

Personal Risk Factors For Getting A Heat Related Illness – Factores De Riesgo Personal Para Tener Una Enfermedad De Calor

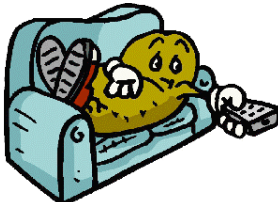
If You Are...?
Si Usted Esta...?

Lifestyle – Estilo de Vida

Overweight
Sobrepeso



Out of shape
Estar fuera de forma



Sleep deprived (don't get enough sleep)
Dormiendo poco



If You Consume (Before Or During Work)...?
Si Usted Esta Consumiendo (Antes O Durante El Trabajo)...?

Diet & Drinks – Bebidas y Dieta

High caffeine (Red Bull)
Mucha cafeína (Red Bull)



High sugar drinks >6%
Bebidas con mucha azúcar
>6%



Low salt diet
Dieta baja en sal



Drugs – Drogas

Alcohol
Alcohol



Other mood enhancing drugs
Otras drogas para aumentar el ánimo



If You Have Gone To Work With...?
Si Usted Ha Ido A Trabajar Con...?

If you have acute illnesses – Si usted tiene enfermedades agudas

Stomach flu
 Enfermedades del estomago



Hang over
 Cruda o reseca

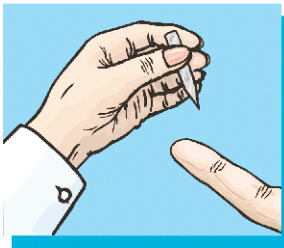


Fever for any reason
 Fiebre por cualquier razón

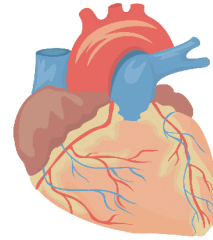


If you have chronic diseases – Si usted tiene enfermedades crónicas

Diabetes
 Diabetes



Heart disease
 Enfermedades del Corazón



IF YOU TAKING MEDICATIONS FOR...?
SI USTED ESTA TOMANDO MEDICAMENTO PARA...?

Thyroid
 Tiroides

Mental health condition
 Salud metal

Laxatives
 Laxantes

Diet pills
 Pastillas de dieta

Allergy (Antihistamines), cold or cough
 Alergias (antihistámnicos), tos y el catarro

Nausea, bladder control or irritable
 Nausea, intestino y vejiga irritable

Heart or blood pressure
 Corazón o presión

Water pills (diuretics)
 Pastillas de agua

Seizures
 Ataques

If You Marked Any Of These You Are At Greater Risk Of A Heat Related Illness!
¡Si Usted Marco Cualquiera De Las Opciones Esta En Mayor Riesgo De Contraer Una Enfermedad De Calor!