



ALERTA DE CALOR



CONOZCA SUS DERECHOS: SEGURIDAD ANTE EL CALOR EN EL TRABAJO

¡Todas las personas, sin importar su estatus migratorio, tienen derechos en el trabajo para prevenir enfermedades por calor! No importa si trabajas adentro o al aire libre, estás protegido(a).



¡CONOCE LOS SIGNOS DE ENFERMEDAD POR CALOR QUE PUEDE SER MORTAL! BUSCA AYUDA DE EMERGENCIA SI TÚ O UN(A) COMPAÑERO(A) PRESENTAN:



Desmayo



Temperatura corporal alta



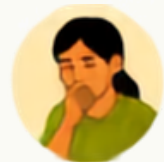
Piel Roja, Caliente y Seca



Convulsiones



Confusión



Náuseas



Fatiga Extrema

Alerta de Calor 2026



No esperes a sentirte mal para pedir ayuda.

La enfermedad por calor puede causar ataques al corazón y la muerte.



Mantente seguro(a) tomando agua con frecuencia.

No esperes a tener sed para beber agua.
Evita los refrescos, el café y no tomes alcohol.



POR LEY, TU JEFE O SUPERVISOR DEBE PROPORCIONAR:



Agua fresca, limpia y suficiente durante todo el día, gratis



Descansos adicionales en áreas con sombra o frescas por al menos 5 minutos cada vez



Capacitación sobre cómo prevenir enfermedades por calor y qué hacer en caso de emergencia de salud



LEGAL
AID AT
WORK

