

MONOGRAMA

DICIEMBRE DE 2022

Cuidemos nuestra seguridad y nuestra salud este invierno

A medida que se avecina el invierno, Salud Pública del Condado de Mono anima a los residentes y visitantes a tomar conciencia del invierno y a tomarse el tiempo para prepararse para viajar en condiciones meteorológicas inclementes. No estar preparado para conducir en medio de una tormenta puede tener consecuencias catastróficas. ¡Tómese el tiempo necesario para prepararse para este invierno!



MONOGRAMA

DICIEMBRE DE 2022

Prepare su casa para el invierno

Quedarse adentro no es garantía de seguridad. Tome estas medidas para mantenerse a salvo y a resguardo de las bajas temperaturas en su casa durante los meses de invierno.

Adapte su casa al invierno

- Instale burletes o juntas de goma, aislamientos y contraventanas.
- Aísle las tuberías de agua que se encuentran en paredes exteriores.
- Despeje los canalones y repare las filtraciones del techo.
- **Adopte un hidrante**

Revise sus sistemas de calefacción

- Inspeccione y limpie hogares de leña y chimeneas.
- Hágale un mantenimiento profesional al sistema de calefacción.
- Cuente con una fuente alternativa de calefacción y combustibles alternativos.
- Retire la nieve de los tanques de propano.

Consulte las notificaciones de emergencia

- Pruebe o cambie las baterías de los detectores de humo.
- Instale un detector de monóxido de carbono (CO) para que lo alerte sobre la presencia de este gas letal, inodoro e incoloro.

Prepárese para emergencias

- Almacene alimentos que no sea necesario cocinar o refrigerar y almacene agua en recipientes limpios.
- Asegúrese de que el teléfono celular tenga carga completa.
- Tenga un kit de emergencia al día, que contenga lo siguiente:
 - Linterna
 - Radio
 - Lámpara(s)
 - Baterías
 - Kit de primeros auxilios y medicamentos extra

MONOGRAMA

DICIEMBRE DE 2022

Prepare su vehículo para el invierno

Además del mantenimiento anual, estos son algunos consejos para preparar su vehículo para el invierno:

- Pruebe la batería; la potencia de la batería disminuye junto con la temperatura.
- Háglele mantenimiento al radiador y mantenga el nivel del anticongelante.
- Asegúrese de que el sistema de enfriamiento esté en buen estado.
- Cuente con neumáticos de invierno con una banda de rodadura más profunda y flexible en el vehículo.
- Si utiliza neumáticos para todas las estaciones, verifique la banda de rodadura y si mide menos de 2/32 pulgadas, reemplace los neumáticos.
- Verifique la presión de los neumáticos, ya que esta disminuye a medida que lo hace la temperatura.
- Revise los limpiaparabrisas y reemplácelos, de ser necesario.
- Agregue líquido limpiador de parabrisas adecuado para -30 grados.
- Mantenga el tanque de gasolina lleno por lo menos al 50 %.



MONOGRAMA

DICIEMBRE DE 2022

Prepare su vehículo para el invierno

Prepare su kit de repuestos de emergencia

Todo vehículo debería contar con un kit de repuestos de emergencia en el maletero. Se recomienda revisar los kits cada seis meses y reemplazar los elementos vencidos. Los kits de repuestos de emergencia de los vehículos deberían contener:

- Neumático de repuesto inflado, llave de cruceta y gato
- Cables de arranque
- Kit de herramientas o herramienta multipropósito
- Linterna y baterías de repuesto
- Triángulos reflectantes y tela de color brillante para que el vehículo sea más visible
- Brújula
- Kit de primeros auxilios con gasas, cinta adhesiva médica, vendas, antibiótico en ungüento, aspirinas, manta, guantes no de látex, tijeras, hidrocortisona, termómetro, pinzas y compresas frías instantáneas
- Alimentos no perecederos de alto contenido energético, como frutos secos sin sal, frutas deshidratadas y dulces
- Agua potable
- Chaleco reflectante por si tiene que caminar para pedir ayuda
- Cargador de teléfono celular para vehículo
- Extintor de incendios
- Cinta aislante (duct tape)
- Poncho para lluvia
- Otros artículos para el tiempo frío incluyen un cepillo para nieve, una pala, fluido para el parabrisas, ropa de abrigo, arena para gatos para tracción y mantas.

También es una buena idea tener los números telefónicos de la familia y de emergencia, como el de la aseguradora del auto y una compañía de remolques, en su teléfono.

MONOGRAMA

DICIEMBRE DE 2022

Prepare su vehículo para el invierno

Antes de viajar

- Limpie las lentes de la cámara externa del vehículo y los espejos laterales para poder ver a su alrededor.
- Elimine la tierra, el hielo y la nieve de los sensores para permitir el funcionamiento de las funcionalidades de asistencia en la conducción, como los frenos automáticos de emergencia.
- Si el tiempo está gélido, se recomienda calentar el vehículo antes de viajar.
- Para prevenir la intoxicación por monóxido de carbono, nunca deje un vehículo encendido en el garaje, aunque la puerta esté abierta.
- Si el pronóstico es incierto, espere que pase la tormenta, de ser posible; si tiene que viajar, comuníquelo a alguien el plan y la ruta de su viaje antes de salir.



Recursos:

