



**+Seguro** ✓

## QUE EL CALOR NO SEA UN RIESGO

**'Yo me hago cargo'** de mi seguridad y salud.

- ✓ **Me mantengo hidratado.**
- ✓ **Uso protector solar** cada dos horas.
- ✓ **Realizo pausas** en lugares frescos y sombreados para evitar la fatiga.
- ✓ **Ante síntomas de deshidratación o malestar general,** aviso al supervisor.
- ✓ **Utilizo ropa adecuada** para las altas temperaturas.



¡CUIDARME ES LA CLAVE  
**PARA UN VERANO SEGURO!**