



Bebe agua frecuentemente aunque no tengas sed



Refréscate a menudo



Protégete del sol y busca lugares frescos



Reduce los esfuerzos físicos en las horas más calurosas



Cuida que niños, ancianos y enfermos sigan estos consejos

Combatir el calor está en tus manos

www.msps.es

| | | |
|---|---------------------------|--|
|  | <p>GOBIERNO DE ESPAÑA</p> | <p>MINISTERIO DE SANIDAD Y POLÍTICA SOCIAL</p> |
|---|---------------------------|--|