

# Quando Este Trabajando al Aire Libre a Temperaturas Elevadas

# Después De Un Huracán Protéjase Siguiendo Estos Hábitos

HACER

NO  
HACER

**1** Tomar un vaso de agua cada quince minutos.



**2** Usa ropa adecuada para protegerte del sol y toma descansos bajo la sombra.



**3** Trabajando duro en altas temperaturas puede causar accidentes que puedan lastimar a ti y a otros si usted se encuentra mareado, débil o estás sintiendo confusión mental debido al calor.



**4** Llame al 911 si un trabajador se siente enfermo, confuso o se desmaya.

