

# EFFECTOS DEL SOL EN EL TRABAJO

LOGO

## Efectos del SOL en el TRABAJO

En el cuerpo humano **PROVOCA**

### Efectos debidos al **CALOR**

#### GOLPE DE CALOR



**CALAMBRES Y AGOTAMIENTO POR CALOR**

### Efectos debidos a la **RADIACIÓN**



**QUEMADURAS SOLARES**



**ENVEJECIMIENTO DE LA PIEL**



**CÁNCER DE PIEL MELANOMA**

## PROTÉGETE de estos riesgos



• Bebe periódicamente líquidos



• No tomes bebidas alcohólicas



• Comidas ligeras con pocas grasas



• Dosifica el esfuerzo  
 • Descansa a intervalos

### EVITA LA EXPOSICIÓN DIRECTA DE LA PIEL AL SOL



• PROTEGE EL CUERPO CON ROPA  
 - Ligera  
 - Transpirable  
 - Amplia



• Protege la cabeza y mójala periódicamente



• Usa cremas de protección solar

**RECUERDA, LA PREVENCIÓN ES TU MEJOR PROTECCIÓN**