



# ENFERMEDADES RELACIONADAS CON EL CALOR

## SIGNOS Y SINTOMAS

## TRATAMIENTO

### Golpe de calor

- Piel caliente, seca y roja
- Temperatura del cuerpo demasiado alta
- Confusión, pérdida de conciencia

- Llame al 911- una emergencia médica
- Refresque al trabajador de la forma que le sea posible

### Agotamiento por calor

- Sudoración excesiva
- Piel pálida, fría y pegajosa
- Dolor de cabeza, náuseas, mareos, sed, irritabilidad

- Refresque al trabajador
- Mueva a un área con sombra
- Dele bebidas frescas
- Llame a asistencia médica

### Calambres por calor

- Calambres musculares o espasmos
- Con frecuencia en el abdomen, piernas, o brazos

- Refresque al trabajador
- Dele refrigerios salados o bebidas deportivas
- Mueva a un área con sombra

### Hiponatremia

- Pérdida de energía, fatiga
- Dolor de cabeza, náusea,
- Orinar frecuentemente
- Irritabilidad, confusión

- Dele refrigerios salados o bebidas deportivas
- Mueva a un área con sombra
- Refresque al trabajador