



Emite SSO recomendaciones para celebrar las fiestas patrias con responsabilidad y sin excesos

- *Las personas con enfermedades crónicas degenerativas deben respetar su tratamiento y no excederse*
- *Convoca a las y los automovilistas, respetar los límites de velocidad, señalamientos y no conducir bajo efectos de alcohol o drogas, además a motociclistas a usar casco de protección*

Oaxaca de Juárez, Oax., 13 de septiembre de 2025.- En el marco de las celebraciones patrias del 15 de septiembre, Servicios de Salud de Oaxaca (SSO) exhorta a la población a disfrutar estas festividades con responsabilidad y moderación, a fin de salvaguardar el bienestar y la seguridad de todas y todos.

La institución subraya la importancia de que las personas con enfermedades crónicas degenerativas, como diabetes mellitus, hipertensión arterial u obesidad, mantengan estrictamente su tratamiento médico, eviten excesos y privilegien una alimentación balanceada.

Se recomienda moderar el consumo de alimentos con alto contenido de azúcares, grasas saturadas, trans y sodio, así como refrescos, bebidas alcohólicas, frituras, procesados y embutidos.

En materia de seguridad vial, SSO llama a las y los conductores de vehículos y motocicletas a respetar los límites de velocidad y la señalética, utilizar en todo momento cinturón de seguridad y casco de protección, así como evitar la conducción bajo los efectos del alcohol o sustancias psicoactivas. Se enfatiza la importancia de no utilizar distractores como teléfonos celulares y no manejar en condiciones de cansancio.

Asimismo, se exhorta a madres, padres y personas cuidadoras a no permitir que niñas, niños y adolescentes manipulen fuegos pirotécnicos, ya que representan un alto riesgo de accidentes, quemaduras y lesiones graves.

Finalmente, la dependencia destaca que el cuidado de la salud debe ser una prioridad permanente. Por ello, invita a la población con enfermedades crónicas a dar continuidad a sus tratamientos, mantener una alimentación adecuada y practicar actividad física regular, siempre bajo las recomendaciones del personal médico.

-0-