

# No Deje Que el Frío lo Sorprenda

Este invierno, abríguese bien y tome precauciones en el trabajo:



Póngase varias capas de ropa y use una gorra para mantener el calor de cuerpo.

Use calzados con aislamiento y suelas antideslizantes y guantes.

Protéjase los ojos y la piel; la luz del sol refleja la nieve.

Dé pasos pequeños — camine despacio, arrastrando los pies. Evite caminar rápido, correr, cambiar de dirección bruscamente o detenerse de repente en superficies cubiertas de hielo o nieve.

Tome bebidas calientes para ayudar a mantener el calor del cuerpo.

POST19S 11/16