



**Prevención de lesiones
por la exposición a
altas temperaturas
ambientales**

**Cuando nos encontremos expuestos
a altas temperaturas ambientales,
procura descansar cada 45 minutos
de trabajo continuo**

**Descansa en los sectores
habilitados, provistos de sombra
Recuerda mantener la hidratación
durante estas pausas**