

Temporada de calor 2026

PromoVer
un Veracruz saludable

Recomendaciones ante un golpe de calor

- Ubícate en un lugar fresco y a la sombra
- Bebe pequeños sorbos de agua
- Usa ropa ligera
- Aplica paños húmedos en la frente y nuca
- Acuda a la Unidad de Salud más cercana



PROTÉGELOS

CUÍDALOS

HIDRÁTATE



SSAVER.GOB.MX



GOBIERNO DEL ESTADO DE
VERACRUZ
2024 - 2030

SS
SECRETARÍA
DE SALUD

SESVER
SERVICIOS DE SALUD
DE VERACRUZ



Promoción
de la
Salud



POR AMOR A
VERACRUZ