

# Trabajar bajo el sol y calor extremos impacta en nuestra salud

Compañera, compañero comerciante, por tu salud, por favor toma nota:



## Recomendaciones:

- Comenta con tus compañeras y compañeros de trabajo los riesgos relacionados con el calor y las medidas recomendadas.
- Ten identificado el centro de salud más cercano.
- Ten identificados lugares frescos donde poder descansar: locales comerciales con aire acondicionado (bancos, centros comerciales), y lugares con mejor ventilación o bajo sombra.
- Comparte tus datos médicos con alguien de tu confianza para que pueda informar al personal de salud en caso que necesites atención (medicinas, tratamientos, alergias, etc.).
- Organiza turnos con tus compañeras y compañeros para atender a quienes se sientan mal y cuidar los puestos de venta.
- Ajusta los horarios de trabajo a los que son de menos calor para el público.
- Explica a la autoridad que el trabajo es más difícil en este clima y que tratas de proteger a trabajadores y ciudadanos.
- Asegúrate de tener acceso a agua durante tus jornadas de trabajo de modo que tengas suficiente agua para tomar, enfriar tu cuerpo y para tu trabajo.
- Sigue los reportes de clima oficiales así tomarás decisiones informadas también sobre qué vender y cómo conservar tus productos.

## ¡Cuidemos nuestra salud!



Mujeres en Empleo Informal:  
Globalizando y Organizando