



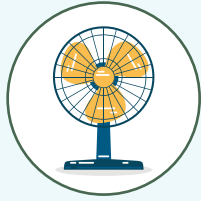
Cree un plan de acción contra el calor con su médico



Manténgase fresco



Quédese en la sombra



Use un ventilador



Use un aparato de aire acondicionado



Revise el panel de información de *HeatRisk* de los CDC para saber más

Manténgase hidratado



Conozca los síntomas

Sudoración excesiva no usual



Dificultad para respirar



Mareos

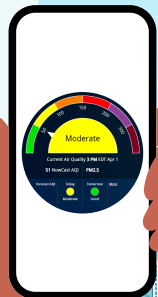


Otros signos pueden incluir dolor de cabeza, cansancio, debilidad y náuseas.

Revise la calidad del aire

Día claro

Mucha contaminación



Tenga un plan para los medicamentos



Haga un plan



Guárdelos en un lugar fresco



Prepárese para los apagones