

# ¿ESTÁ PREPARADO?



**Get Ready**

[www.aphagetready.org](http://www.aphagetready.org)

## Hogar seguro hogar: cómo estar preparado para prevenir un desastre en el hogar



Con la planificación y el equipo correctos, muchos de los desastres que ocurren en el hogar pueden prevenirse. Aquí se explica cómo hacer que su hogar sea un refugio más seguro.

### Conozca los riesgos



*Photo courtesy iStockphoto—S. Lobo*

Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention), las muertes provocadas por incendios y quemaduras son la tercera causa principal de lesiones fatales en el hogar. Entre las personas con el mayor riesgo de sufrir lesiones o morir en un incendio, se encuentran los niños muy pequeños y los adultos mayores, las personas que viven en zonas rurales y quienes habitan en casas prefabricadas o en viviendas de construcción deficiente.

Además de los incendios, en los hogares también se puede producir un desastre silencioso pero mortal: la intoxicación por monóxido de carbono y radón. El monóxido de carbono se encuentra en los gases que despiden los vehículos y puede emanar de algunos artefactos del hogar, especialmente los que utilizan combustible, como hornos, chimeneas y cocinas de leña. El gas radón, que se produce por la descomposición natural del uranio en el suelo y en el agua, puede filtrarse en su hogar o edificio a través del suelo circundante.

Tanto el monóxido de carbono como el radón representan graves riesgos para la salud: El radón es la segunda causa principal de cáncer de pulmón en los Estados Unidos y cientos de estadounidenses mueren por año como consecuencia de la intoxicación involuntaria por monóxido de carbono.

Ahora que conoce los riesgos, le presentamos algunas precauciones fáciles y económicas que puede tomar.

### Equipos

Simplemente unos pocos equipos pueden ayudarlo a prevenir desastres en el hogar; además, pueden marcar la diferencia entre la vida y la muerte.

- **Detectores de humo:** Los detectores de humo no son costosos y son fáciles de instalar. Asegúrese de instalar detectores en cada uno de los pisos de la casa, incluso en el sótano y cerca de los dormitorios. Debido a que el humo sube, siempre instale estos equi-

pos en el techo o a una altura elevada en la pared. Coloque los detectores de humo alejados del paso del vapor que podría provenir del baño o del humo que puede salir de la cocina a fin de evitar falsas alarmas. Esto también disminuye la posibilidad de que tenga que desactivar su detector de humo y luego olvide volver a activarlo. Asegúrese de probar los detectores regularmente y cambiar las pilas cuando cambie los relojes para el horario de verano. Se recomienda cambiar los detectores de humo que tienen más de 10 años de antigüedad.

■ **Extintores de incendio:** Compre un extintor de incendio para su hogar y asegúrese de que los integrantes de su familia con edad suficiente para utilizarlos sepan cómo hacerlo y dónde se guardan. Un buen extintor de incendio doméstico es el conocido como extintor tipo ABC. Este es seguro para utilizar en incendios eléctricos e incendios provocados por líquidos inflamables, como la gasolina.

Photo courtesy iStockphoto—Jaren Wicklund



Guarde el extintor de incendio a la vista, cerca de las salidas de su hogar y fuera del alcance de los niños. Piense en comprar por lo menos un extintor para cada piso de su hogar. Lea atentamente las instrucciones del extintor y considere comunicarse con su departamento de bomberos local para recibir consejos y capacitación adicionales. Verifique, con regularidad, que su extintor de incendio no esté dañado. Asegúrese de que no presente abolladuras, limpie el polvo que pueda haber en las boquillas y las mangueras y, si su extintor tiene manómetro, sepa cuál debe ser la lectura correcta.

Además de contar con tales equipos, idee un plan de escape familiar y haga simulacros de incendio con la familia.

■ **Detectores de monóxido de carbono y radón:** Los detectores de monóxido de carbono y los equipos de detección de radón son vitales para tener un hogar seguro, ya que ambos gases son insípidos e inodoros.

Para estar preparado, instale un detector de monóxido de carbono en su hogar y no se olvide de revisar las pilas y cambiarlas con regularidad. Instale el detector cerca de los dormitorios. Si suena la alarma, salga de su hogar de inmediato y llame al 911 para comunicarse con el departamento de bomberos.

Además de los detectores, piense en hacer revisar los artefactos que utilizan combustible una vez al año para verificar que funcionan correctamente.

Los equipos de detección de radón no son costosos, son fáciles de usar y generalmente se consiguen en las ferreterías locales. Todos los hogares presentan el riesgo de acumulación de radón, incluso los edificios de apartamentos, aunque las viviendas que se encuentran en el tercer piso o más abajo tienen más probabilidades de presentar niveles altos de radón en su interior. Si prefiere no realizar las pruebas usted mismo, puede contratar a un profesional para que lo haga. Por lo general, solucionar un problema relacionado con el radón requiere el tipo de reparaciones de edificios que sólo un profesional puede realizar.

Además de contar con los equipos adecuados, conserve siempre los números de servicios de emergencias locales a mano y asegúrese de que todas las personas que viven en su hogar sepan cómo hacer una llamada de emergencia.



Photo courtesy iStockphoto—Kevin Visel

## Seguridad por estar en un grupo numeroso

La seguridad funciona mejor cuando todos participan; por lo tanto, asegúrese de que todos los integrantes de su familia participen en hacer que su hogar sea más seguro. Por ejemplo, pida a los niños que le ayuden a instalar detectores de monóxido de carbono o realice un seguimiento de la rapidez con que su familia puede completar un simulacro de incendio y celebre los avances.



[www.aphagetready.org](http://www.aphagetready.org)



800 I Street, NW • Washington, DC • 20001-3710  
202-777-APHA • [www.aphagetready.org](http://www.aphagetready.org) • [getready@apha.org](mailto:getready@apha.org)