



10

SEÑALES DE ALARMA ESTRÉS TÉRMICO POR CALOR



SI DETECTAS ESTOS SÍNTOMAS EN TI O EN TUS COLABORADORES,
¡DETÉN LA EXPOSICIÓN AL CALOR DE INMEDIATO!

AGOTAMIENTO

CON MAREO, NÁUSEAS, DOLOR DE CABEZA, FATIGA, DEBILIDAD MUSCULAR SON SÍNTOMAS DE SOBRECARGA TÉRMICA.

FRECUENCIA RESPIRATORIA

TRAS UN GRAN ESFUERZO, LA FRECUENCIA RESPIRATORIA PERMANECE ELEVADA MÁS TIEMPO DE LO NORMAL CUANDO UN TRABAJADOR SUFRE UNA SOBRECARGA TÉRMICA

PRODUCCIÓN URINARIA

UNA DISMINUCIÓN DE PRODUCCIÓN URINARIA PUEDE SER INDICACIÓN DE AGOTAMIENTO POR CALOR



SI LA SUDORACIÓN SE INTERRUMPE Y LA PIEL SE VUELVE CALIENTE Y SECA, SE DEBE BUSCAR ATENCIÓN MÉDICA INMEDIATA



LA PÉRDIDA DE PESO DIARIA PUEDE INDICAR QUE EL CUERPO ESTÁ PERDIENDO MÁS LÍQUIDOS DE LOS QUE ESTÁN SIENDO REPUESTOS POR MEDIO DE LA HIDRATACIÓN.

ESTADO MENTAL

CONFUSIÓN, COMPORTAMIENTO EXTRAÑO, CONVULSIONES O PÉRDIDA DEL CONOCIMIENTO PUEDEN SER SEÑALES DE UN GOLPE DE CALOR.

PULSO ACELERADO

PARA PERSONAS SIN CONDICIONES CARDIACAS, ES UNA SEÑAL DE PELIGRO SUPERAR 180 PULSACIONES POR MINUTO MENOS LA EDAD EN AÑOS DE LA PERSONA EXPUESTA (180 - EDAD) POR UN PERIODO PROLONGADO

PRESIÓN ELEVADA

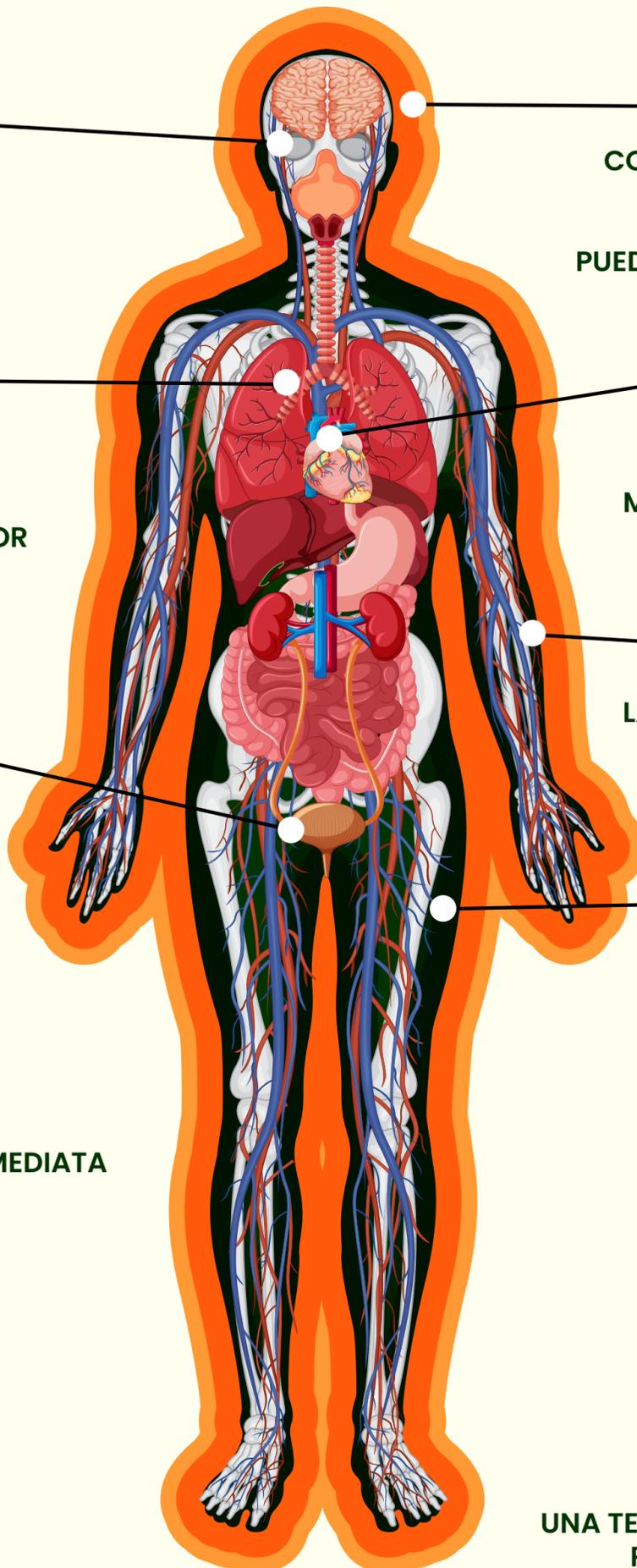
LA PRESIÓN ARTERIAL DE UN TRABAJADOR EXPERIMENTANDO UNA SOBRECARGA TÉRMICA PERMANECE ELEVADA MÁS TIEMPO DE LO NORMAL.

CALAMBRES

LA DESHIDRATACIÓN POR SUDORACIÓN EXCESIVA IMPLICA UN AGOTAMIENTO DE ELECTROLITOS EN EL CUERPO, EL CUAL PUEDE PROVOCAR CALAMBRES MUSCULARES Y PROBLEMAS GASTROINTESTINALES.



UNA TEMPERATURA CORPORAL INTERNA QUE SUPERA LOS 38 °C EN PERSONAL NO ACLIMATADO INDICA UNA SOBRECARGA TÉRMICA. UNA TEMPERATURA CORPORAL MAYOR A 40.5 C PUEDE SER SEÑAL DE UN GOLPE DE CALOR.



CONTÁCTANOS:

ventas@grupo-microanálisis.com
grupo-microanálisis.com

FUENTES: NIOSH, OSHA, ACGIH, INSST