

CÓMO PREVENIR LAS ENFERMEDADES RELACIONADAS CON EL CALOR

— EN EL LUGAR DE TRABAJO

*ANUNCIO PATROCINADO

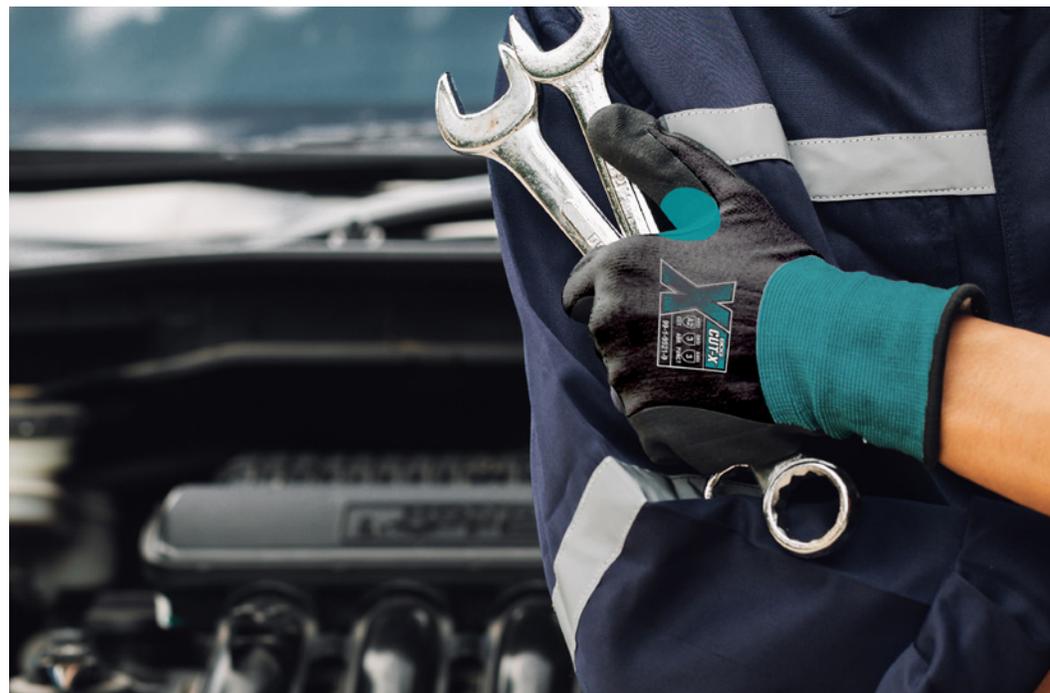
SE TRATA DE UNA SITUACIÓN MUY GRAVE. SEGÚN LA CLÍNICA MAYO, ALGUNAS DE LAS CAUSAS DE LAS ENFERMEDADES PROVOCADAS POR EL CALOR SON LA EXPOSICIÓN A ALTAS TEMPERATURAS, SOBRE TODO CUANDO LA HUMEDAD TAMBIÉN ES ELEVADA, Y LA REALIZACIÓN DE TRABAJO FÍSICO INTENSO.

Las enfermedades relacionadas con el calor y el estrés térmico se producen cuando el cuerpo no es capaz de enfriarse eficazmente. Se trata de una situación muy grave. Según la Clínica Mayo, algunas de las causas de las enfermedades provocadas por el calor son la exposición a altas temperaturas, sobre todo cuando la humedad también es elevada, y la realización de trabajo físico intenso. Otros factores incluyen trabajar bajo exposición solar directa o en lugares con escasa circulación de aire, cerca de máquinas que generen calor o al aire libre con el calor reflejado por el suelo, así como llevar puestos equipos de protección individual.

RECONOZCA LAS SEÑALES DE ALARMA

El calor puede causar graves problemas de salud e incluso la muerte. Entre otros, puede provocar una insolación o golpe de calor, un infarto o accidente cerebrovascular, o agravar afecciones médicas preexistentes como las enfermedades renales o pulmonares.

Las emergencias relacionadas con el calor se producen en tres etapas, a saber: los calambres por calor, el agotamiento por calor y el golpe de calor. Todas ellas son graves. Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), estas son las señales de alerta a las que debe estar atento y lo que hay que hacer en cada caso.



LAS EMERGENCIAS RELACIONADAS CON EL CALOR

CALAMBRES POR CALOR

SEÑALES DE ALERTA

- ✓ Sudoración excesiva durante un ejercicio intenso
- ✓ Dolor o espasmos musculares

QUÉ DEBE HACER

- ✓ Deje de hacer cualquier actividad física y encuentre un lugar fresco
- ✓ Beba agua o una bebida deportiva
- ✓ Espere a que desaparezcan los calambres antes de reanudar cualquier actividad física

Busque atención médica de inmediato si:

- Tiene problemas de corazón
- Los calambres no desaparecen en 1 hora
- Sigue una dieta baja en sodio

AGOTAMIENTO POR CALOR

SEÑALES DE ALERTA

- ✓ Sudoración excesiva
- ✓ Piel fría, pálida y húmeda
- ✓ Pulso rápido y débil
- ✓ Náuseas o vómitos
- ✓ Calambres musculares
- ✓ Cansancio o debilidad
- ✓ Mareos
- ✓ Dolor de cabeza

QUÉ DEBE HACER

- ✓ Busque un lugar fresco
- ✓ Aflojese la ropa
- ✓ Cúbrase el cuerpo con paños fríos y húmedos o dese un baño frío
- ✓ Beba agua en pequeños sorbos

Busque atención médica de inmediato si:

- Está vomitando
- Sus síntomas no desaparecen en 1 hora

GOLPE DE CALOR

SEÑALES DE ALERTA

- ✓ Temperatura corporal alta (103 °F o más)
- ✓ Piel enrojecida, caliente, seca o húmeda
- ✓ Pulso rápido y fuerte
- ✓ Dolor de cabeza
- ✓ Mareos
- ✓ Náuseas
- ✓ Confusión
- ✓ Pérdida del conocimiento

QUÉ DEBE HACER

- ✓ Llame inmediatamente al 911: un golpe de calor es una emergencia médica
- ✓ No dé nada de beber a la persona
- ✓ Traslade a la persona a un lugar más fresco
- ✓ Ayude a bajar la temperatura de la persona con paños fríos o un baño frío



REDUZCA LOS RIESGOS

Manténgase bien hidratado - Beba a menudo, incluso antes de tener sed

Tómese tiempo para aclimatarse

Reduzca la duración de sus turnos de trabajo hasta que su cuerpo haya tenido tiempo de adaptarse al calor

Haga pausas para descansar y refrescarse

Evite la ropa oscura y ajustada si es posible

Utilice un EPI transpirable con la protección necesaria

Esté atento a los síntomas de las enfermedades relacionadas con el calor tanto en usted mismo como en los demás





COMBATIR EL CALOR CON EL EPI ADECUADO DE LA MARCA BDG

El trabajo físico en condiciones de calor y humedad puede hacer que el calor se acumule en el interior del cuerpo, aumentando con ello su carga de calor. La mayoría de la ropa y equipos de protección que utilizan los trabajadores pueden impedir que el cuerpo regule la temperatura mediante la sudoración, haciendo que el trabajador retenga el calor y la humedad, y exponiéndolo a las enfermedades relacionadas con el calor.

Bob Dale Gloves (BDG®) ofrece una serie de soluciones de EPI de protección que lo ayudarán a mantenerse fresco cuando trabaje en condiciones de calor. Nuestros nuevos guantes transpirables X-SITE® y CUT-X® de calibre 21 están disponibles con un revestimiento de poliuretano o de caucho de nitrilo. Existe una gama completa, desde guantes de nylon con protección contra cortes de nivel A1 (ANSI/ISEA 105-2016) hasta guantes con un exterior de HPPE, poliéster y acero con una protección contra cortes de nivel A9 (ANSI/ISEA 105-2016), así como una protección contra la abrasión y las perforaciones de nivel 3 (ANSI/ISEA 105-2016).

TODOS LOS GUANTES BDG® DE CALIBRE 21 ESTÁN FABRICADOS CON MATERIAL TRANSPIRABLE Y OFRECEN UNA PROTECCIÓN DE 360 GRADOS, LA MÁXIMA DESTREZA Y UNA EXCELENTE ADHERENCIA, ADEMÁS DE SER COMPATIBLES CON PANTALLAS TÁCTILES.

Todos los guantes BDG® de calibre 21 están fabricados con material transpirable y ofrecen una protección de 360 grados, la máxima destreza y una excelente adherencia, además de ser compatibles con pantallas táctiles.

Además, nuestras mangas CUT-X® transpirables y resistentes a los cortes ofrecen una protección contra los cortes de nivel A4 o A5 (ANSI/ISEA 105-2016), así como una

protección contra el calor por conducción de nivel 2, esto es, hasta 284 °F/140 °C (ANSI/ISEA 105-2016).

Si desea obtener más información sobre BDG® y nuestra nueva gama de guantes de calibre 21, póngase en contacto con sales@bobdalegloves.com.

NUESTRO COMPROMISO, SU SEGURIDAD

Bob Dale Gloves (BDG®) es un fabricante y proveedor norteamericano de equipos de protección individual de calidad superior, especializado en encontrar soluciones para guantes y ropa de protección.



*ANUNCIO PATROCINADO

BDG
BOB DALE GLOVES

La información contenida en el presente documento puede ser modificada sin previo aviso. Dado que Bob Dale Gloves and Imports Ltd. no puede controlar ni prever las condiciones en las que se utilizará este producto, cada usuario debe comprobar esta información en su contexto específico para determinar si se ajusta al uso previsto. En la máxima medida en que lo permita la ley, Bob Dale Gloves and Imports Ltd., y/o sus filiales, empleados o representantes no serán responsables de los daños de cualquier índole que resulten del uso de la información contenida en esta ficha técnica. No se ofrece ninguna garantía expresa o implícita, salvo las garantías implícitas exigidas por la ley.

COPYRIGHT © 2024 - Bob Dale Gloves & Imports Ltd.

Fecha de revisión: 25 de noviembre de 2024