

# Prepárate con la Cruz Roja

## Prevención y seguridad contra incendios

La forma más eficaz de protegerte y proteger tu casa contra un incendio es identificar y eliminar peligros de incendio. El 65 por ciento de las muertes a causa de incendios en el hogar ocurren en viviendas sin detectores de humo que funcionan. Durante un incendio en el hogar, los detectores de humo y un plan de escape en caso de incendio que se practica con regularidad pueden salvar vidas.

- Si ocurre un incendio en tu casa debes **SALIR, QUEDARTE AFUERA** y **LLAMAR** para pedir ayuda.
- Instala detectores de humo en cada piso de la casa, y dentro y fuera de las áreas de los dormitorios. Prueba los detectores todos los meses y reemplaza las pilas por lo menos una vez al año.
- Conversa con todos los que viven en la casa sobre el plan de escape en caso de incendio y practíquenlo dos veces al año.

### Prevención de incendios en el hogar



#### Medidas que puedes tomar ahora

- ❑ Guarda todos los elementos inflamables a una distancia mínima de tres pies (1 metro) de objetos que emitan calor, como los calentadores portátiles.
- ❑ Nunca fumes en la cama.
- ❑ Habla con los niños con regularidad sobre los peligros del fuego, los fósforos y encendedores y mantenlos alejados de estas cosas.
- ❑ Apaga los calentadores portátiles cuando salgas del cuarto o vayas a dormir.

#### Cocina sin peligros

- ❑ Quédate en la cocina mientras prepares frituras, gratinados o comida asada. Si sales de la cocina aunque sea por muy poco tiempo, apaga el aparato de cocina.
- ❑ Debes estar en la casa mientras cocinas. Esto incluye hervir (aunque sea a fuego lento), hornear o asar. Verifica la comida con regularidad y usa un temporizador para recordar que estás cocinando.
- ❑ Mantén objetos inflamables como agarraderas, toallas y cosas de plástico y de tela, alejados del aparato de cocina.
- ❑ Asegúrate de que las mascotas no estén sobre las superficies de cocción ni sobre la mesada para que no volteen objetos sobre los quemadores.

#### Atención: el monóxido de carbono mata

- ❑ Instala detectores de monóxido de carbono en lugares centrales en cada piso de tu casa y afuera de los dormitorios.
- ❑ Si suena la alarma del detector de monóxido de carbono, sal rápidamente al aire libre o acércate a una ventana o puerta abierta.
- ❑ Nunca uses un generador, parrilla, estufa de campamento u otro aparato que funcione con gasolina, gas natural o propano, o carbón adentro de la vivienda, garaje, sótano, espacios para cables o tuberías, u otros sitios parcialmente cerrados.

### Práctica de seguridad contra incendios en el hogar



#### Detectores de humo

- ❑ Instala detectores de humo en cada piso de la casa, y dentro y fuera de las áreas de dormitorios.
- ❑ Enseña a los niños a reconocer el sonido de la alarma del detector de humo y a saber qué hacer cuando lo oyen.
- ❑ Una vez al mes, presiona el botón de prueba de los detectores para verificar que las alarmas funcionan.
- ❑ Reemplaza las pilas de los detectores de humo una vez al año. Instala una nueva batería si emite un sonido de aviso de que queda poca batería.
- ❑ Los detectores de humo deben reemplazarse cada 10 años. Nunca desactives los detectores de humo ni los detectores de monóxido de carbono.
- ❑ Los detectores de monóxido de carbono no sustituyen a los detectores de humo. Aprende la diferencia entre el sonido de la alarma de ambos tipos de detectores.

#### Plan de escape en caso de incendio

- ❑ Asegúrate de que todos conozcan las dos rutas de escape para cada habitación de la casa.
- ❑ Verifica que todos sepan cuál es el lugar de encuentro fuera de la vivienda en caso de incendio.
- ❑ Practica con todos el plan de escape por lo menos dos veces al año y en distintos momentos del día. Practica con todos cómo despertarse ante el sonido de la alarma, agacharse y gatear y encontrarse afuera. Asegúrate de que todos sepan cómo llamar al 9-1-1.
- ❑ Enseña a todos a **DETENERSE, TIRARSE AL SUELO** y **RODAR** en caso de que la ropa prenda fuego.

### En caso de incendio



#### Práctica del plan de escape

Recuerda: **SAL DE LA CASA, QUÉDATE AFUERA** y **LLAMA AL 9-1-1** o al número local de emergencias.

- ❑ Si la puerta cerrada o el picaporte o manija se sienten calientes, usa tu segunda ruta de escape. Nunca abras puertas que se sienten calientes al tocarlas.
- ❑ Agáchate y gatea debajo del humo.
- ❑ Ve al lugar de encuentro fuera de la casa y luego llama para pedir ayuda.
- ❑ Si el humo, el calor o las llamas obstruyen ambas rutas de escape, quédate en la habitación con la puerta cerrada. Coloca una toalla húmeda bajo la ranura de la puerta y llama a los bomberos o al 9-1-1. Abre una ventana y pide ayuda agitando un trozo de tela de color brillante o enciende una linterna para llamar la atención.

#### Precaución con el uso de extintores de incendios

- ❑ Utiliza un extintor de incendios portátil **SÓLO** si has recibido capacitación del departamento de bomberos y en las siguientes situaciones:
  - El incendio se encuentra confinado a un espacio pequeño y no se está propagando.
  - El cuarto no está repleto de humo.
  - Todos han salido del edificio.
  - Alguien llamó a los bomberos.
- ❑ Recuerda los siguientes pasos cuando utilices un extintor de incendios:
  - Extrae el pasador metálico y sostén el extintor con la boquilla apuntando lejos de tu cuerpo.
  - Apunta bajo. Apunta el extintor a la base del fuego.
  - Acciona la palanca lenta y uniformemente.
  - Haz un barrido de lado a lado con la boquilla.

## Avisa a tus familiares que estás a salvo

Si ha ocurrido un incendio en tu casa o cualquier otra catástrofe, anótate en el sitio "Sano y salvo" de la Cruz Roja Americana en [cruzrojaamericana.org/sanoysalvo](http://cruzrojaamericana.org/sanoysalvo) para avisar a tus familiares y amigos sobre tu situación. Si no tienes acceso a Internet, llama al **1-866-438-4636** para anotarte y anotar a tus familiares.