

Los peligros del calor

La insolación ocurre cuando el calor ocasiona que la temperatura del cuerpo suba de los parámetros normales. La insolación puede ocasionar:

- ✓ calambres musculares
- ✓ debilidad
- ✓ desorientación
- ✓ muerte, si la temperatura continúa alta

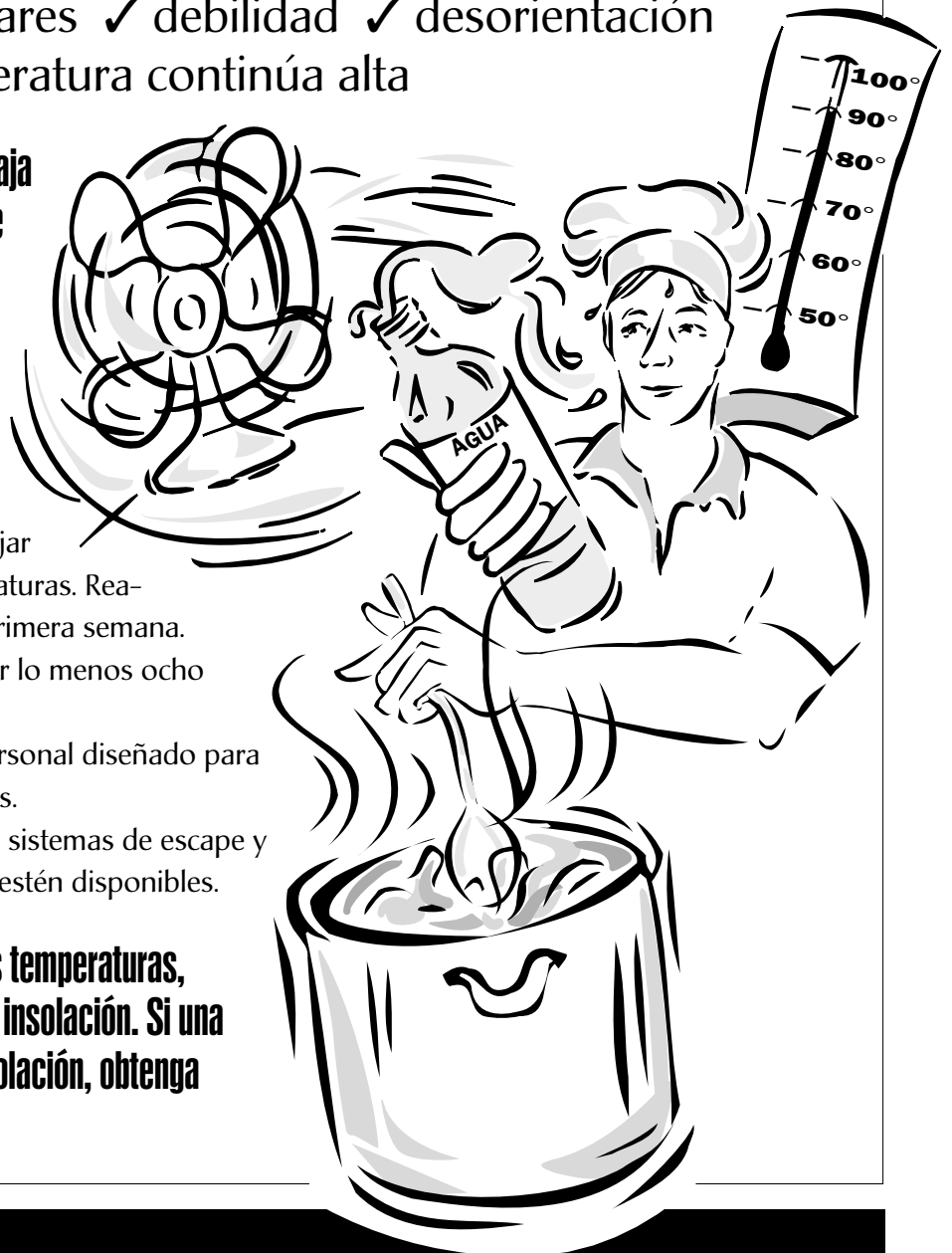
Esté atento a la insolación si trabaja en clima cálido o en ambientes de altas temperaturas, tales como:

- fundiciones
- cocinas
- lavanderías

Para evitar la insolación...

- Adáptese gradualmente a trabajar en condiciones de altas temperaturas. Rea- lícelo poco a poco durante la primera semana.
- Tome agua constantemente, por lo menos ocho onzas cada 20 o 30 minutos.
- Utilice equipo de protección personal diseñado para ambientes de altas temperaturas.
- Utilice siempre los ventiladores, sistemas de escape y protectores contra el calor que estén disponibles.

Si trabaja en un ambiente de altas temperaturas, aprenda primeros auxilios para la insolación. Si una persona muestra síntomas de insolación, obtenga ayuda médica inmediatamente.



OTROS PELIGROS