



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](http://www.cso.go.cr)



MINISTERIO DE  
TRABAJO Y  
SEGURIDAD SOCIAL

GOBIERNO  
DE COSTA RICA



**CSO**  
CONSEJO DE SALUD OCUPACIONAL