

CUÍDATE DEL GOLPE DE CALOR

RECOMENDACIONES PREVENTIVAS QUE EMITE EL CONSEJO MUNICIPAL DE PROTECCIÓN CIVIL

OPERATIVO GOLPE DE CALOR

Con motivo de las altas temperaturas que se registran en la región y con la finalidad de brindar ayuda a la población que lo requiera el Gobierno Municipal de Mexicali pone en marcha el operativo **Golpe de Calor**.

Por lo que se habilitaron refugios temporales donde se brinda atención médica, agua y alimentos, en un espacio fresco, a los ciudadanos que se vean en la necesidad de hacer uso de dichos refugios



UBICACIÓN DE REFUGIOS

- Refugio temporal en la zona urbana de Mexicali, Instalaciones **Casa de la Cultura de la Juventud** (Crea Cultura) ubicada en Calle Salina Cruz No. 2050, Col. Guajardo.
- Refugio temporal en la **Zona Norte, Valle de Mexicali**, Poblado Benito Juárez
- Refugio temporal en la **Zona Sur, Valle de Mexicali**, Kilometro 43, Poblado Guadalupe Victoria
- Refugio temporal en Ciudad **Puerto de San Felipe**

HORARIO: A partir de las 11:00 hrs.

RECOMENDACIONES:



NO TE EXPONGAS AL SOL



USA SOMBRERO
GORRA O SOMBRILLA



BEBE MUCHOS LÍQUIDOS



APLÍCATE PROTECTOR SOLAR



EVITA LA CERVEZA Y EL ALCOHOL



UTILIZA SUERO VIDA ORAL



UTILIZA ROPA DE COLORES CLAROS



CUIDA ESPECIALMENTE A PERSONAS MAYORES
Y NIÑOS PEQUEÑOS

CONOCE LOS SÍNTOMAS DEL GOLPE DE CALOR:

- Dolor de cabeza
- Náuseas y Vómito
- Sudoración Abundante en la insolación que cesa en el golpe de calor, en este caso, la piel está seca, caliente y enrojecida.

- Sensación de fatiga y sed intensa
- Calambres musculares, convulsión

**ACUDE AL MEDICO O CENTRO DE SALUD
INMEDIATAMENTE SI TU O UN MIEMBRO DE TU
FAMILIA PRESENTA ESTOS SÍNTOMAS**