

# Golpe de Calor

**RECORDÁ QUE LAS ALTAS TEMPERATURAS  
PUEDEN SER PERJUDICIALES PARA TU SALUD.**



Evitá el sol  
entre las  
10 y las 17 h.



Permanecé  
en lugares  
frescos  
y ventilados.



Comé liviano,  
preferentemente  
frutas y verduras.



Bebé abundante  
agua y evitá las  
bebidas  
alcohólicas.

**ANTE CUALQUIER DUDA, CONSULTÁ A TU MÉDICO.**



Buenos Aires Ciudad

**EN TODO ESTÁS VOS**