

Agotamiento por el Calor

El agotamiento por el calor es la manera que el cuerpo responde a la pérdida excesiva de agua y sal, generalmente a través de la sudoración excesiva. Los trabajadores que tienden más a sufrir de agotamiento por calor son aquellos de edad avanzada, los que tienen la presión arterial alta, y los que trabajan en un ambiente caluroso.

Síntomas

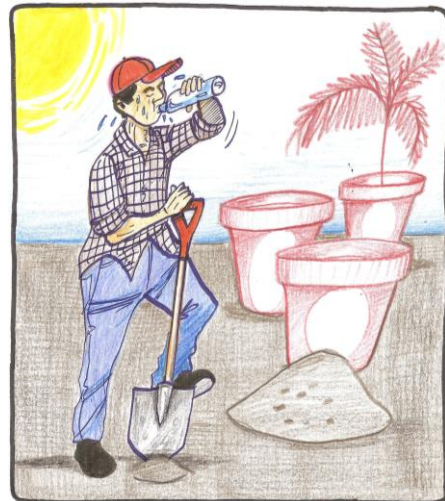
Los síntomas pueden incluir:

- Sudoración excesiva
- Debilidad extrema o fatiga
- Confusión y mareos
- Náusea
- Piel húmeda
- Tez pálida o enrojecida
- Calambres musculares
- Temperatura corporal ligeramente elevada
- Respiración rápida y sin profundidad

Primeros Auxilios

Tome las medidas siguientes para tratar a un trabajador con agotamiento:

- Hágalo/a descansar en un lugar fresco, sombreado o con aire acondicionado.
- Haga que beba mucha agua u otras bebidas frescas que no sean alcohólicas.
- Pídale que tome una ducha o baño fríos o un baño de esponja.



This material was produced under grant number SH-23584-12 from the Occupational Safety and Health Administration, U.S. Department of Labor. It does not necessarily reflect the views or policies of the U.S. Department of Labor, nor does mention of trade names, commercial products, or organizations imply endorsement by the U.S. Government.