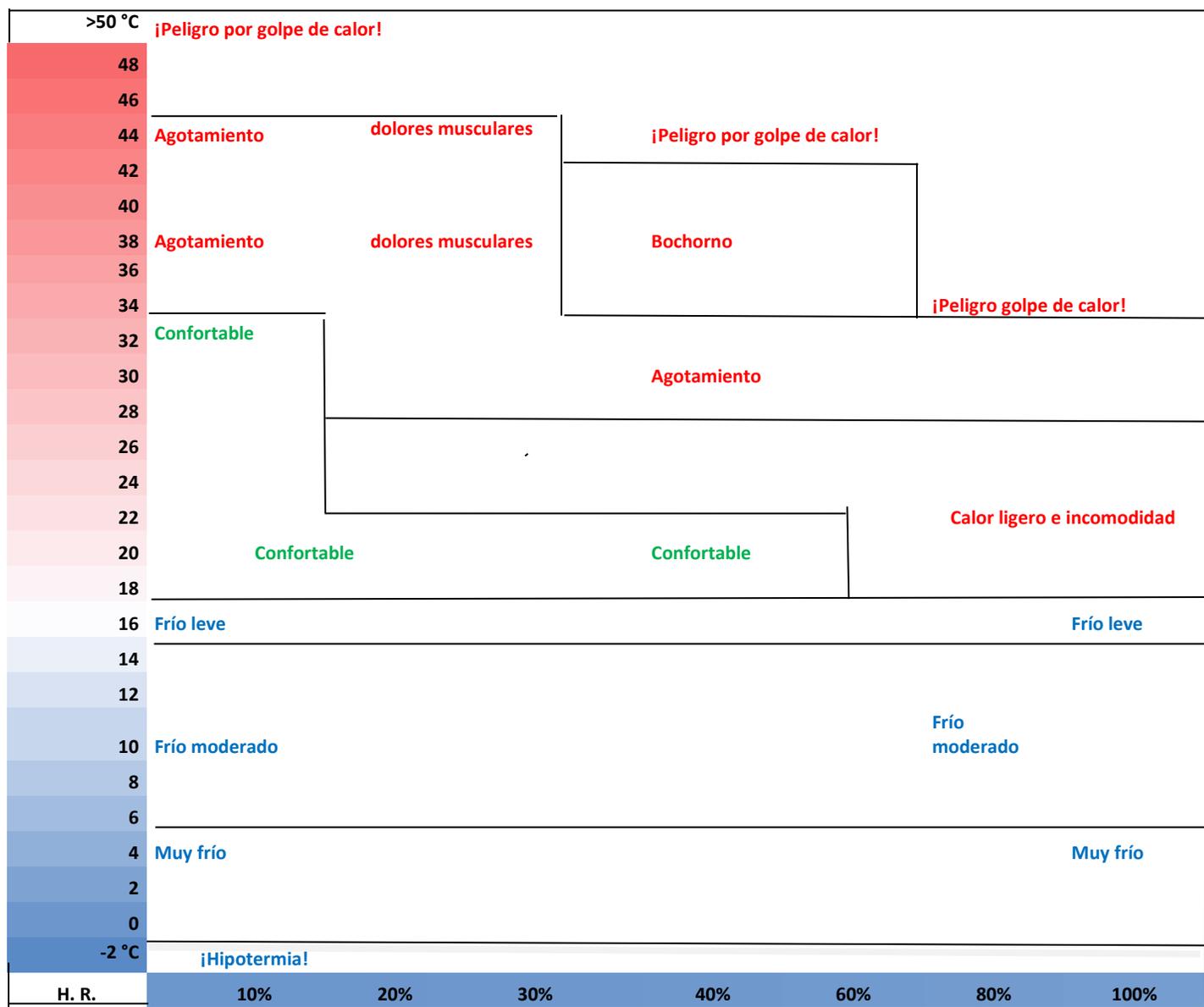


# Boletín clima y salud para la Ciudad de México, marzo de 2017

SENSACIONES Y RIESGOS POR TEMPERATURA Y HUMEDAD RELATIVA, SEGÚN THOM.



ELABORÓ: JUAN CARLOS GÓMEZ ROJAS.

FUENTE: PARA COMPRENDER EL CLIMA. PUBLICACIONES CITEM, MÉXICO, 2002

En el Sur del Distrito Federal durante el mes de marzo la temperatura media es de 16.3 °C y la humedad relativa de 49% por lo que el índice de confort marca una sensación de frío leve.

Hacia el amanecer la temperatura media es de 6.7 °C mientras que la humedad relativa es de 69% por lo que la sensación térmica será de frío moderado.

Mientras que hacia la tarde, entre las 13 y 16 horas la temperatura puede alcanzar los 25.3 °C y la humedad relativa bajar a 32% de tal manera que la sensación térmica será de calor ligero e incomodidad.

Los días más largos, el aumento de la temperatura y los paisajes más coloridos anuncian la llegada de la primavera. En el hemisferio norte, el inicio de la primavera se da entre el 20 y el 21 de marzo y culmina alrededor del 21 de junio, cuando se produce el equinoccio de verano. En esa época, las temperaturas suben, hay más horas de sol y los paisajes se visten de multicolor. Por esto, no es de extrañar que sea una de las estaciones preferidas por la mayoría de las personas.



Fuente:[https://www.google.com.mx/search?q=entrada+de+la+primavera&source=lnms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUK Ewi9KrMulvUAhWnr1QKHSLCDoIQ\\_AUICCgD&biw=1600&bih=789#tbm=isch&q=entrada+de+la+primavera+yucatan&imgc=dbVpQIP-PCVyLM](https://www.google.com.mx/search?q=entrada+de+la+primavera&source=lnms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUK Ewi9KrMulvUAhWnr1QKHSLCDoIQ_AUICCgD&biw=1600&bih=789#tbm=isch&q=entrada+de+la+primavera+yucatan&imgc=dbVpQIP-PCVyLM):

### Efectos por el cambio de estación

Ya lo dice el refrán, "la primavera la sangre altera". El aumento de luz provoca cambios hormonales importantes en el estado emocional de las personas, protagonizado por un aumento de la melatonina y la serotonina que incrementan la sensación de vitalidad, alegría y potencian la actividad sexual. Durante estos meses, la gente tiene ganas de salir a la calle, disfrutar de las buenas temperaturas, hacer ejercicio y alternar en eventos sociales. También se produce un aumento de la autoestima y mejora el aspecto físico.

