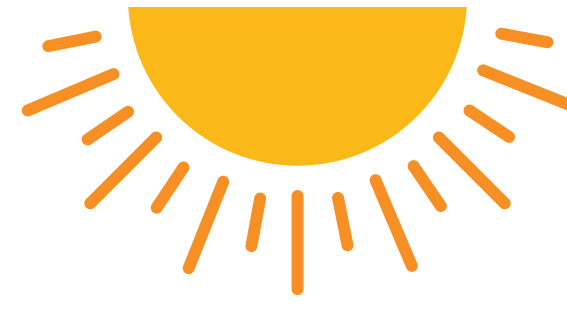


# EL CALOR HIERE Y MATA A TRABAJADORXS DENTRO *y* FUERA



## PRIMEROS SÍNTOMAS DE ESTRÉS POR CALOR



Deshidratación  
(Tener sed)



Calambres  
musculares



Sarpullido



Confusión

## AGOTAMIENTO POR CALOR



Dolor de  
cabeza



Naúseas



Mareos



Debilidad



Irritabilidad



Sudoración  
Intensa



Dismunución  
de orina

## PARO POR CALOR



Piel roja, seca  
y caliente



Temperatura  
corporal  
elevada



Confusión



Desmayos



Convulsiones

Las enfermedades causadas por el calor empeoran rápidamente. Tenga cuidado y responda a los primeros signos de estrés. Llame al 911 inmediatamente si alguien tiene síntomas de agotamiento o paro por calor.

Los empleadores son legalmente responsables de proporcionar un lugar de trabajo seguro según la Cláusula de deber general de OSHA. Trabaje con sus compañeros para reportar calor peligroso y exigir condiciones seguras.

Si su empleador se niega a proporcionar un lugar de trabajo seguro o amenaza con represalias, puede presentar una queja ante OSHA en línea, por correo electrónico o llamando al 800-321-6742 (OSHA).



COSH