

[Llaman a prevenir enfermedades durante temporada de calor](#) [1]



SECRETARÍA
DE SALUD



Recomendaciones para evitar el Golpe de Calor



Evita la exposición prolongada a los rayos del sol.



Utiliza protector solar.



Consume suficiente agua o bebidas con electrolitos.



Cubre tu cabeza con gorras, sombrillas o sombreros.



Viste ropa ligera y de colores claros.



Protege tus ojos, utiliza lentes de sol.



Salud Morelos



SSM_Morelos



salud.morelos.gob.mx

[2]

Piden evitar automedicación y acudir a la unidad de salud ante presencia de síntomas para evitar complicaciones

Ante el aumento en la temperatura que se ha registrado en el estado durante los últimos días, llegando hasta los 41°C en algunas localidades de la región sur, la Secretaría de Salud hace un llamado a la población para prevenir padecimientos.

Marco Antonio Cantú Cuevas, secretario de Salud, señaló que el aumento en las enfermedades diarreicas agudas es común durante la temporada, por lo que recomendó lavarse correctamente las manos, antes de comer y después de ir al baño; mantener una correcta higiene en la preparación de los alimentos; evitar comer en la calle o lugares insalubres; tomar agua hervida, clorada o bien embotellada.

Asimismo, lavar y desinfectar frutas y verduras, cocinar adecuadamente los alimentos, sobre todo carnes, pescados y mariscos, así como desechar la basura en los lugares apropiados.

“Estas enfermedades son ocasionadas por virus, bacterias y parásitos presentes en agua y alimentos contaminados por falta de higiene, además de la inadecuada eliminación de heces y basura, por lo que es importante tomar en cuenta y poner en práctica las recomendaciones”, indicó.

En este sentido, el titular de la Secretaría de Salud explicó también, que a diferencia de la deshidratación o la insolación, el golpe de calor es más grave, ya que el aumento súbito de la temperatura corporal puede llegar a niveles en que el organismo deja de autorregularla ocasionando delirio, desvanecimiento, convulsiones y en casos extremos, la muerte.

“Pedimos a los morelenses evitar exponerse al Sol entre las 11:00 y 16:00 horas; consumir suficiente agua o bebidas con electrolitos, usar sombrillas, gorras o sombreros, así como ropa ligera y de colores claros”, expresó.

Finalmente, el funcionario reiteró que ante síntomas como diarrea, vómito o fiebre; piel caliente y seca pero no sudorosa, confusión o pérdida del conocimiento, problemas para respirar, la ciudadanía debe evitar la automedicación y acudir de forma inmediata a la unidad de salud más cercana para evitar complicaciones.



[3]



[4]

URL de origen: <https://salud.morelos.gob.mx/node/2035>

Enlaces

- [1] <https://salud.morelos.gob.mx/noticias/llaman-prevenir-enfermedades-durante-temporada-de-calor>
- [2] https://salud.morelos.gob.mx/sites/salud.morelos.gob.mx/files/noticias/principal/golpe_de_calor.jpeg
- [3] https://salud.morelos.gob.mx/sites/salud.morelos.gob.mx/files/noticias/galeria_fotografica/edas.jpg
- [4] https://salud.morelos.gob.mx/sites/salud.morelos.gob.mx/files/noticias/galeria_fotografica/golpe_de_calor.jpeg