



Información acerca de la seguridad en el hogar para la protección de su familia

Adaptado de Select Health por Allie Blackham

Las medidas de seguridad están diseñadas para mantenernos seguros. Sin embargo, muchos padres fallan al momento de reconocer los riesgos de seguridad presentes en sus propios hogares. Estos son algunos datos a tener en cuenta.

Datos: Más de un cuarto de los incendios reportados ocurren en viviendas.

Un incendio en una vivienda es una de las cosas más devastadoras que puede sucederle a una familia. Pero casi 1,000 incendios ocurren en hogares todos los días en los Estados Unidos de Norteamérica causando casi \$22 billones en daños en el 2020 solamente. Usted puede adoptar estas medidas para reducir el riesgo de incendios en su hogar:

Use velas solo cuando usted se encuentra en la habitación donde están las velas encendidas y apáguelas antes de salir de ese cuarto.

Asegúrese de limpiar el colector de pelusa de su secadora antes de cada carga de ropa.

Asegúrese de apagar la cocina y el horno cuando termina de co-



cinar.

Evite colocar cosas que no va a cocinar sobre la estufa o adentro del horno.

Instale alarmas de incendio en toda la casa y revise su funcionamiento periódicamente.

También es recomendable guardar artículos importantes e irremplazables en una caja que sea resistente al fuego o en una caja fuerte.

Usted puede evitar las consecuencias devastadoras de un incendio si toma estas medidas preventivas.

Datos: Las intoxicaciones accidentales por monóxido de carbono toman más de 400 vidas por año. Alrededor de 430 personas mueren en los Estados Unidos de Norteamérica como resultado de intoxicaciones accidentales por monóxido de carbono. El monóxido de carbono se produce por la quema incompleta de combustibles a base de carbono. Los electrodomésticos mantenidos o instalados de manera inadecuada como los calentadores de agua, hornos de calefacción central y generadores a gas, son, muchas veces, los responsables de las intoxicaciones por monóxido de carbono en hogares. Debido a que el monóxido de carbono es incoloro e inodoro, es casi imposible detectarlo sin contar con un equipo apropiado y, en niveles de

concentración altos, es sumamente tóxico.

Por lo tanto, asegúrese de

contar con detectores de monóxido de carbono instalados en toda su casa para que le adviertan en caso de presencia del gas. Algunos detectores de incendio pueden, a su vez, detectar la presencia de monóxido de carbono. A su vez, usted puede apagar algunos artefactos que funcionan con la quema de combustible cuando no están en uso, tales como la parrilla a gas. Cuando utilice herramientas que funcionan con gasolina, tales como calefactores de ambiente, lavadoras a presión o generadores, asegúrese de estar en un ambiente bien ventilado. Siempre asegúrese de contratar a profesionales con licencia cuando se trata de reparar o instalar artefactos que funcionan por la quema de combustible en su casa y que se realice su inspección periódicamente.

Different Types of CO Alarms



co-





Seguridad en el invierno: Cómo prevenir las caídas

Personal de SelectHealth

Cuando las superficies se encuentran cubiertas de nieve, congeladas y resbalosas, usted tiene más probabilidades de caerse y lesionar su cabeza o quebrarse un hueso. Las caídas pueden ser graves para cualquier persona. Para caminar de una manera más segura, sea cual sea su edad, tenga en



cuenta los siguientes consejos:

Equiparse con botas para el frío con suelas ranuradas de goma u otro material antideslizante.

Si se encuentra con hielo, trate de esquivarlo-- Busque un área con nieve o césped que pueda pisar con mejor tracción.

Tenga cuidado con el hielo negro, puede que parezca un área húmeda o vidriada sobre la senda.

Camine despacio, dé pasos más cortos y camine con sus rodillas un poco flexionadas. Salga temprano para no tentarse de caminar rápido hacia su vehículo o al autobús.

Utilice descongeladores en los caminos peatonales y limpie la nieve antes de que se acumule. La limpieza de la nieve puede ser un trabajo extenuante Si usted sufre de una condición médica, consulte con su doctor antes de limpiar la nieve con pala, o aún mejor, pida que otra persona lo haga por usted.

Rincón de la silla para el coche

Pregunta: ¿Por qué mi niño no puede usar un abrigo abultado cuando está sentado en la silla para el coche? ¿Qué tan abultado es muy abultado?

Respuesta: Abrigos voluminosos y abultados no son seguros en las sillas para el coche porque le dan a usted la falsa sensación de que las correas del arnés de la silla para el coche están apretadas cuando en realidad no lo están. El material se comprime bajo la fuerza intensa de un accidente y esa flojedad en el arnés es insegura. El arnés atado de manera ajustada es fundamental para el control de la energía y la contención en un choque.

Realice esta simple prueba: Coloque el cinturón de seguridad a su niño con el abrigo puesto. Ajuste las correas y asegúrese de poder hacer la prueba del pellizco de las correas en la zona del hombro. Desabroche sin desajustar las correas. Quítele el abrigo al niño y colóquelo nuevamente en la silla sin ajustar el arnés. Si las correas del arnés aún pasan la prueba del pellizco, puede usar el abrigo. Si no, quite el abrigo antes de comenzar el viaje. Puede colocar el abrigo al revés sobre los hombros del niño o colocar una manta sobre él luego de haber abrochado el arnés.



Primary Children's ayuda a las familias con sillas para el coche para necesidades especiales. Llame al 801-662-6583 para progra-