Working in extreme heat Picture This – Spanish

PARA TRABAJOS A ALTAS TEMPERATURAS

Si en tu trabajo te enfrentas a altas temperaturas, debes tomar en cuenta estos útiles consejos:

- Asegúrate de tener siempre a mano líquidos no alcohólicos para reponer la pérdida de agua mediante su ingesta frecuente.
- Dispone de lugares acondicionados para lograr niveles adecuados de temperatura y humedad, asegurando una adecuada ventilación y renovación del aire.
- Dispone de lugares adecuados para descansar, estableciendo periodos para esto.
- Mantén la piel siempre limpia para facilitar la transpiración.
- Usa protectores o cremas para cara, manos y labios.
- Usa correctamente los elementos de protección personal.
- Infórmate de los riesgos existentes y de las medidas que se deben considerar.

Fuente: ***https://www.exyge.eu/***