

Ponga al fuego fuera de servicio

**Consejos de
seguridad contra
incendios para
personas de edad
avanzada**



- 1. Formule un plan.**
 - Debe saber qué hacer y a dónde ir en caso de incendio. Si vive en un edificio de apartamentos de muchos pisos, consulte el plan de seguridad contra incendios del edificio.



- 2. Las alarmas de humo salvan vidas.**

Instale una alarma de humo en cada nivel de su hogar. Si usted duerme con las

puertas del dormitorio cerradas, instale una alarma en su dormitorio. Revise sus alarmas de humo mensualmente, cosa que puede hacer fácilmente con el extremo de un palo de escoba. Cambie las pilas de las alarmas dos veces al año.

3. Ponga cuidado al cocinar.

Si debe contestar el teléfono o abrir la puerta mientras esté cocinando, apague las hornillas o llévese un agarrador de ollas o un cucharón para no olvidarse. Cocine primero en las hornillas delanteras, volteando las asas y mangos hacia adentro, y arremánguese las mangas sueltas. Si una olla se prende en llamas, tápela y apague la hornilla.

4. Nunca deje desatendida una vela encendida.

5. Use ceniceros profundos.

Si usted fuma, verifique siempre que las colillas de los cigarrillos estén bien frías. Nunca fume en la cama, cuando esté soñoliento o bajo los efectos de un medicamento.

6. Deje espacio alrededor de los calefactores de área.

Mantenga los calefactores al menos a tres pies (un metro) de distancia de todo objeto, incluyéndose a usted mismo.

7. Si su vestimenta se incendia . . .

. . . échese al piso, cúbrase el rostro y ruede sin cesar hasta apagar las llamas. Si no puede echarse al piso,

use una toalla u otra prenda de vestir para sofocar el fuego.

8. Evite las escaldaduras y quemaduras.

Ajuste el calentador de agua para que la temperatura no supere los 120 grados Fahrenheit (49 grados Celsius). Llene la tina de baño al nivel deseado y verifique la temperatura del agua antes de meterse a la bañera por completo.

9. Cuídese las quemaduras.

Si se escalda o quema por accidente, ponga el área afectada bajo un chorro de agua fría durante 10 a 15 minutos.

10. Arrástrese para moverse por debajo del humo.

La mayoría de las víctimas de incendio fallecen debido a la inhalación de humo.

Manténgase en posición baja, donde el aire es más despejado, porque que el humo tiende a subir.

Arrástrese para poder escapar a un sitio seguro.

11. Para mayor información, llame al Departamento de Servicios de Emergencia y Bomberos de Mississauga (Mississauga Fire and Emergency Services).

Un empleado de Educación pública estará siempre dispuesto a ayudarlo, por el **905-615-4377** o visitando nuestro portal,

www.mississauga.ca

