

(NOTA : mover el cursor por encima de objetos para descubrir enlaces web a material adicional)

AGUA. SOMBRA. DESCANSOS.

Sin ellos no se puede trabajar.

[Página principal](#)

[Recursos educativos](#)

[Uso del índice de calor](#)

[Recursos de capacitación](#)

[Recursos de comunicación](#)

Recursos Educativos:

Hojas de información/afiches/materiales de capacitación

Para [pedir cualquier de los siguientes documentos sobre el calor, visita la página web de publicaciones de la OSHA](#). Haga click en "order now" para poner el artículo en un carrito virtual por la mano derecha de la pantalla. Para pedir varias copias, llame al 1-800-321-OSHA (6742).



Hojas de información ilustradas para trabajadores

Construcción y Agricultura: Disponible [en español](#)* ** y [en inglés](#)*

Petróleo y Gas, y Construcción: Disponible [en español](#)* ** y [en inglés](#)*



Afiche de capacitación

Afiche educacional para utilizar en la capacitación sobre los síntomas de las enfermedades a causa del calor y su prevención.

Disponible [en español](#)* ** y [en inglés](#)*)



Afiche para la comunidad

Afiche para sensibilizar a la comunidad con mensajes de prevención de las enfermedades a causa del calor.

Disponible [en español](#)* ** y [en inglés](#)*



Guía de capacitación de la OSHA

Guía para llevar a cabo capacitación sobre la seguridad en el calor, con planes de lecciones.

Disponible [en español](#)* y en [en inglés](#)*

NWRA 2016 Safety Stand Down "WATER. REST. SHADE" -Prevención de enfermedades por el calor



Uso del índice del calor: Una guía para empleadores

Una guía para hacer un plan para el calor en el lugar de trabajo y tomar precauciones basado en el índice del calor.

Disponible [en español](#)* y en [en inglés](#)*



DatosRapidos Hipertermia

Tarjeta de doble cara para aprender cuales precauciones se puede tomar.

Disponible [en español](#)* en [en inglés](#)* y en [vietnamita](#)*



Agua.Sombra.Descansos

Tarjeta de doble cara con un mensaje por un lado y síntomas de enfermedades a causa del calor por el otro. Un código QR enlace al sitio web de OSHA para prevenir las enfermedades a causa del calor. Se puede llevar en su billetera para usar en caso de emergencia. Es bueno distribuir en los lugares de trabajo.

Disponible [en español](#)* y [en inglés](#)* y [em português](#)*



Herramienta de seguridad en el calor de la OSHA

Aplicación para el teléfono inteligente que calcula el índice del calor según ubicación y proporciona direcciones para prevenir las enfermedades a causa del calor.

Recursos adicionales para trabajadores y empleadores

Hoja informativa de OSHA: [Hoja informativa sobre cómo proteger a los trabajadores contra los efectos del calor](#)* [sólo disponible en inglés]

Hoja informativa de la enfermedad a causa del calor, OSHA-NIOSH: [Cómo proteger a los trabajadores contra la enfermedad a causa del calor](#)

Página de temas de seguridad y salud, la OSHA: [Estrés por el calor](#) [sólo disponible en inglés]

Datos breves del instituto nacional de seguridad y salud ocupacional (NIOSH): [Protéjase contra el estrés ocasionado por el calor](#)

Tema de seguridad y salud en el trabajo, instituto nacional de seguridad y salud ocupacional (NIOSH): [Estrés por el calor](#) (sólo disponible en inglés)

Centros para el control y prevención de enfermedades (CDC) [Preguntas frecuentes sobre el calor extremo](#) (en inglés)



Safer. Smarter. Stronger.

NWRA 2016 Safety Stand Down "WATER. REST. SHADE" *-Prevención de enfermedades por el calor*

Servicio meteorológico nacional, Administración nacional oceánica y atmosférica (NOAA) [El Calor Extremo](#)

Página web de Cal/OSHA: [Campaña para proteger de las enfermedades por el calor a los trabajadores al aire libre](#)***

Página web de la división de seguridad y salud ocupacional (DOSH), Cal/OSHA: [Prevención de enfermedades a causa del calor](#)*** (sólo disponible en inglés)

[Equipo de acción y herramienta "eTool" para la prevención de enfermedades a causa del calor](#), Cal/OSHA***

La OSHA de Oregón: [Datos rápidos para trabajadores](#)* (Inglés y Español)

Depto. de Labor e Industrias del Estado de Washington: [Exposición de calor al aire libre \(OHE, por su sigla en inglés\)](#)***