

La exposición laboral a ambientes calurosos, tanto con radiación solar como sin ella, puede generar graves problemas de salud a las personas expuestas e incluso provocar la muerte.

Extremadura es una comunidad que se caracteriza por tener veranos muy calurosos, razón por la que los trabajadores/as pertenecientes a los sectores tales como agricultura, construcción, mantenimiento de carreteras, forestales... están muy expuestos a sufrir las consecuencias nefastas de este riesgo laboral si no se aplican las correspondientes medidas preventivas.

Evitar tales consecuencias, es el origen de esta campaña de sensibilización desarrollada por **CCOO**. Porque las soluciones pueden encontrarse y aplicarse, **CUENTA CON CCOO DE EXTREMADURA**.

con el **CALOR**
NO te la juegues



**comisiones obreras
de Extremadura**

Campaña de Salud Laboral de CCOO de Extremadura
a través del convenio de colaboración con el
Gobierno de Extremadura

GOBIERNO DE EXTREMADURA

Consejería de Empleo, Mujer y Políticas Sociales

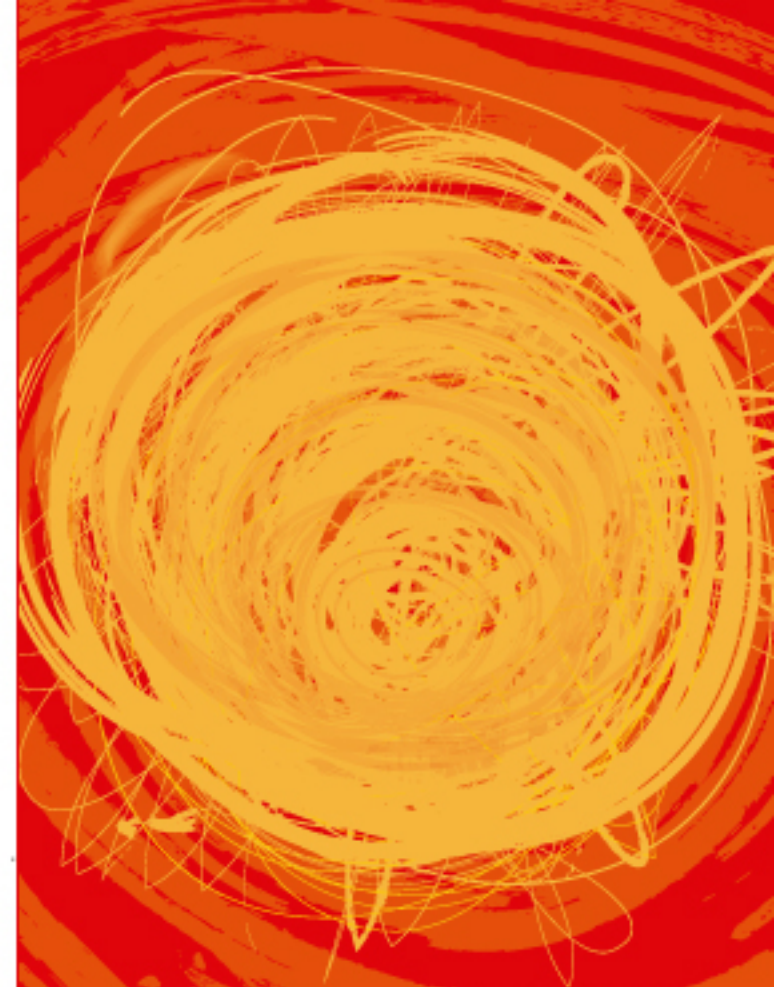


GABINETE DE SALUD LABORAL

Avda. de Colón, 6
06005 BADAJOZ
Tlf.: **924 223 248**
Fax: **924 224 866**

Obispo Ciriaco Benavente, 2
10001 CÁCERES
Tlf.: **927 227 279**
Fax: **927 244 798**

www.extremadura.ccoo.es



con el **CALOR**
NO te la juegues

La exposición laboral a ambientes calurosos
puede generar graves problemas de salud,
no te permitas perder esta partida...



**comisiones obreras
de Extremadura**

PARA GANAR ESTE JUEGO AL CALOR DEBERÁS DE:

- 1 Beber abundante agua y bebidas isotónicas.
- 2 Evitar trabajos penosos en horas puntas de calor.
- 4 Tomar descansos periódicos a la sombra.
- 5 Trabajar en lugares bien ventilados.
- 7 Evitar trabajar en condiciones de alta temperatura y humedad.
- 8 Estar informado de los riesgos por trabajar con temperaturas ambientales extremas.
- 10 Usar ropa de trabajo ligera y transpirante.
- 11 Adecuar el trabajo a tu estado de salud (diabetes, problemas respiratorios, cardiovasculares...)
- 13 Utilizar equipos de protección adecuados.
- 14 Estar informado sobre primeros auxilios ante golpes de calor.

PUEDES PERDER ESTA PARTIDA SI:

- 3 Tienes una larga jornada de exposición solar.
- 6 No estás aclimatado a tus condiciones laborales.
- 9 Sufres deshidratación.
- 12 La organización del trabajo no tiene en cuenta los trabajos en ambientes calurosos.
- 15 Golpe de calor.



¡recuerda
y consigue tu
descanso!!