

VENCE EL CALOR ASESINO

Ser un héroe genial

**Ayuda
Tú Mismo**

RIESGO

Hipertensión,
Diabetes, Diarrea,
Consumo de alcohol,
Persona de color,
Previo enfermedad
de calor

SÍNTOMA

Dolor de cabeza,
Náuseas, Mareo,
Dificultad para hablar,
Confusión, Sed,
Transpiración, Piel
caliente, Baho micción

PROTEGER

Agua fría, Hielo,
Ropa de algodón,
Sombrero,
Enfriarse, Descansos,
Desarrollar tolerancia,
Ayuda médica

**Ayuda
Otros**

Exterior y Interior programas de seguridad calor

Comprobar el Bienestar en otros

Heat Safety Tool (OSHA-NIOSH) para la planificación

Tratamiento Médico or **911**