

Seguridad en el baño

¡PRECAUCIÓN!

El calentador de agua debe estar en 120°F (48°C) o menos.

Abra primero el agua fría, después agregue agua caliente para ajustar la temperatura.

Use tiras antideslizantes o una alfombra para baño en la ducha o bañera para evitar caídas.

Desenchufe todos los electrodomésticos y espere 15 minutos a que se enfríen antes de guardarlos.

Use una luz de noche en el baño para evitar caídas o lesiones.

Guarde los medicamentos en un lugar fresco y seco fuera del baño para evitar la humedad.

Instale tomacorrientes de seguridad llamados interruptores de circuito con fuga a tierra (GFCI) para evitar choques eléctricos.



Seguridad en el dormitorio

¡PRECAUCIÓN!

Tenga un plan de escape de emergencia desde su dormitorio en caso de incendio.

Coloque un detector de humo y de monóxido de carbono cerca del dormitorio. Pruébelo todos los meses. Salga afuera si se activa una alarma y llame al 911 para obtener ayuda.

Mantenga las telas, cortinas y ropa de cama por lo menos a 3 pies (90 cm) de distancia de fuentes de calor.

Evite las mantas eléctricas, los calefactores de ambiente, las almohadas térmicas o las velas.

Enchufe únicamente tantos electrodomésticos como espacios haya en el tomacorrientes.

Asegure los cables fuera del camino para evitar caídas y lesiones.



Seguridad en el sótano o el cuarto de servicios

¡PRECAUCIÓN!

El calentador de agua debe estar en 120 °F (48 °C) o menos.

Haga inspeccionar las fuentes de agua y de calefacción por lo menos una vez al año para verificar que no estén desgastadas y funcionen correctamente.

Etiquete cada circuito y los aparatos electrodomésticos principales en el panel eléctrico.

Envuelva las tuberías del sótano con mantas aisladoras.

Quite la pelusa del secador de ropa después de cada carga de lavado.

No toque las tuberías calientes.



Cocina: Seguridad del horno

¡PRECAUCIÓN!

Manténgase cerca de su comida cuando esté cocinando.

Use guantes para el horno para protegerse las manos. Use utensilios de cocina resistentes al calor. Use ollas y sartenes con tapas y mangos seguros que no se calienten. Abra las tapas de las ollas en dirección opuesta a su rostro.

Cocine la comida a temperatura más baja y active temporizadores para evitar cocinar en exceso.

Caliente los aceites para cocción lentamente. Agregue la comida con cuidado a las sartenes para evitar quemaduras.

Ponga las asas de las ollas lejos de los demás quemadores de la cocina.

Use manoplas cuando mueva comidas o bebidas calientes.

Si se produce un incendio en el horno: apague la cocina, mantenga la puerta cerrada, salga y llame al 911.

Si se produce un incendio debido a la grasa, apague la cocina y deslice la tapa sobre la sartén.

No agregue agua. Salga y llame al 911.



Cocina: Seguridad en el microondas

¡PRECAUCIÓN!

Use guantes para el horno o manoplas para protegerse las manos. Remánguese, no use ropa holgada.

Elija recipientes aptos para microondas con tapas para cocinar. Deje que salga el vapor.

Cocine en el microondas la mitad del tiempo y luego revuelva para evitar puntos de concentración del calor, luego termine de cocinar.

Cocine los alimentos con la potencia baja para evitar quemar la comida.

Use tazas seguras para el calor y que no se desborden cuando cocine y mueva líquidos calientes.

Deje enfriar las comidas durante varios minutos antes de comer para evitar quemaduras en la boca.



Seguridad general en el hogar

¡PRECAUCIÓN!

Cuente con un plan de escape de emergencia. Conozca 2 salidas para abandonar el hogar en una emergencia.

Si se activa una alarma de humo o un detector de monóxido de carbono, salga y llame al 911.

Mantenga las puertas y ventanas trabadas. Use un visor en la puerta antes de dejar pasar a invitados.

Evite los amontonamientos en los corredores y limpie los líquidos derramados para evitar resbalones y caídas.

Mantenga los aparatos electrodomésticos en buen funcionamiento.

Tenga los productos químicos etiquetados. Cuando lleguen a su fecha de vencimiento, colóquelos en la basura o llame al sitio de eliminación para que sean desechados.

Dígale al personal de policía, bomberos u otro personal de seguridad cómo pueden ayudarlo. No se esconda.

