

RESUMEN: Tras el desplazamiento del **frente frío No. 27** sobre el sureste del país, junto con su masa de aire frío que lo impulsa se espera el desarrollo de lluvias aisladas en la porción norte y noreste del estado, así como el predominio de un ambiente frío en especial en los Valles Centrales y Cañada y muy frío en zonas mayores de 1700 metros de la Sierra Norte, Sierra Sur y Mixteca, con posibilidad de marcas negativas que generarán heladas al amanecer en áreas mayores de 2000 metros, asociadas a lloviznas y nieblas nocturnas muy densas. Finalmente se prevé se mantenga el evento de norte con rachas fuertes en el oriente del Istmo, así como oleaje anormal en aguas del Golfo de Tehuantepec. Tome sus precauciones y manténgase informado.



REGIÓN	Estado del tiempo por regiones en las próximas 24 horas	T.máx.	T.mín
Valles Centrales	Frío por la mañana y noche, despejado a medio nublado, viento frío a fresco del norte por la tarde.	27	10
Istmo	Templado a algo caluroso, medio nublado a nublado, lluvias en la porción norte soplará norte moderado con rachas fuertes.	32	21
Papaloapan	Templado, medio nublado a nublado, lluvias aisladas, soplara norte moderado	25	13
Costa	Caluroso, despejado a medio nublado, soplaran brisas frescas por la tarde.	32	22
Mixteca	Frío por la mañana y noche, despejado con algunas nubes, soplaran vientos frescos y fríos del norte, heladas y ambiente muy frío en zonas mayores a 2000 metros con niebla densas	24	06
Cañada	Caluroso, despejado con aumento de nublados, niebla densas lloviznas y temperaturas bajas en zonas altas.	27	10
Sierra Norte	Frío por la mañana y noche, medio nublado, niebla en zonas altas,	13	0
Sierra Sur	Frio al amanecer, despejado con algunas nubes, bancos de niebla en zonas de mayor elevación.	15	4

RECOMENDACIONES POR TEMPORADA INVERNAL

- Vestir con ropa gruesa, cubriendo todo el cuerpo (chamarras, abrigo, bufanda, gorro, guantes, etc)
- Infórmate a través de los medios de comunicación sobre el pronóstico del tiempo
- Come frutas amarillas ricas en vitamina A y C
- Al salir de un lugar caliente cúbrete boca y nariz para evitar respirar aire frío
- Los niños, adultos mayores, enfermos crónicos y personas indigentes son más vulnerables, ten especial atención con ellos y cobíjalos.
- Si quieres utilizar chimeneas, calentadores u hornillos verifica que haya ventilación adecuada para evitar intoxicaciones, cuida que los niños no se acerquen para evitar accidentes.
- Selle puertas y ventanas con papel periódico para evitar cruces de corrientes y salida de calor acumulado en su casa.
- No encienda estufas ni anafres dentro de habitaciones que carezcan de ventilación adecuada ya que pueden generar monóxido de carbono, este es un gas que no se ve ni tiene olor y es altamente nocivo para la salud.