

Prevención de incendios

¿Cuál es la mejor forma de proteger a mi familia de los incendios?

Uno de los pasos más importantes que usted puede tomar para proteger a su familia de los incendios es instalar detectores de humo y mantenerlos en buen funcionamiento. Se pueden adquirir detectores de humo en la mayoría de las ferreterías y tiendas para el hogar a un precio promedio de 10 dólares o menos.

Averigüe si la estación de bomberos de su zona residencial obsequia e instala detectores de humo.



- **Instale** detectores de humo afuera de cada habitación o en cualquier área donde alguien duerma. También deben ser instalados en las áreas de la caldera. Cerciórese de que haya por lo menos un detector de humo en cada nivel de su casa, incluyendo el sótano, o en cada extremo de una casa rodante.
- **Coloque** los detectores de humo lejos de la cocina y del baño, ya que se pueden producir falsas alarmas mientras alguien cocina o se baña.
- **Compruebe el funcionamiento** de los detectores de humo cada mes apretando el botón de prueba. Es mejor usar detectores de humo con pilas de larga duración, pero en caso contrario, cambie las pilas al menos una vez al año, por ejemplo cuando cambie la hora de los relojes en el otoño.
- **Reemplace** los detectores de humo cada 10 años.
- **Nunca** pinte un detector de humo.
- **Limpie** (desempolive o aspire) los detectores de humo una vez al mes.
- **Use** detectores de humo que tengan luces intermitentes así como sonido de alarma en las casas donde hay niños o adultos sordos o con dificultades auditivas.

Simulacros de incendios: ¡Prepárese!

Incluso los niños pequeños (de tres años en adelante) pueden aprender lo que se debe hacer en caso de incendio.

- **Instale por lo menos un detector de humo** en cada nivel de su casa.
- Tenga un plan de evacuación y practíquelo con su familia. Esto le ayudará a usted y a su familia a llegar a un sitio a salvo en el momento oportuno. Si se presenta un incendio, no habrá tiempo de planear un escape.
- **Trace un plano de su casa.** Decida con su familia dos modos de salir de cada habitación. Cerciórese de que todos sepan cómo salir y que las puertas y ventanas se puedan abrir fácilmente para permitir la evacuación. Si vive en un edificio de apartamentos, nunca use un ascensor durante un incendio. ¡Use las escaleras!

Querden un lugar de reunirse. Escojan un punto fuera de la casa que esté cerca de un árbol, la esquina o una cerca donde todos puedan reunirse luego de escapar del incendio. Enseñe a los niños que el sonido de un detector de humo significa que deben salir de inmediato al sitio elegido.

- **Sepa cómo llamar al departamento de bomberos.** Debe llamar al departamento de bomberos desde un sitio fuera de la casa usando un teléfono portátil o el teléfono de un vecino. Ya sea que el número sea el 911 o un número de teléfono regular, todos los miembros de la familia deben saberlo de memoria. Verifique que sus niños también sepan la dirección de su casa. Enseñe a los niños que los bomberos son amigos y que nunca se deben esconder de ellos.
- **Practicar, practicar, practicar.** Practique su simulacro de evacuación por lo menos dos veces al año. Recuerde que los simulacros no son una carrera. Deben salir rápido, pero de manera calmada y cuidadosa. Procure practicar situaciones realistas. Supongan que algunas salidas o puertas están bloqueadas o que no hay luz. Cuanto más preparada esté su familia, mejores oportunidades de sobrevivir a un incendio tendrá.

Nota: Los padres de niños muy pequeños o de niños con necesidades especiales deben tener un plan de seguridad que se ajuste a las necesidades y habilidades del niño. Por ejemplo, un niño que sea sordo o con dificultades auditivas podría necesitar un detector de humo que tenga una luz estroboscópica (que emite destellos). Los padres de niños menores de cinco años deben planear que un adulto rescate al niño en caso de un incendio casero. Estos niños son demasiado pequeños para rescatarse a sí mismos.

Sepa qué hacer en caso de incendio

- **Palpe cualquier puerta cerrada con el dorso de la mano para saber qué tan caliente está. No abra la puerta si siente calor o ve humo.** Cierre todas las puertas cada vez que salga de un cuarto para evitar que el fuego se extienda.
- **Gatee por debajo del humo.** Escoja la salida más segura. Si debe escapar a través de un área con humo, recuerde que el aire más limpio siempre está cerca del piso. Enseñe a sus hijos a gatear con las manos y rodillas, manteniendo la cabeza a menos de dos pies del piso a medida que busca la salida más cercana.
- **No se detenga. No retroceda.** En caso de incendio, no intente rescatar a las mascotas ni recoger sus posesiones. Una vez que esté afuera, no regrese por ningún motivo. Los bomberos tienen la mejor oportunidad de rescatar a las personas que están atrapadas. Hágales saber a los bomberos de inmediato si falta alguien.
- **Pare, caiga y ruede. Refrescarse y pida ayuda.** Cerciórese de que sus hijos sepan qué hacer en caso de que su ropa se prenda en fuego.
 - ¡Detente! - No corras.
 - ¡Déjate caer! - Bótate al piso en el lugar donde estés.
 - ¡Rueda! - Da vueltas para apagar las llamas. Tápate la cara con las manos.
 - Refréscate - Enfría la parte quemada con agua.
 - ¡Grita! - Pide ayuda.

Recomendaciones para las niñeras

Cuando salga de casa y alguien más cuide de sus hijos, cerciórese de que sus hijos y la niñera estén tan protegidos como cuando usted está presente.

- Infórmele a la niñera cuál es el plan familiar de evacuación.
- Recuerde a la niñera que nunca puede dejar a los niños solos.
- Recuérdelle a la niñera que usted no permite que nadie fume dentro de la casa o en sus alrededores.

Deje la información de emergencia cerca del teléfono. Incluya el número del departamento local de bomberos, la dirección completa y el número telefónico de su casa, así como el nombre y el teléfono de un vecino.

Actualización 11/7/2019

Keep Your Family Safe: Fire Safety and Burn Prevention at Home (Copyright © 2007 American Academy of Pediatrics)

La información contenida en este sitio web no debe usarse como sustituto al consejo y cuidado médico de su pediatra. Puede haber muchas variaciones en el tratamiento que su pediatra podría recomendar basado en hechos y circunstancias individuales.