

Ciudad de México, 29 de marzo de 2024  
Comunicado 42-24

## **CNPC emite medidas de autocuidado por arribo de la novena tormenta invernal en el norte del país**

- Se exhorta a dar prioridad al autocuidado y la seguridad personal frente a las condiciones climáticas adversas asociadas con este fenómeno

La Coordinación Nacional de Protección Civil (CNPC) exhorta a la población de los estados de Baja California, Sonora, Chihuahua, Durango y Sinaloa a mantenerse alerta a los avisos emitidos por las autoridades de Protección Civil, y a tomar medidas preventivas y de autocuidado ante la aproximación de la novena tormenta invernal de la temporada.

De acuerdo con el aviso emitido por el Servicio Meteorológico Nacional (SMN), se pronostica que durante la tarde-noche de este sábado 30 de marzo el frente frío No. 43 ingresará a Baja California. Este fenómeno, en asociación con una vaguada polar y una corriente en chorro polar, provocará en el norte y noreste del país un marcado descenso de temperatura que se extenderá hasta el miércoles 3 de abril.

Se anticipan temperaturas mínimas de -10 a -5 °C, principalmente en las zonas montañosas de Baja California, Sonora, Chihuahua y Durango, acompañadas de caída de nieve y/o aguanieve. Asimismo, se prevén tolvaneras en Coahuila, Durango, Coahuila y Zacatecas. Además, el domingo 31 de marzo se esperan lluvias puntuales fuertes en Baja California.

Por tanto, la CNPC recomienda tomar las siguientes medidas precautorias:

- Cubrirse con varias prendas.
- Tomar bebidas calientes para mantener la temperatura corporal.
- Al salir de un lugar caliente, cubrir nariz y boca; evitar cambios bruscos de temperatura.
- No usar braseros, hornos y estufas para calentar la casa.
- Evitar dormir cerca de cualquier tipo de calentador, dado que éstos emiten monóxido de carbono, una sustancia tóxica que puede causar intoxicación e incluso la muerte.
- Si usa chimenea o calentador, asegurarse de que haya ventilación adecuada.
- Ante la sospecha de intoxicación, ventilar el lugar y llamar al servicio de salud de su localidad.
- Informarse sobre el pronóstico del tiempo a través de medios oficiales.
- Cuidar a los grupos más vulnerables: niñas y niños, personas con enfermedades crónicas, adultas mayores y embarazadas.
- Puedes obtener más información sobre estos fenómenos meteorológicos en el folleto del Centro Nacional de Prevención de Desastres (Cenapred) **Frentes fríos, ¡infórmate!**

Facebook: [CNPCMX](https://www.facebook.com/CNPCMX); X antes Twitter: [@CNPC\\_MX](https://twitter.com/CNPC_MX); Instagram: [CNPC.MX](https://www.instagram.com/CNPC.MX)  
<http://www.preparados.gob.mx/>

--0--