

## Protección de las personas durante temperaturas de congelación

Las temperaturas bajas pueden causar roturas de las tuberías de agua y cortes de luz debido a la subida en la demanda de electricidad. Le ofrecemos las siguientes sugerencias para su seguridad:

- Si se queda sin calefacción, vaya a casa de un vecino o familiar siempre que sea posible.
- No utilice generadores, parrillas, estufas de campaña ni otros aparatos que funcionen con gasolina o carbón dentro de la casa o el sótano ni cerca de una ventana, ya que estos aparatos producen monóxido de carbono que es un gas tóxico.
- Revise las calefacciones y los detectores de monóxido de carbono. Una calefacción que no funcione bien o tenga algún desperfecto puede producir este gas.
- No deje solos dentro de un vehículo a niños, ancianos ni animales, ya que las temperaturas pueden bajar rápidamente.
- Los animales de compañía pueden verse muy afectados por el frío, por lo que no se les debe exponer a este tipo de temperaturas durante largo tiempo.
- Póngase ropa apropiada que le proteja del frío cuando salga de casa. El Servicio Nacional de Climatología aconseja ponerse gorro y guantes cuando existan avisos de vientos fríos.
- Sea consciente de la cantidad y la intensidad de la actividad física, tanto en interiores como en exteriores. No se esfuerce en exceso. Cuando hace frío, el cuerpo, especialmente el corazón, tiene que hacer un mayor esfuerzo.
- Hay que recordar que los ancianos, las personas de salud frágil y los niños pequeños se ven más afectados por el frío que el resto de las personas.
- Compruebe, preferiblemente por teléfono, que sus seres queridos y sus vecinos se encuentren bien.