



Ciudad de México, a 27 de junio de 2024

BRINDA SEDESA RECOMENDACIONES PARA EL CUIDADO DE LA SALUD EN TEMPORADA DE LLUVIAS

- *Se invita a la población mencionada a evitar cambios bruscos de temperatura, que pueden propiciar el desarrollo de enfermedades respiratorias, como bronquitis, neumonía viral o rinitis alérgica*

La Secretaría de Salud de la Ciudad de México (SEDESA) emite las siguientes recomendaciones dirigidas a niñas y niños menores de cinco años y a adultos mayores de 60 años, con la finalidad de evitar enfermedades respiratorias durante la temporada de lluvias en la Zona Metropolitana del Valle de México.

Se invita a la población a evitar cambios bruscos de temperatura, que pueden propiciar el desarrollo de enfermedades respiratorias, como bronquitis, neumonía viral o rinitis alérgica.

En las personas con antecedentes de enfermedades pulmonares, como asma, Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC), personas con inmunodepresión y mujeres embarazadas, los cambios de temperatura tras mojarse con la lluvia pueden favorecer el desarrollo de estas enfermedades, por lo que se recomienda cubrirse y evitar la exposición a temperaturas extremas.

Asimismo, durante la temporada de lluvias se debe evitar el contacto de la piel con agua encharcada, que en ocasiones puede estar contaminada o provenir de los drenajes. En caso de presentar algún tipo de lesión en la piel, se recomienda acudir a su Centro de Salud más cercano para una valoración.

Por otra parte, derivado de los cambios de temperatura, los alimentos pueden descomponerse y provocar enfermedades gastrointestinales. Por ello, se invita a la población a desinfectar frutas y verduras previo a su ingesta; consumir alimentos frescos; reducir el consumo de alimentos preparados en la vía pública; lavarse la manos antes de preparar comida; y tomar agua hervida o purificada.

En tanto, se hace un llamado a la población a evitar que se estanque el agua, no acumular basura, no tirarla en la calle y evitar puntos de encharcamientos, con el fin de evitar criaderos de moscos.

Finalmente, la SEDESA hace un llamado a la población a no automedicarse. En caso de presentar síntomas, acudir a su Centro de Salud más cercano para recibir atención médica.



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

SECRETARÍA DE SALUD DE LA CIUDAD DE MÉXICO

COORDINACIÓN DE ENLACE Y COMUNICACIÓN



Las ubicaciones y horarios de atención de las unidades de salud se encuentran disponibles en el siguiente enlace: <https://www.salud.cdmx.gob.mx/unidades-medicas/centros-de-salud>.

—o0o—