

SI ESTÁ ATRAPADO...

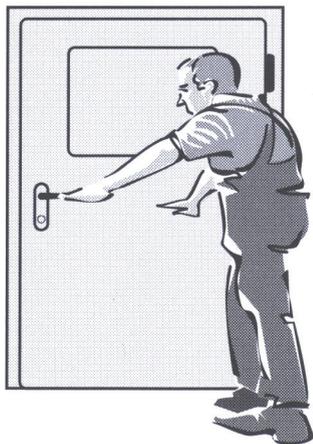
Manténgase tranquilo. Cierre todas las puertas entre Ud. y el humo. Si hay un teléfono en el cuarto, llame a los bomberos y dígales dónde está atrapado. LLámelos aun cuando Ud. pueda ver los camiones de los bomberos por la ventana. Tape las grietas alrededor de las puertas con trapos, toallas o ropa para evitar que el humo entre. Espere por la ventana, hágales señales a los bomberos ondeando una tela de color claro o una linterna y espere a que lo rescaten.

CUANDO SURGE UN INCENDIO...

EL saber cómo protegerse durante un incendio podría salvarle la vida.

Examine las puertas antes de abrirlas:

De rodillas o agachado en cuclillas al lado de la puerta, estire la mano lo más alto que pueda y toque las bisagras, la perilla y el espacio entre la puerta y el marco con el dorso de la mano. Si la puerta está fría, ábrala con cuidado y continúe por su ruta de escape. Si está caliente, manténgala cerrada, y busque otra ruta de escape o quédese en el cuarto.



Gatee por Debajo del Humo:

Si al huir por su salida principal encuentra humo, use una salida alterna. Si se ve obligado a salir a través del humo, agáchese o gatee. El calor y el humo suben; el aire más limpio estará a 12 ó 24 pulgadas (30 a 60 centímetros) del suelo.

Salga y qué dese afuera:

Abandone el edificio lo más rápido posible. LLame al departamento de bomberos del teléfono de algún vecino. No entre de nuevo al edificio por ninguna razón.

Deténgase, tírese al suelo y ruede:

Si su ropa se prende en fuego, deténgase donde esté, tírese con cuidado al piso o al suelo; tápese la cara con sus manos para protegerla de las llamas; y ruede y ruede para sofocar las llamas. Si no puede tirarse al suelo, sofoque las llamas con una manta o toalla.

Sofoque un fuego de grasa:

Si una sartén o cazuela con comida se prende en fuego, use un covedor para deslizarle con cuidado la tapa y apague el calentador. Déjele la tapa puesta hasta que se enfríe.



La gente protegiendo a la gente desde 1896
© 1996 National Fire Protection Association
Ballermarch Park, Quincy, MA 02269-9101

GRC-153552-10-6

Medidas de seguridad contra el fuego para adultos mayores



Ciudad de Chicago
Richard M. Daley, Alcalde



Chicago Department de Bomberos
Raymond Orozco, Comisionado

Protéjase

La prevención es la mejor forma de mantener su casa a salvo de un incendio.



Al cocinar use cogedores de ollas de guante y ropa con mangas ajustadas o enrolladas.

Sea Listo/a en la cocina:

Nunca deje una estufa prendida sin atender. Al cocinar use cogedores de ollas de guante y ropa con mangas ajustadas o enrolladas. Use un reloj que le recuerde cuándo apagar la estufa o el horno. Mantenga la superficie de la estufa ordenada y libre de grasa. No cocine si ha estado bebiendo alcohol o tomando medicamentos que le den somnolencia.

Manténgase alerta con los fumadores:

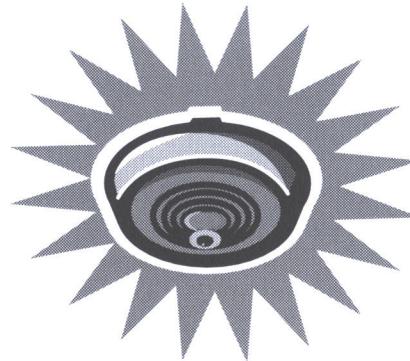
Provee a los fumadores de ceniceros amplios y hondos que no se vuelquen. Vacíelos con frecuencia y antes de tirar su contenido a la basura, mójelos bien. Nunca fume en la cama o mientras esté bebiendo alcohol o tomando medicamentos que le puedan causar somnolencia o desorientación.

Deje suficiente espacio alrededor de los calentadores:

Mantenga todo tipo de calentador a por lo menos tres pies (un metro) de distancia de todas las cosas, incluyendo su propia persona. El simple roce de un calentador al pasar podría incendiarle la ropa.

Instale detectores de humo:

Asegúrese de tener detectores de humo afuera de todas las áreas de dormir o en las áreas mismas y en cada uno de los niveles de su casa, incluyendo el sótano (basement). Revíselos mensualmente y cámbieles las baterías una vez al año o cuando el ruido del detector avise que las baterías están bajas. Si usted duerme en un cuarto con las puertas cerradas, instale un detector de humo dentro del cuarto también. Si tiene dificultad en oír, use detectores de humo que emitan una luz intermitente y que hayan sido probados y aprobados.



Revise sus detectores de humo mensualmente y cámbieles las baterías una vez al año. Puede usar un palo, el mango de la escoba, una escalerilla o un banquillo-escalera estable para alcanzar el detector. No se pare en una silla.

PLANEE SU ESCAPE

Conozca dos maneras de salir:

Tenga un plan que incluya dos rutas de escape de cada uno de los cuartos de la casa. Durante un incendio, el humo o las llamas pueden bloquear una salida y obligarlo a usar una ruta de escape alterna.

Sepa cómo desatranchar las puertas y ventanas:

Las ventanas debieran abrir por completo y con facilidad para poder escapar. Todas las ventanas y puertas necesarias para escapar que tengan rejas de seguridad, debieran estar equipadas con un mecanismo para soltar rápidamente las rejas, que cada miembro del hogar pueda operar. Practique simulacros de salidas de emergencia para identificar y eliminar obstáculos.

Conozca todas las salidas del edificio:

Si vive en un edificio de apartamentos, cuente el número de puertas entre su apartamento y las dos salidas más cercanas. Durante un incendio, quizás tenga que escapar en la oscuridad. No importa donde viva, conozca todas las salidas, incluyendo las ventanas. Si tiene problemas con las escaleras, quizás sea mejor dormir en la planta baja.