

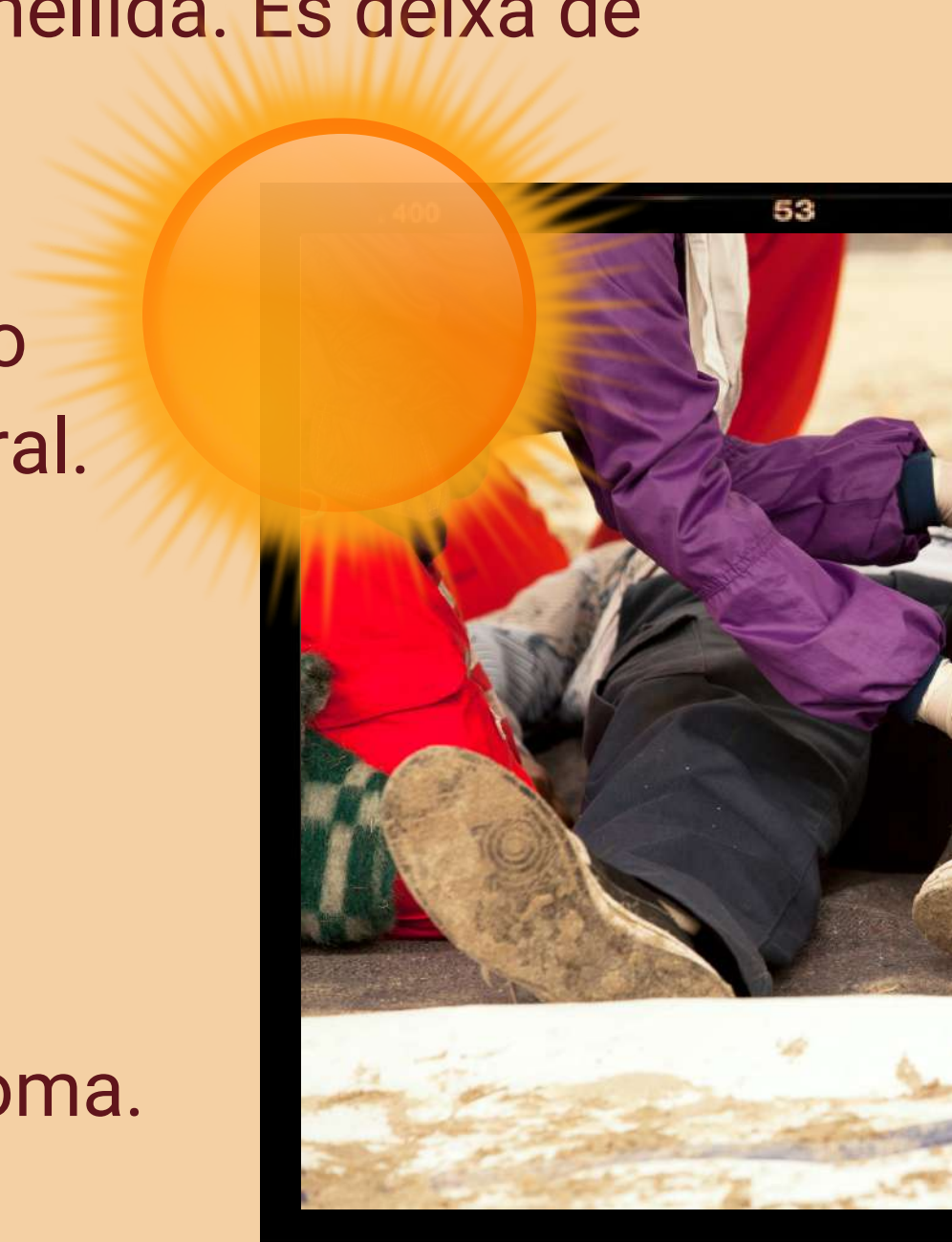
COM
ACTUAR
DAVANT UN COP DE
CALOR?

CONSELLS DE PREVENCIÓ DURANT L'ESTIU

UGT.cat

COM RECONÈIXER UN COP DE CALOR?

- Alta temperatura corporal que supera els 40 °C
- Pell seca, calenta i envermellida. Es deixa de suar o se sua poc.
- Pols accelerat i fort.
- Fatiga, nàusees, vertigen o mareig, malestar en general.
- Mal de cap intens.
- Desorientació o confusió.
- Convulsions.
- Irritabilitat, canvis de comportament.
- Pèrdua de consciència, coma.



COM ACTUAR?

PRIMERS AUXILIS

- Situem la persona accidentada en un lloc fresc i airejat.
- Cal estirar-la de cara enlaire i, si està inconscient, amb les cames elevades.



- Demanar ajuda mèdica.
- Aplicar compreses d'aigua freda
- Si la persona malalta està conscient, proporcionar-li aigua i evitar begudes fredes, ensucrades o amb cafeïna.
- Si té convulsions, no s'han de contenir, ja que podríem ocasionar-li danys musculars o en les articulacions.

**Si necessites més informació
sobre l'estrès tèrmic i
l'exposició a temperatures
altes a la feina, escriu-nos a**
otprl@catalunya.ugt.org

UGT.cat



Generalitat de Catalunya
Departament d'Empresa i Treball

