

# Manténgase seguro



**Beba de 1 a 2 litros de agua cada hora**



**Evite las horas más calurosas del día**



**Utilice protector solar y repelente de mosquitos**



**Regrese si comienza a sentirse enfermo**



**PIMA COUNTY**

[pima.gov/heat](http://pima.gov/heat)