

Recomendaciones para los días de calor

05/07/2026



Las altas temperaturas serán protagonistas en la provincia de Alicante durante toda la temporada. Elda y Petrer estarán en alerta amarilla el próximo martes 7 de julio, con máximas de 38°, mientras que gran parte de la provincia se encontrarán en alerta naranja, según la AEMET.

Se aconseja a la población beber abundante agua así

como evitar el alcohol y la cafeína, tomar ensaladas, frutas y verduras, buscar lugares frescos y evitar la exposición al sol, no realizar ejercicio físico en las horas más calurosas, utilizar crema protectora, no dejar a personas o mascotas en los vehículos así como tener especial atención con mayores, enfermos y menores.

Rafa Espuig desgranará mañana, lunes 6 de julio, en su blog "El Tiempo del Valle" las máximas y mínimas que tendremos durante la ola de calor de esta semana.