

Precauciones con el calor y el sol



"Si no tomo mucha agua me dan fuertes dolores de cabeza y algunas veces me siento mareado."

Protéjase del golpe de calor y de la cáncer de la piel

Use bloqueador de sol, SPF 15 o mayor

Vístase con ropa ligera de algodón de colores claros

Use gorra o sombrero

Tome mucha agua antes, durante y después de trabajar

Durante los descansos, siéntese en la sombra

Use lentes de seguridad con protección del sol marcado con "Z87"



Pagado por el Departamento de Trabajo de Nueva York, Programa de Reducción de Riesgo

Precauciones con el calor y el sol



"Si no tomo mucha agua me dan fuertes dolores de cabeza y algunas veces me siento mareado."

Protéjase del golpe de calor y de la cáncer de la piel

Use bloqueador de sol, SPF 15 o mayor

Vístase con ropa ligera de algodón de colores claros

Use gorra o sombrero

Tome mucha agua antes, durante y después de trabajar

Durante los descansos, siéntese en la sombra

Use lentes de seguridad con protección del sol marcado con "Z87"



Pagado por el Departamento de Trabajo de Nueva York, Programa de Reducción de Riesgo