar al golpe de calor, que es el sobrecalentamiento del cuerpo debido a las altas temperaturas. El 80 % de las personas que sufren un golpe de calor tienen más de 65 años. En los casos más leves hay calambres, agotamiento, dolor de cabeza, náuseas y/o vómitos, deshidratación con decaimiento intenso, piel seca, boca y/o lengua seca, ojos hundidos, sed intensa.

Para evitar este fenómeno, el Ministerio de Salud Pública recomienda evitar la actividad física y la exposición a los rayos solares en espacios al aire libre entre las 11:00 y las 18:00 horas. Ingerir más líquidos de lo habitual aunque no se tenga sed. Permanecer en el espacio más fresco de la casa. Evitar comidas abundantes y calientes. No abusar de las bebidas alcohólicas. Refrescarse varias veces al día, usar ropa holgada, ligera, de colores oscuros, sombrero, lentes de sol y protector solar.

ACTIVIDADES

1- ¿Quiénes se ven más afectados ante la ola de calor, de acuerdo a lo que se menciona en el texto?

2- ¿Cuáles son los síntomas que presenta una persona afectada levemente?

3- Además de las personas, ¿qué otros seres vivos pueden verse afectados por el impacto de la ola de calor?

4- ¿Qué precauciones debemos de tomar ante una ola de calor?

5-¿Qué temperatura marca este termómetro?

6- Marca en el termómetro cuál fue la temperatura máxima que genera la ola de calor, en febrero.



8- Una persona debe beber al día como mínimo 3 litros de agua. Completa el cuadro con los datos que faltan.

1 día	3 litros
2 días	
4 días	
5 días	
10 días	

8- Señala en el mapa dos de los departamentos mencionados en el texto.

