

- PRECAUCIONES ANTE LOS PELIGROS EN EL HOGAR -

El hogar es el "lugar de trabajo" en donde suelen producirse la mayoría de los accidentes. La prevención puede salvarle la vida y la de los suyos.

Informe a su familia y, si es posible, a los vecinos de su inmueble de las normas básicas de autoprotección; tenga preparado un plan de actuación para casos de incendios, explosión, etc.

No deje al alcance de los niños medicinas o productos tóxicos o peligrosos.

Evite la acumulación en la casa de periódicos, revistas y ropas viejas, así como cajas de cartón, embalajes y muebles fuera de uso, y en general, toda clase de materiales inútiles y de fácil combustión.

No acerque las estufas o braseros a visillos o cortinas, y vigile cuando las ponga sobre moquetas, alfombras o bajo faldas de mesa camilla.

No olvide los cigarrillos encendidos, suelen rodar del cenicero y caer sobre moquetas, faldas de mesa, ropas o papeles. No fume en la cama ni mientras se utilizan productos inflamables como pinturas, barnices, pegamentos o disolventes.

Nunca vacíe ceniceros en papeleras o cubos de basura. Revise los ceniceros antes de ausentarse.

Recuerde que los aspiradores o extractores de humo, acumulan mucha grasa: es necesario limpiarlos con frecuencia pero no con disolventes.

El manejo de materiales inflamables, debe realizarse con gran cuidado, manteniéndolos siempre en lugar seguro, lejos de los focos de calor. Los "sprays" que se usan con tanta frecuencia son fácilmente inflamables, e incluso vacíos son susceptibles de explosión, no los acerque al fuego. No guarde tampoco botes usados de pinturas o barnices.

Si notase olor a gas no encienda cerillas o mecheros ni tampoco la luz eléctrica. Abra las ventanas, ventile bien la habitación y cierre la llave general del gas. No tape las rejillas de ventilación en la cocina, incluso a pesar del aire frío en invierno.

Compruebe frecuentemente si los tubos o gomas que conducen el gas están bien colocados, además no debe haber holgura en las conexiones o grietas en las gomas.

Si se tienen botellas de gas butano o propano de reserva, deberán estar siempre en lugares ventilados y en posición vertical.

No deje fósforos ni encendedores al alcance de los niños, e impida que toquen enchufes o aparatos eléctricos.

Elija juguetes que no desprendan calor, evitando aquellos que se conecten a la corriente eléctrica, que produzcan chispas o aquellos alimentados con pilas de más de 24 voltios.

El sistema eléctrico de la casa debe ser objeto de especial cuidado y mantenimiento. Si su instalación es anticuada, carece de puesta a tierra o de diferencial, llame a un instalador autorizado para que le adecue su instalación.

No intente nunca reparar aparatos eléctricos que estén enchufados a la red. No sobrecargue la toma de corriente conectando muchos aparatos. Renueve los cables de conexión al menor defecto que observe.

Los cables, enchufes, alargadoras, etc., deben tener la adecuada protección y aislamiento. Algunos electrodomésticos, como las lavadoras, deben tener una buena toma de tierra. Desconecte de la red todos los electrodomésticos si no los va a usar, especialmente si se ausenta de casa.

No utilice aparatos eléctricos cuando esté mojado o en contacto con agua. No esté descalzo en el cuarto de baño al conectar su secador, máquina de afeitar, etc.

El alto voltaje del televisor puede electrocutar a una persona, no manipule en su interior. También desprenden mucho calor por lo que no deben encajonarse en muebles o paredes. En caso de tormentas desconecte la antena.

La cocina suele ser el sitio más peligroso de la casa, evite que los niños estén en ella. Los mangos de sartenes, cazos, etc., deben colocarse hacia adentro. No olvide la plancha enchufada sobre la ropa o la sartén puesta al fuego si se aleja para atender una llamada telefónica, abrir la puerta u otro motivo.

Ante un incendio en casa procure conservar la calma, llame a los bomberos, corte y espere que le llamen para comprobar la llamada. Piense en las posibles vías de escape. Corte la corriente eléctrica y el gas.

Si dispone de extintores, ataque el fuego por la base de las llamas, colocándose entre el fuego y la salida para poder escapar.

Si el fuego es de papel, madera, telas, etc., debe echar sobre él agua con violencia, en la base de las llamas. Sacudir con una escoba mojada o con un trapo la base de las llamas.

Si el incendio es de aceite, alcohol, petróleo, etc., no debe echar agua sobre él, cubra el fuego con telas húmedas. Si se prende la sartén, sofóquela con una tapadera o trapo húmedo.

Si el incendio se produce en una botella de butano o propano, apague la llama con trapos húmedos, un extintor de nieve o polvo, arena o tierra, antes de cerrar la llave de salida de gas; de lo contrario, puede hacer explosión.

Si el incendio se inicia en aparatos eléctricos corte la corriente antes de aplicar el extintor.

Si se prenden sus vestidos no corra, tírese al suelo y ruede sobre sí mismo. Si dispone de una manta cúbrase con ella, protegiéndose la cara. No se quite la ropa si tiene quemaduras. Haga lo mismo con las personas que tengan las ropas en llamas.

Cierre puertas y ventanas para no avivar el fuego con corrientes de aire, y tápese la boca y nariz con un pañuelo húmedo si hay mucho humo, caminando a gatas.

Utilice para escapar las escaleras, si le es posible, pero nunca los ascensores o montacargas. Despreocúpese de coger cosas, su vida vale mucho más, pero no olvide a los más desvalidos: niños, ancianos, enfermos... Si se queda atrapado, procure hacerse ver rápidamente desde la calle.

No regrese al lugar del incendio una vez abandonado éste, hasta que esté extinguido totalmente y los bomberos lo autoricen.

Lleve siempre comida ligera. Desconfíe de comer en el campo aquellos productos que desconoce (setas, hierbas, etc.)

Al acampar busque un lugar protegido del viento, en terreno elevado que no corra riesgo de inundación, y que se encuentre a salvo de avalanchas y desprendimiento de piedras.

Ante la mordedura o picadura de un animal que se sospeche venenoso, coloque una ligadura o torniquete entre la herida y el corazón, desinfecte la herida y aplíquese frío local. Tenga en cuenta que un torniquete no puede estar puesto más de dos horas y no debe aflojarse una vez colocado. Evite la fatiga y excitación del afectado y trasládalo urgentemente a un centro hospitalario. Intente identificar lo más posible el animal que originó la picadura o mordedura.

En caso de accidente avise desde el lugar más próximo a los grupos de rescate o Guardia Civil. Si es posible no deje solo al herido. Permanezca localizado para indicar a los equipos de rescate la situación del herido y, en su caso, para colaborar con ellos.

Cuide la montaña, manténgala limpia. Recoja las basuras, cristales, etc., y deposítelos en lugares apropiados o entiérrelos.

Si tiene necesidad de encender fuego en un bosque, use hornillos para cocinar pero hágalo pequeño y protegido con piedras, en una zona sin arbolado, madera o pastos, mejor aún, en los especialmente preparados para ello. Cuide personalmente de apagar el fuego y las brasas antes de alejarse.