

PREPARACIÓN PARA EL CLIMA SEVERO: TORMENTAS DE INVIERNO



¡MANTÉNGASE SEGURO DURANTE UNA TORMENTA DE INVIERNO!

PREPÁRESE AHORA

- Prepare su casa para soportar el frío con aislamiento adecuado, selladores, etc.
- Siga los anuncios sobre tormentas de invierno, olas de frío, etc. Considere inscribirse en un sistema de alerta de emergencia como **CodeRed** o **AlertBoston** para recibir alertas enviadas a su teléfono.
- Prepare suministros adecuados en caso de que esté atrapado en su casa durante varios días, incluyendo **los alimentos en lata, los medicamentos necesarios, comida para las mascotas y baterías extras.**
- Junte un paquete de suministros de emergencia para su automóvil, por si acaso! Nunca se sabe donde podría estar cuando llegue la tormenta!

CREAR UN KIT DE EMERGENCIA PARA SU CARRO

¿POR QUÉ?

PORQUE NUNCA SE SABE CUÁNDO SE ENCUENTRE CON UNA TORMENTA INVERNAL O UN CIERRE DE CARRETERAS.

AMERICA'S **PrepareAthon!**
ESTÉ SEGURO. PARTICIPE. PREPARE.

CELULAR, CARGADOR

KIT DE PRIMEROS AUXILIOS

PINZAS PARA CARGAR LA BATERÍA

CADENAS DE NIEVE O NEUMÁTICOS DE INVIERNO

LUCES DE EMERGENCIA PARA CARRO

AGUA, MERIENDAS

DEPÓSITO GASOLINA LLENO

LINTERNA

BOLSAS DE ARENA (NORMAL O PARA GATOS)

BOTAS, MITONES, ROPA ABRIGADA

MANTAS

CUERDA DE REMOLQUE

PALA, RASPADOR DE HIELO, CEPILLO DE NIEVE

MANTÉNGASE SEGURO DURANTE LA TORMENTA

- Evite andar en las carreteras el mayor tiempo posible. Si está en su automóvil, estacionese en un lugar seguro y quédese adentro hasta que la tormenta disminuya.
- Evite la intoxicación con el monóxido de carbono. Solo use generadores y parrillas al aire libre y lejos de las ventanas abiertas. Nunca caliente su hogar con una estufa o horno.
- Esté atento a los signos de congelación e hipotermia y comience el tratamiento de los síntomas de inmediato.
- Atienda a los vecinos. Las personas mayores y los niños pequeños corren mayor riesgo durante el frío extremo.

Y si hay corte de energía eléctrica:

- Cierre las habitaciones para consolidar y retener el calor.
- Vístase en capas y use mantas para mantenerse abrigado.
- Lleve a las mascotas a un lugar cálido y alejadas de la tormenta o frío severo.
- Nunca caliente su hogar con una estufa u horno.

¿SABÍA USTED?

En promedio, las emisiones del carbono y otros gases de efecto invernadero han traído temperaturas más cálidas, y menos eventos de frío extremo. En ocasiones, sin embargo, el cambio climático contribuye a períodos de frío más intensos. Por ejemplo, debido a las temperaturas más cálidas en el Ártico, a veces la corriente en chorro del Ártico sopla hacia latitudes más bajas, llevando consigo temperaturas bajo cero. A pesar de que el planeta se está calentando, seguirán los fenómenos del frío extremo.



TORMENTAS DE INVIERNO:

LO QUE NECESITA SABER

ENFERMEDADES RELACIONADAS CON EL FRÍO

SÍNTOMAS

QUÉ HACER

CONGELACIÓN

- La piel se ve blanca o de color amarillo-grís, está muy fría, y tiene una dura o cerosa sensación
- La piel también puede picar, arder, o sentirse adormecida
- Una congelación profunda puede causar ampollas o endurecimiento de la carne.
- A medida que el área se descongela, la carne se vuelve roja y dolorosa

- Métase del frío. Una vez que esté adentro, quítese la ropa mojada. No frotes la zona afectada
- No camine sobre pies o dedos congelados.
- Si hay alguna posibilidad de que las áreas afectadas se congelen de nuevo, no las descongele. Si ya están descongeladas, envuélvalas para que no te vuelvas a congelar.
- Si el área se siente dormida o el dolor persiste durante el calentamiento o si se desarrollan ampollas, busque atención médica.

HIPOTERMIA

- Temblando
- Dificultad en hablar
- Respiración lenta
- Piel fría y pálida
- Pérdida de coordinación
- Sensación de cansancio
- Confusión o pérdida de memoria.

- **Haga que alguien llame al 9-1-1.** Vaya a un hospital inmediatamente. **Un retraso puede ser fatal.**
- Pídale a alguien que le ayude a cambiarse a un lugar más caliente. Quítese la ropa si esta mojada y cúbrase con ropa seca. Asegúrese de mantener el área del pecho caliente. Evite aplicar calor directamente al cuerpo. **No frotar ni masajear la parte afectada.**

CONOSCA LA TERMINOLOGÍA

ADVERTENCIA DE TORMENTA DE INVIERNO: Condiciones severas de invierno y potencialmente mortales han comenzado o comenzarán dentro de las próximas 24 horas.

ADVERTENCIA DE BLIZZARD: Vientos sostenidos o ráfagas frecuentes de 35 millas por hora o más, además de considerables caídas de nieve que reducirán la visibilidad a menos de un cuarto de milla, se espera que prevalezcan por tres horas o más.