

# Programa Integral de Salud

## Prepárate para el INVIERNO

En México, el mayor impacto de las heladas y bajas temperaturas ocurre entre los meses de noviembre a enero. En esta temporada debes protegerte conociendo y aplicando las medidas de prevención para evitar la afectación de tu salud.

Una de las consecuencias es el incremento en enfermedades respiratorias en la población.

Los estados con mayor afectación por heladas son: Baja California, Chihuahua, Distrito Federal, Durango, Hidalgo, Estado de México, Michoacán, Morelos, Puebla, San Luis Potosí, Sinaloa, Sonora, Tlaxcala y Zacatecas.

### Infórmate

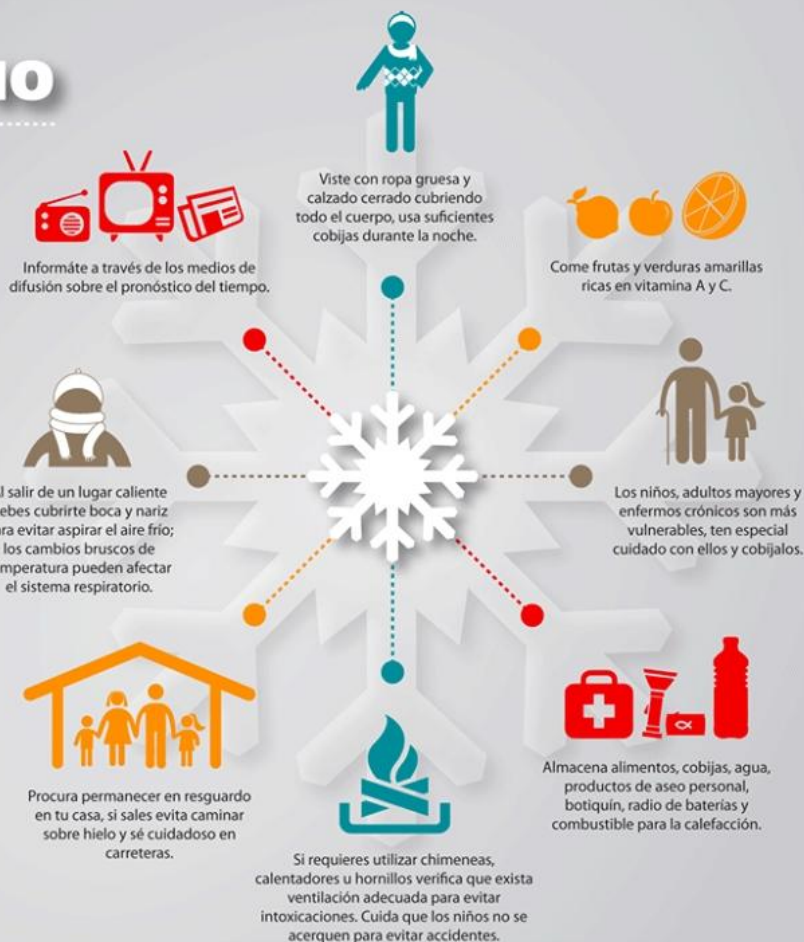
Sistema Nacional de Protección Civil  
[www.proteccioncivil.gob.mx](http://www.proteccioncivil.gob.mx)

CENAPRECE, Secretaría de Salud  
[www.spps.gob.mx](http://www.spps.gob.mx)

Clima  
[www.smn.cna.gob.mx](http://www.smn.cna.gob.mx)

En caso de emergencia repórtala al 088

Fuente: Centro Nacional de Prevención de Desastres



SEGOB  
SECRETARÍA DE GOBERNACIÓN



SISTEMA NACIONAL DE  
PROTECCIÓN CIVIL  
MÉXICO

CENAPRED

MOVIENDO A MÉXICO HACIA LA PREVENCIÓN