

Es obligación de la persona empleadora velar que las personas trabajadoras expuestas a estrés térmico por calor, asistan a los servicios de salud públicos, para que se realicen las pruebas de función renal, si trabajan en cualquiera de estos lugares:

PROVINCIA	CANTÓN
Alajuela	Upala
Guanacaste	Liberia, Nicoya, Santa Cruz, Bagaces, Carillo, Cañas, Abangares, Nandayure, La Cruz y Hojanca

Si la contratación es menor a los seis meses, la persona trabajadora debe realizarse las pruebas de función renal al inicio y al final de cada contratación y si la contratación es mayor a seis meses, debe realizarse las pruebas cada seis meses como mínimo.

Para más información comuníquese con el Consejo de Salud Ocupacional

USTED TIENE DERECHO A TRABAJAR EN UN AMBIENTE QUE GARANTICE SU SALUD

 Consejo de Salud Ocupacional
 /csocostarica
www.cso.go.cr
 2222-5122 / 2222-7003 / 2222-7033

Oficinas centrales del Ministerio de Trabajo y Seguridad Social, 50 metros al este, edificio color blanco a mano derecha, tercer piso, Barrio Tournón, San José, Costa Rica.

**HIDRATACIÓN
DESCANSO
SOMBRA
PROTECCIÓN**



• Siga estas indicaciones y prevenga el **Estrés Térmico por Calor**.

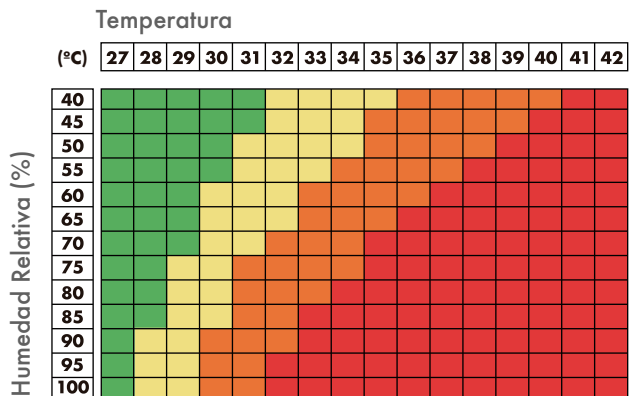
LA PERSONA EMPLEADORA ESTÁ EN LA OBLIGACIÓN DE PROVEERLE A USTED LO SIGUIENTE:



1. Agua potable durante toda la jornada y que esté ubicada en un lugar accesible, además el utensilio usado para beber debe ser de uso individual.

2. Bebidas hidratantes si trabaja en condiciones climáticas con un nivel de riesgo III ó IV.

INDICE DE CALOR



Medidas de Prevención y Protección según nivel de riesgo

- Nivel I
- Nivel II
- Nivel III
- Nivel IV

3. Áreas de sombra temporal o permanente donde ingerir los alimentos.



4. Elementos de protección personal al trabajar bajo el sol: camisas de manga larga o mangas protectoras, gorras con cobertor en el cuello o sombreros de ala ancha. Estos elementos deben permitir la transpiración.



5. Capacitación sobre los siguientes temas:

- Medidas de protección personal sobre los riesgos relacionados con el estrés térmico por calor.
- El uso y el abuso de antiinflamatorios no esteroideos (AINES).
- El uso y abuso del consumo de alcohol.
- La importancia de tomar agua potable frecuentemente

