

AVOID HEAT STROKE

EVITE LA INSOLACIÓN

HEAT EXHAUSTION

AGOTAMIENTO POR CALOR



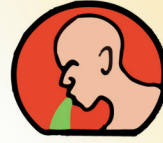
Faint or dizzy
Débil o mareo



Excessive sweating
Sudor en exceso



Cool, pale, or clammy skin
Piel fría, pálida o húmeda



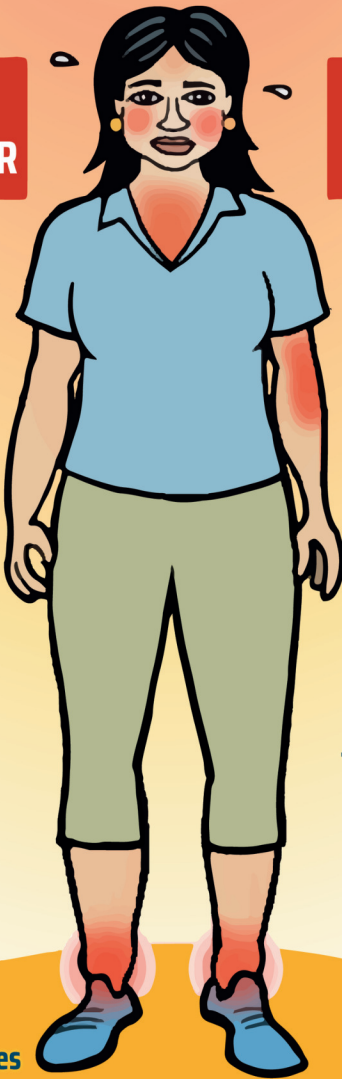
Nausea or vomiting
Náusea o vómito



Rapid, weak pulse
Pulso rápido o débil



Muscle cramps
Calambres musculares



HEAT STROKE

LA INSOLACIÓN

Headache
Dolor de cabeza



No sweating
No sudoración



Hot, dry, or damp skin
Piel caliente, seca o húmeda



Body temperature above 103 F / 40 C
Temperatura corporal mas de 40 C



Rapid, strong pulse
Pulso rápido o fuerte



Unconsciousness
Inconsciencia



Call 9-1-1 if you suspect HEAT STROKE
Call 3-1-1 for Cooling Centers and Resources
Llame al 9-1-1 si sospecha INSOLACIÓN
Llame al 3-1-1 para Centros de Enfriamiento y Recursos



Climate4LA.org/Heat
Emergency.LAcity.gov/Updates

