

# Anuncia SEC medidas contra calor extremo

EL DIARIO DE COAHUILA

Miércoles, 19 de Mayo de 2010  
Por Rodolfo Pámanes



Ante los constantes aumentos de las temperaturas que rebasan en algunas ciudades los 40 grados centígrados, la Secretaría de Educación y Cultura (SEC) solicitó a los directivos y profesores de toda la entidad la cancelación de las actividades al aire libre para evitar la insolación y los golpes de calor entre la comunidad estudiantil.

A través de una circular, se instruyó a los niveles de educación básica, media, formación para el trabajo, educación superior y educación de la Región Laguna, para difundir las medidas en todos los planteles educativos del estado y con ello evitar poner en riesgo a los niños y jóvenes coahuilenses.

"Queremos evitar exponer a los niños a los rayos del sol, a mediodía o por la tarde, además de recomendar la hidratación permanente en menores de edad y adultos mayores", expuso Víctor Zamora.

Adicionalmente solicitó a los titulares de cada plantel a garantizar el abasto de agua potable para consumo humano y a prevenir la ingesta de bebidas azucaradas, mismas que incrementan la sensación de sed e incrementan la deshidratación.

"Quedan suspendidas las actividades al aire libre, tanto recreativas o didácticas, y también los recesos y clases de educación física en el turno vespertino, para evitar la insolación y otro tipo de enfermedades por el intenso calor en algunas regiones de la entidad cuando el termómetro ha alcanzado al mediodía y por las tardes más de 40 grados centígrados", puntualizó.

**Entre las recomendaciones más comunes están:**

No exponerse directamente a los rayos solares.

Usar ropa de color claro durante esta temporada.

Evitar hacer ejercicio directo al sol después de las 10:00 de la mañana y antes de las 18:00 horas.

Usar protector solar.

Tomar suficientes líquidos y de manera constante durante el día.