

# Recomiendan a alumnos del Tec medidas ante bajas temperaturas



## Redacción | Campus Monterrey

Ante las **bajas temperaturas** que se están presentando y que prevalecerán en la ciudad, el **Tecnológico de Monterrey, Campus Monterrey**, te hace algunas **recomendaciones** para tomar **medidas preventivas**.

De acuerdo al sistema meteorológico las bajas temperaturas continuarán al menos hasta el viernes próximo por lo que debes estar al **pendiente de la vialidad en la zona metropolitana de Monterrey** a través de las redes sociales, ya que **algunas avenidas se encuentran cerradas a causa del hielo**.

En cuanto a la **circulación en avenidas cercanas al Campus** todo prevalece con normalidad, **así como los accesos a la Institución**.

Las **actividades académicas y cocurriculares** continuarán de manera normal el resto de la **semana en el Campus Monterrey** y todas las **Preparatorias del Tecnológico de Monterrey en el área metropolitana**.



/>>

Aprovecha los **espacios que la Institución te ofrece** para que continúes con tus actividades de manera normal, como las **salas de estudio, cafeterías, aulas, laboratorios, biblioteca y gimnasios.**

Recuerda que es sumamente importante:

- Cuando utilices **calentadores de gas o chimeneas** dentro de tu domicilio procura tener la **ventilación adecuada** y evita dejarlos prendidos al irte a dormir.
- Manténte **bien hidratado**: toma bastantes líquidos calientes.
- Come **frutas y verduras** ricas en **vitamina C** como la **naranja, el limón, la guayaba, fresas, ciruelas, pimientos, brócoli**, entre otras.
- Utiliza **ropa gruesa en todo el cuerpo**, sobre todo protege el rostro, cabeza, manos y orejas.
- Al salir de un lugar caliente **cúbrete boca y nariz.**
- Usa **calzado** con suela **antiderrapante.**
- Extrema **precauciones** al transitar por **puentes o escaleras a la intemperie.**
- Si usas **automóvil conduce con precaución**, evita accidentes con el **hielo que se puede formar sobre el pavimento** y mantén tu vehículo en buen estado, teniendo un **buen limpiaparabrisas y líquido anticongelante** en su caso.
-



/>>