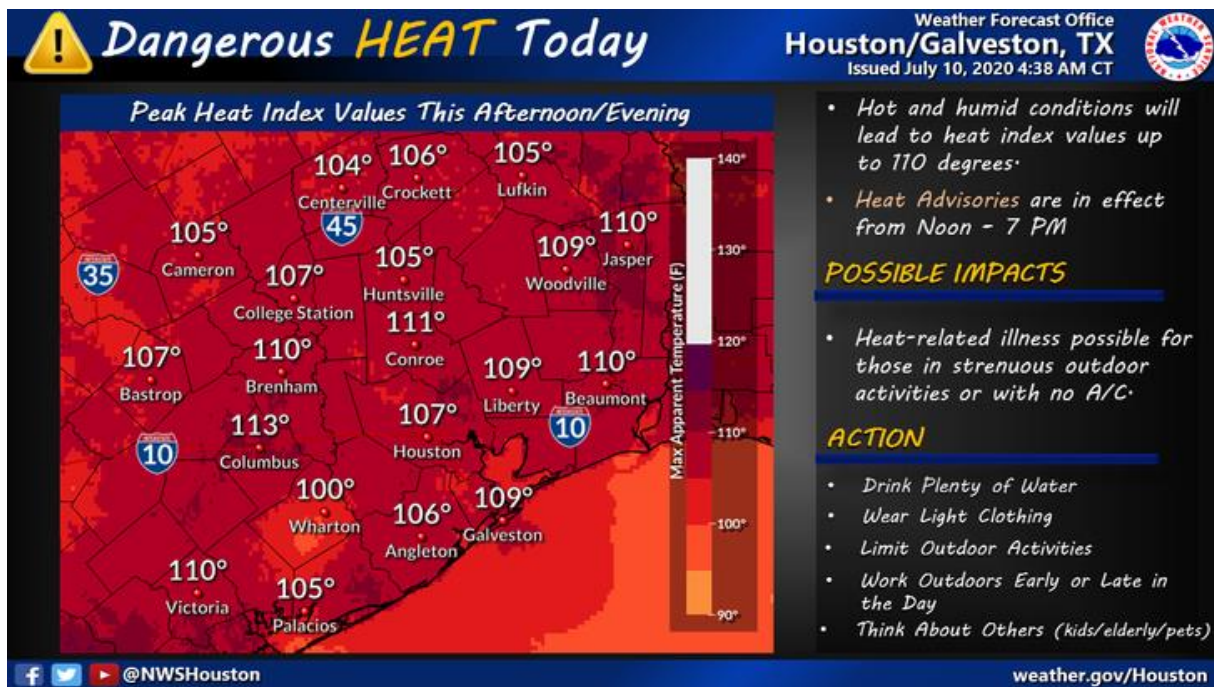


July 10, 2020

Heat Advisory Issued for Harris County Today, Through Weekend

What is the danger?

The [National Weather Service](#) (NWS) has issued a Heat Advisory for Harris County from 12 p.m. to 7 p.m. today. Heat index readings are expected to range from 105 to 110 degrees. The dangerous heat conditions are likely to continue through the weekend. Everyone should take precautions to avoid heat illness or exhaustion.



What you should do:

STAY COOL!

- Keep your body temperature cool to avoid heat-related illness.
- Always remember to **LOOK BEFORE YOU LOCK** for children and pets in vehicles.
- Stay in an air-conditioned building or shelter as much as possible.

- Avoid direct sunlight.
- Wear lightweight, light-colored clothing.
- Check on those most at-risk twice a day.
- Bring pets inside and provide plenty of water for them to drink.

Extreme heat for a long period may put a strain on the electric grid. To reduce strain to the grid during the peak hours of 3 p.m. to 7 p.m., it is recommended that you set your air conditioner at 78°F if possible and avoid using large appliances.

STAY HYDRATED!

- Because your body loses fluids through sweat, you can become dehydrated during times of extreme heat.
- Drink more water than usual.
- Avoid alcohol or liquids containing high amounts of sugar.
- Remind others to drink enough water, especially when outdoors.

STAY INFORMED!

