



PÍLDORA INFORMATIVA

30 • JUNIO 2020



PROTEGE TU SALUD ANTE LAS ALTAS TEMPERATURAS

El calor intenso puede producir o agravar problemas de salud.

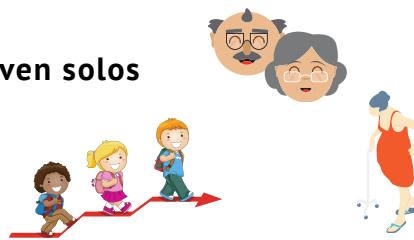
Recuerda:



- ➔ Beber agua con frecuencia
- ➔ Permanecer en los lugares más frescos posibles
- ➔ Evitar actividades en el exterior en las horas más calurosas

Algunas personas tienen mayores riesgos ante el calor, es importante extremar las medidas en estos casos:

- ➔ Personas mayores, especialmente si viven solos
- ➔ Personas dependientes
- ➔ Niños menores de cuatro años
- ➔ Personas con enfermedades crónicas o que toman tratamientos que pueden influir en los efectos del calor (consulte a su médico o enfermera).



¡Y no olvides las medidas de prevención ante el coronavirus!



Es un consejo del



EXCMO. COLEGIO OFICIAL DE ENFERMERÍA
DE CÁDIZ

FUENTES

Consejería de Salud y Familias.
Junta de Andalucía

Ministerio de Sanidad. Gobierno
de España