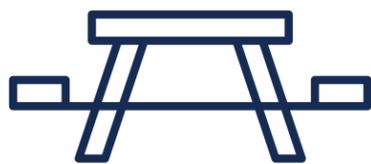




TRABAJAMOS MEJOR
CUIDÁNDONOS DEL
CALOR



DESCANSO



SOMBRA

DESCANSE A LA SOMBRA

Si usted trabaja al aire libre y está expuesto a excesivo calor. Protéjase descansando a la sombra, tomando agua y usando ropa que le proteja del sol. Cuide su salud y prevenga un golpe de calor.

www.cso.go.cr



MINISTERIO DE
TRABAJO Y
SEGURIDAD SOCIAL

GOBIERNO
DE COSTA RICA



CSO
CONSEJO DE SALUD OCUPACIONAL



TRABAJAMOS MEJOR
CUIDÁNDONOS DEL
CALOR



HIDRATACIÓN



DESCANSO



SOMBRA



PROTECCIÓN

DESCANSE A LA SOMBRA

Si usted trabaja al aire libre y está expuesto a excesivo calor. Protéjase descansando a la sombra, tomando agua y usando ropa que le proteja del sol. Cuide su salud y prevenga un golpe de calor.

www.cso.go.cr



MINISTERIO DE
TRABAJO Y
SEGURIDAD SOCIAL

GOBIERNO
DE COSTA RICA



CSO
CONSEJO DE SALUD OCUPACIONAL



HIDRATACIÓN

HIDRÁTESE CONSTANTEMENTE

Si usted trabaja al aire libre protéjase usando ropa fresca, manga larga y gorra que le proteja del sol. Cuide su salud y prevenga un golpe de calor.

www.cso.go.cr



MINISTERIO DE
TRABAJO Y
SEGURIDAD SOCIAL

GOBIERNO
DE COSTA RICA



CSO
CONSEJO DE SALUD OCUPACIONAL



TRABAJAMOS MEJOR
CUIDÁNDONOS DEL
CALOR



HIDRATACIÓN



DESCANSO



SOMBRA



PROTECCIÓN

PREVENGAMOS EL GOLPE DE CALOR

utilizando ropa fresca que nos proteja del sol,
tomando agua potable y comiendo a la sombra
durante la jornada de trabajo.

www.cso.go.cr



MINISTERIO DE
TRABAJO Y
SEGURIDAD SOCIAL

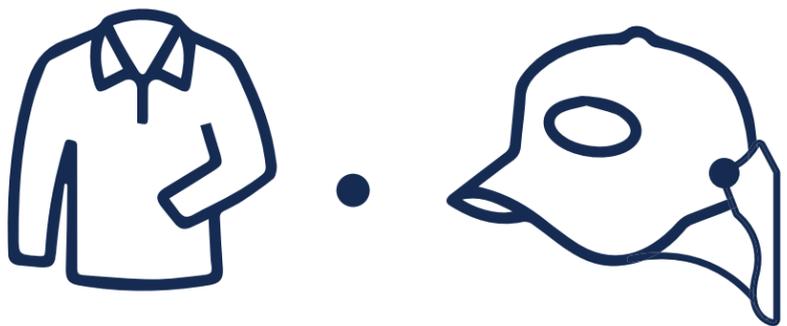
GOBIERNO
DE COSTA RICA



CSO
CONSEJO DE SALUD OCUPACIONAL



TRABAJAMOS MEJOR
CUIDÁNDONOS DEL
CALOR



PROTECCIÓN

USE ROPA QUE LE PROTEJA DEL SOL

Si usted trabaja al aire libre y está expuesto a excesivo calor. Protéjase usando ropa fresca, manga larga y gorra que cubra el cuello. Cuide su salud y prevenga un golpe de calor.

www.cso.go.cr



MINISTERIO DE
TRABAJO Y
SEGURIDAD SOCIAL

GOBIERNO
DE COSTA RICA



CSO
CONSEJO DE SALUD OCUPACIONAL



HIDRATACIÓN



SOMBRA



DESCANSO

LA PERSONA EMPLEADORA

está en la obligación de darnos tiempo para tomar agua potable e ingerir alimentos en la sombra, para prevenir los efectos del estrés térmico por calor.

www.cso.go.cr



MINISTERIO DE
TRABAJO Y
SEGURIDAD SOCIAL

GOBIERNO
DE COSTA RICA



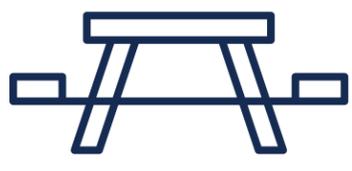
CSO
CONSEJO DE SALUD OCUPACIONAL



TRABAJAMOS MEJOR
CUIDÁNDONOS DEL
CALOR



HIDRATACIÓN



DESCANSO



SOMBRA



PROTECCIÓN

PREVENGAMOS EL GOLPE DE CALOR

Cumpliendo con el Protocolo de Hidratación,
Descanso, Sombra y Protección

www.cso.go.cr



MINISTERIO DE
TRABAJO Y
SEGURIDAD SOCIAL

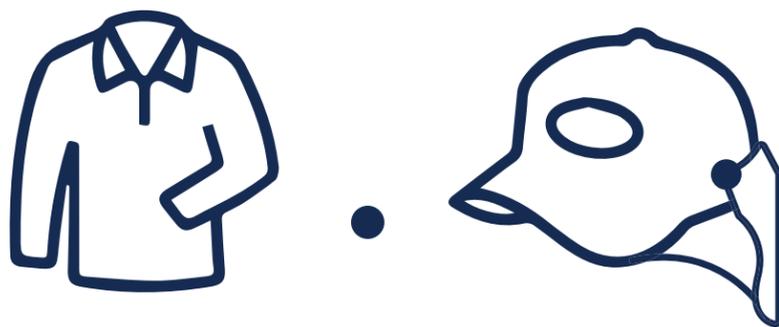
GOBIERNO
DE COSTA RICA



CSO
CONSEJO DE SALUD OCUPACIONAL



TRABAJAMOS MEJOR
CUIDÁNDONOS DEL
CALOR



PROTECCIÓN

USE ROPA QUE LE PROTEJA DEL SOL

Si usted trabaja al aire libre protéjase usando ropa fresca, manga larga y gorra que cubra el cuello. Cuide su salud y prevenga un golpe de calor.

www.cso.go.cr



MINISTERIO DE
TRABAJO Y
SEGURIDAD SOCIAL

GOBIERNO
DE COSTA RICA



CSO
CONSEJO DE SALUD OCUPACIONAL