

ALICANTE | SANIDAD Y SALUD

El Colegio de Enfermería de Alicante lanza un folleto y un vídeo con consejos para disfrutar las Hogueras de San Juan con salud



ELPERIODIC.COM - 19/06/2025

y para el calor

- Hidrátate con frecuencia, aunque no tengas sed
- Viste ropa ligera, holgada y de colores claros.
- Protégete con sombrero, gafas de sol y protector solar.
- Evita el ejercicio físico intenso en las horas de más calor.
- Busca lugares frescos o climatizados cuando sea necesario
- Vigila especialmente a niños y mayores
- Evita exponerte al sol en las horas centrales del día (12:00 a 17:00 horas)
- Evita comidas copiosas
- Evita las bebidas alcohólicas y azucaradas
- Si tras una exposición prolongada al sol tienes vómitos, calambres, mareos o dolor de cabeza, taquicardia o pérdida de conciencia llama al 112





COLEGIO OFICIAL DE ENFERMERÍA DE ALICANTE

Hogueras con Salud

Colegio Oficial de Enfermería de Alicante
C/ Capitán Dema, 16 (esq. C/Pardo Gimeno)
03007 Alicante
Telf: 965 12 13 72 – 965 12 36 22
www.enferalicante.org

El Colegio de Enfermería de Alicante ha elaborado un folleto informativo con recomendaciones para disfrutar de las Hogueras de San Juan de forma segura y evitar quemaduras provocadas por petardos y los problemas generados por el exceso de calor en estos días ya previos al verano. Junto a este material, se ha creado un vídeo que presenta de manera visual los consejos recogidos en el folleto, con el objetivo de facilitar su comprensión y difusión entre la ciudadanía.



responsable de unas fiestas tan señaladas como las Hogueras de San Juan, evitando riesgos innecesarios para la salud de los alicantinos.

En el folleto, al que puedes acceder pinchando aquí, se recogen consejos prácticos dirigidos a quienes hagan uso de petardos, indicaciones sobre cómo actuar correctamente en caso de sufrir una quemadura y pautas para protegerse frente a las altas temperaturas que suelen acompañar a estas fechas.

Desde el Colegio de Enfermería de Alicante se anima a la ciudadanía a vivir las fiestas con responsabilidad, priorizando el cuidado de la salud y la seguridad de todos.

MÁS FOTOS



Cómo ver las Hogueras Especiales de Alicante con facilidad: consulta fechas y frecuencias de autobuses

Esto es lo que más preocupa a los hospitales en Alicante durante las Hogueras... y no es el fuego

Rebajas verano 2025 en la Comunitat Valenciana: ¿Cuándo empiezan?