



# Golpe de calor: cómo actuar

Sus síntomas son



Dolor de cabeza intenso



Náuseas



Fiebre muy alta



Somnolencia



Convulsiones



Pérdida del conocimiento



Quando detectes estos síntomas, ¡Actúa!

Busca un lugar fresco y tumbate con las piernas alzadas.



Utiliza un ventilador o abanico para refrescarte más rápido.



Bebe agua y mójate la cara con una toalla húmeda.

Si ves que no mejoras,

¡Ves a un centro de salud!