- Stay updated on local weather forecasts and tips from trusted partners such as [National Weather Service Houston-Galveston](#), [Harris County Public Health](#), and [ReadyHarris](#).
- [Learn the symptoms of heat illness.](#)

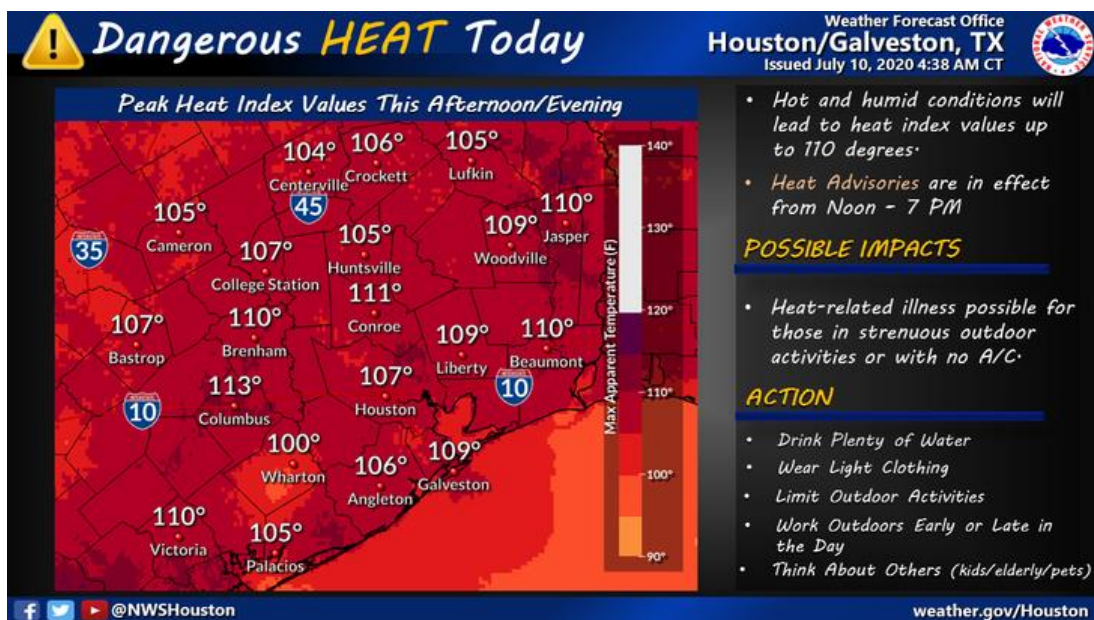
Where you can learn more:

- Beat The Heat Tips: [Harris County Public Health](#)
- Extreme Heat Safety: [Centers for Disease Control & Prevention](#)
- Local Forecast: [National Weather Service Houston-Galveston](#)

Se Emite Advertencia de Calor Para el Condado Harris, Manténgase Seguro

¿Cuál es el peligro?

[El Servicio Nacional de Meteorología](#) (NWS, por sus siglas en inglés) emitió un Aviso de Calor para el Condado Harris a partir de las 12 p.m. a las 7 p.m. hoy. Se espera que las lecturas del índice de calor oscilen entre 105 y 110 grados. Es probable que las peligrosas condiciones de calor continúen durante el fin de semana. Todos deben tomar precauciones para evitar enfermedades por calor o agotamiento.



Qué necesita hacer:

¡MANTÉNGASE FRESCO!

- Mantenga la temperatura de su cuerpo fresca para evitar enfermedades relacionadas con el calor.
- Recuerde siempre **VERIFICAR ANTES DE CERRAR SU VEHÍCULO** que NO haya niños y mascotas dentro de su automóvil.
- Permanezca en un edificio o refugio con aire acondicionado tanto como sea posible.
- Evite la luz solar directa.
- Use ropa ligera y de colores claros.
- Cerciórese que las personas más vulnerables se encuentren bien y chéquelos dos veces al día.
- Meta a las mascotas al interior y proporcione mucha agua para que puedan beber.

¡MANTÉNGASE HIDRATADO!

- Debido a que su cuerpo pierde líquidos a través del sudor, puede deshidratarse en momentos de calor extremo.
- Beba más agua de lo normal.
- Evite el alcohol o líquidos que contengan altas cantidades de azúcar.
- Recuerde a los demás que beban suficiente agua, especialmente cuando se encuentren al aire libre.

El calor extremo durante un período prolongado puede ejercer presión sobre la red eléctrica. Para reducir la tensión en la red durante las horas pico de las 3 p.m. a las 7 p.m., se recomienda que configure su aire acondicionado a 78°F si es posible y evite el uso de electrodomésticos grandes.

¡MANTÉNGASE INFORMADO!

- Puede actualizarse sobre el pronóstico del tiempo local, así como adquirir consejos de socios confiables como [el Servicio Nacional de Meteorología Houston-Galveston](#), [el Departamento de Salud Pública del Condado de Harris](#) y [ReadyHarris](#).
- [Infórmese sobre los síntomas de enfermedades causados por el calor.](#)

Dónde se puede informar:

- Consejos para combatir el calor: [Departamento de Salud Pública del Condado Harris](#)
- Seguridad ante el calor extremo: [Centros para el Control y Prevención de Enfermedades](#)
- Pronóstico local: [Servicio Nacional de Meteorología Houston-Galveston](#)