NACIONAL

Llegó la tercera ola de calor a México y se esperan temperaturas de hasta 45 °C

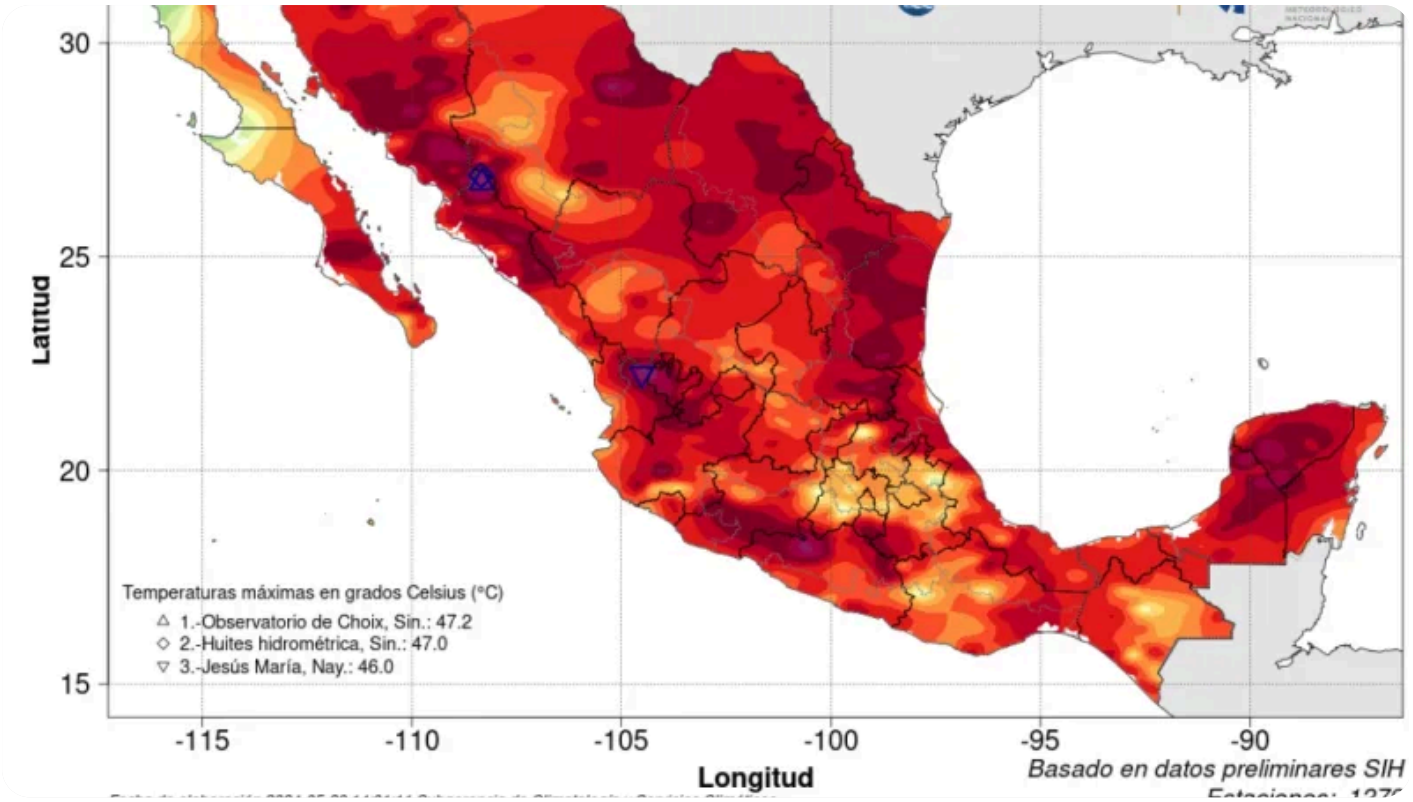
21 de mayo de 2024 · 2 min de lectura



La tercera ola de calor llegó a México y en algunas partes del país se esperan temperaturas de hasta 45°C, además, como lo dio a conocer este 20 de mayo el Servicio Meteorológico Nacional (SMN), estas sensaciones térmicas azotarán a 30 de los 32 estados de la República.

Los estados más afectados por las altas temperaturas serán el Estado de México, Puebla, Hidalgo, Morelos y Querétaro. Mientras que a partir de este lunes se espera que los vientos calurosos vuelvan a la Ciudad de México.

Además, durante este 20 de mayo las temperaturas de hasta 45°C derretirán a Baja California Sur, Sonora, Sinaloa, Coahuila, Nuevo León, San Luis Potosí, Michoacán, Guerrero, Tamaulipas, Veracruz, Tabasco, Campeche y Yucatán.



Sin embargo, pese a que se esperan fuertes temperaturas, el pronóstico climatológico no descarta la posibilidad de lluvias.

Recomendaciones

Ante estás fuertes temperaturas, se recomienda a la población:

- Evitar hacer actividades físicas al aire libre de las 11:00 a las 16 horas
- Vestir ropa ligera y de colores claros con manga larga
- Hidratarse constantemente para evitar golpes de calor
- Alimentarse balanceadamente con una dieta rica en frutas y verduras
- Usar protector solar, gorras y lentes de sol
- Evitar el consumo de alcohol

Publicado en Punto de Referencia. Dirección original: https://puntodereferencia.mx/nacional/llego-la-tercera-ola-de-calor-a-mexico-y-se-esperan-temperaturas-de-hasta-45-0c
Descargado el 22 de noviembre de 2026.