# CRUCIGRAMA

Revise su conocimiento sobre enfermedades relacionadas con el calor con este crucigrama. Lea las pistas y llene la mejor respuesta.

### **Verticales:**

1. \_\_\_\_\_\_de calor esuna emergencia medica con un incremento drástico de la temperatura del cuerpo y puede ser fatal.

2. Un \_\_\_\_\_\_de climatización debe ser implementado en todos los lugares de trabajo donde los trabajadores están expuestos al calor.

3. Los trabajadores deben usar lentes de sol para \_\_\_\_\_\_sus ojos.

4. Volverse mas tolerante al calor incrementando el tiempo de trabajo en altas temperaturas por un período de 7 a 14 días.

5. Para reducir su riesgo de agotamiento por calor, descanse en la \_\_\_\_\_\_frecuentemente.

6. Los trabajadores deben usar protector solar para proteger su \_\_\_\_\_\_.

8. Si su trabajador sufre de agotamiento por calor retírelo del área\_\_\_\_\_\_**.**

9. Ocurre cuando el agua perdida por el sudor no es remplazada completamente.

11. Agotamiento por \_\_\_\_\_\_ siempre es una emergencia medica;

12. Piel caliente, seca y \_\_\_\_\_\_.

14. Una persona que sufre deshidratación usualmente esta \_\_\_\_\_\_y seguido tiene dolor de cabeza.

15. Esta substancia se encuentra en café, tés, y sodas y puede incrementar el riesgo de deshidratación cuando se trabaja a altas temperaturas.

16. El primer paso es \_\_\_\_\_\_ la emergencia.

18. Un golpe de calor puede ser \_\_\_\_\_\_si no se atiende rápido.

22. Salga del \_\_\_\_\_\_directo.

### **Horizontales:**

4. Esto puede ser utilizado para circular aire y para mantener a los trabajadores frescos en espacios.

9. Es una enfermedad relacionada con el calor y se da cuando se toma demasiada agua y se pierde las sales del cuerpo por medio de la sudoración.

10. \_\_\_\_\_\_musculares son causados por la perdida de electrolitos a causa de sudoración en exceso.

13. Agua \_\_\_\_\_\_ es agua potable a menos de 59°F y se proporciona de forma individual.

15. No\_\_\_\_\_\_suficientes líquidos puede llevarlo a una deshidratación.

17. Trabajar adentro puede convertirse en un riesgo por calor si no hay \_\_\_\_\_\_acondicionado disponible o si la ventilación es insuficiente.

19. Trate de trabajar durante los períodos \_\_\_\_\_\_frescos del día, si es posible

20. Gradualmente incrementa el tiempo de trabajo en un ambiente de altas temperaturas en un periodo de tiempo 7 a 14 \_\_\_\_\_\_.

21. Enfermedades relacionadas con el calor pueden ocurrir tanto dentro como \_\_\_\_\_\_.

23. Los trabajadores \_\_\_\_\_\_deben de trabajar solos a altas temperaturas.

24. Minerales encontrados en el cuerpo, la orina y el sudor que son vitales para mantener tu cuerpo funcionando e incluyen sodio, potasio, calcio y magnesio.

26. Los trabajadores deben ser \_\_\_\_\_\_ sobre como prevenir, reconocer y tratar enfermedades relacionadas con el calor.



## CRUCIGRAMA

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **1** |  | **2** |  | **3** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **5** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **6** | **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **8** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **10** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **11** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **12** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **13** |  |  |  |  |  |  | **14** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **15** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **16** |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **17** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **18** |  |  |  |  |  |  | **19** |  |  |  |  |  | **20** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **21** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **22** |  |  |  |  |  | **23** |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **24** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **25** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | **26** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**CRUCIGRAMA Respuestas**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **1** |  | **2** |  | **3** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **4** |  |  |  |  |  | **G** |  | **P** |  | **P** |  |  | **5** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **6** | **7** | **A** | **B** | **A** | **N** | **I** | **C** | **O** |  | **L** |  | **R** |  |  | **S** |  | **8** |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **P** |  | **C** |  |  |  |  |  | **L** |  | **A** |  | **O** |  |  | **O** |  | **C** |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **I** |  | **L** |  |  | **9** | **H** | **I** | **P** | **O** | **N** | **A** | **T** | **R** | **E** | **M** | **I** | **A** |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **E** |  | **I** |  |  | **D** |  |  | **E** |  |  |  | **E** |  |  | **B** |  | **L** |  |  |
|  |  |  | **10** | **C** | **A** | **L** | **A** | **M** | **B** | **R** | **E** | **S** |  | **11** |  |  |  | **G** |  |  | **R** |  | **I** |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **12** |  | **A** |  |  | **S** |  |  | **C** |  |  |  | **E** |  |  | **A** |  | **E** |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **R** |  | **T** |  | **13** | **H** | **E** | **L** | **A** | **D** | **A** | **14** | **R** |  |  |  |  | **N** |  |  |
|  |  |  |  | **15** | **T** | **O** | **M** | **A** | **R** |  | **I** |  |  | **L** |  |  | **S** |  |  |  |  | **16** | **T** |  |  |
|  |  |  |  | **C** |  | **J** |  | **R** |  |  | **D** |  |  | **O** |  |  | **E** |  | **17** | **A** | **I** | **R** | **E** |  |  |
|  |  |  |  | **A** |  | **A** |  | **S** |  |  | **R** |  |  | **R** |  |  | **D** |  |  |  |  | **E** |  |  |  |
|  |  | **18** |  | **F** |  |  |  | **E** | **19** | **M** | **A** | **S** |  |  | **20** | **D** | **I** | **A** | **S** |  |  | **C** |  |  |  |
| **21** | **A** | **F** | **U** | **E** | **R** | **A** |  |  |  |  | **T** |  |  | **22** |  |  | **E** |  |  | **23** | **N** | **O** |  |  |  |
|  |  | **A** |  | **I** |  |  |  |  |  |  | **A** |  |  | **S** |  |  | **N** |  |  |  |  | **N** |  |  |  |
|  |  | **T** |  | **N** |  |  | **24** | **E** | **L** | **E** | **C** | **T** | **R** | **O** | **L** | **I** | **T** | **O** | **S** |  |  | **O** |  |  |  |
|  |  | **A** | **25** | **A** | **G** | **U** | **A** |  |  |  | **I** |  |  | **L** |  |  | **O** |  |  |  |  | **C** |  |  |  |
|  |  | **L** |  |  |  |  |  |  |  |  | **O** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **E** |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | **26** | **E** | **N** | **T** | **R** | **E** | **N** | **A** | **D** | **O** | **S** |  |  | **R** |  |  |  |