



PRESS RELEASE

215 SYCAMORE STREET
MUSCATINE, IA 52761
PH. (563) 264-1550

For more information contact:

Kevin Jenison
Communication Manager
Public Information Officer
Muscatine City Hall
(563) 264-1550
kjenison@muscatineiowa.gov

FOR IMMEDIATE RELEASE
AUGUST 21, 2023

KNOW THE WARNING SIGNS OF HEAT ILLNESSES

NWS-Quad Cities has issued an *Excessive Heat Warning* for the Muscatine area

MUSCATINE, Iowa – The National Weather Service-Quad Cities has issued an [Excessive Heat Warning](#) for the Muscatine area until 9 p.m. Wednesday (Aug. 23). An Excessive Heat Watch will be in effect from Wednesday evening through Thursday evening.



Extreme heat and humidity will significantly increase the potential for heat related illnesses, particularly for those working or participating in outdoor activities.

The City of Muscatine advises all residents to know the warning signs and symptoms of heat related illnesses, and know what to do if it occurs to you, a family member, friend, or co-worker. A graphic is available from the CDC on Heat Related Illnesses ([English](#) | [Spanish](#)).

Drink plenty of fluids, stay in an air-conditioned room, stay out of the sun, and check up on relatives and neighbors. Young children and pets should never be left unattended in vehicles under any circumstances.



PRESS RELEASE

215 SYCAMORE STREET
MUSCATINE, IA 52761
PH. (563) 264-1550

ENFERMEDADES RELACIONADAS CON EL CALOR

EN QUÉ SE DEBE FIJAR **QUÉ HACER**

GOLPE DE CALOR

- Alta temperatura corporal (103 °F o más)
- Piel caliente, enrojecida, seca o húmeda
- Pulso acelerado, fuerte
- Color de cabeza
- Maresos
- Náuseas
- Confusión
- Pérdida del conocimiento (desmayos)

- Llame al 911 de inmediato, el golpe de calor es una emergencia médica
- Use una toalla o una sábana a un sitio más fresco.
- Ayude a bajar la temperatura de la persona con paños fríos o caliéntele un baño con agua fría.
- No le dé a la persona nada para beber

AGOTAMIENTO POR CALOR

- Sudor abundante
- Piel fría, pálida, húmeda y pegajosa
- Pulso rápido y débil
- Náuseas o vómitos
- Calambres musculares
- Cansancio o debilidad
- Maresos
- Color de cabeza
- Desmayos

Busque atención médica de inmediato si:

- Tiene vómitos
- Sus síntomas empeoran
- Sus síntomas duran más de 1 hora

CALAMBRES POR CALOR

- Sudor abundante durante ejercicios físicos intensos.
- Dolor o espasmos musculares

Busque atención médica de inmediato si:

- Se presenta todo tipo de actividad física y va a un lugar frío.
- Beba agua o una bebida deportiva
- Espere que los calambres desaparezcan antes de realizar más actividades físicas

QUEMADURAS SOLARES

- Piel dolorida, enrojecida y tibia
- Ampollas en la piel

Busque atención médica de inmediato si:

- Entre el sol hasta que se le cure la quemadura
- Aplique paños fríos en las áreas quemadas por el sol o deje un baño con agua fría
- Aplique loción humectante a las áreas quemadas
- No rompa las ampollas

SARPULLIDO POR CALOR

- Grupos de pequeñas ampollas rojas que se forman en la piel (generalmente en el cuello, el pecho, la ingle o en los pliegues de los brazos)

Busque atención médica de inmediato si:

- Quedese en un lugar fresco y seco
- Mantenga el sarpullido seco
- Use talco (como talco para bebés) para secar el sarpullido

EDC

Take extra precautions if you work or spend time outside.

When possible, reschedule strenuous activities to early morning or evening. Know the signs and symptoms of heat exhaustion and heat stroke. Wear lightweight and loose-fitting clothing when possible. To reduce risk during outdoor work, the Occupational Safety and Health Administration recommends scheduling frequent rest breaks in shaded or air-conditioned environments.

Anyone overcome by heat should be moved to a cool and shaded location.

Heat stroke is an emergency! Call 9 1 1.

###