

# La Seguridad Contra Incendios para Adultos Mayores



## El Cocinar era la Causa Principal de Lesiones por Incendios a las Personas de la Tercera Edad

- Las personas de la tercera edad estaban en el riesgo más grande por las lesiones de cocinar; el 36% de todas las lesiones por incendios a las personas de la tercera edad eran por incendios al cocinar. Los incendios eléctricos eran la causa segunda por lesiones a las personas de la tercera edad al 16%.
- Use mangas cortas o que se ajusten bien al cocinar. Las mangas sueltas fácilmente se pueden prender fuego.
- ¡Esté al lado de su sartén! Si está cocinando, nunca deje la cocina desatendida. Si tiene que salir de la cocina mientras está cocinando, llévese un guante de cocina o una cuchara de cocina como un recordatorio.
- Ponga una tapadera en los incendios de estufa para apagarlos.

## Los Adultos Mayores en Mayor Riesgo de Muerte por Incendios

Los adultos mayores, los de 65 años de edad o más, representaron el 14% de la población, pero el 33% por muertes de incendios en 2012. Fueron casi tres veces más probables de morir en un incendio.

## Los Incendios Eléctricos la Causa Principal de Muerte por Incendios a Adultos Mayores

Los incendios eléctricos causaron el 27% de las muertes por incendios y el 14% de las lesiones por incendios a los adultos mayores que ocurrieron en los hogares. Estos son algunos consejos de seguridad contra incendios eléctricos.

- Es importante no sobrecargar la toma y los enchufes múltiples.
- Use un electrodoméstico por toma especialmente si se trata de un electrodoméstico que genera calor.
- No coloque cables eléctricos debajo de las alfombras o deje que queden atrapados por los muebles.
- Los cables de extensión sólo se deben utilizar temporalmente; no están diseñados para una larga duración o uso permanente.

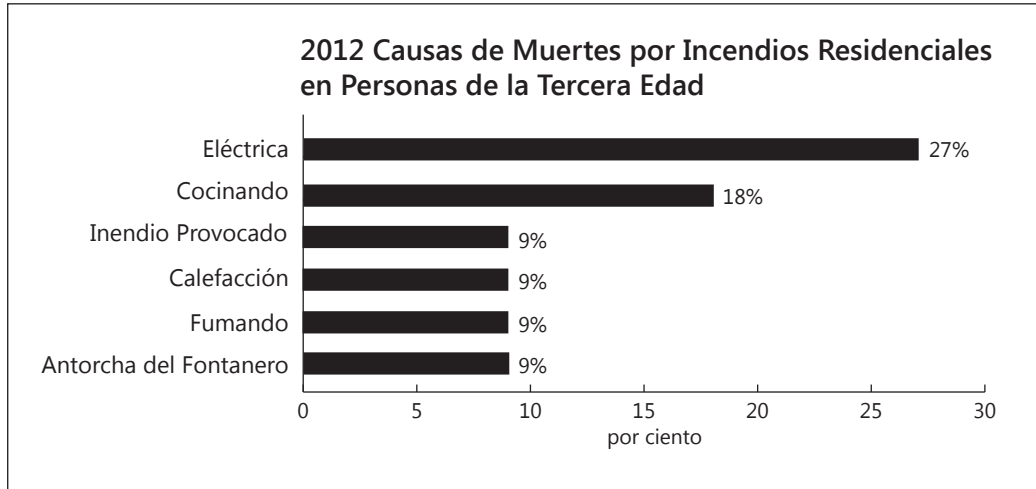
(mas) →



**FireFactors**

Office of the State Fire Marshal • [www.mass.gov/dfs](http://www.mass.gov/dfs) • (978) 567-3380

- Recuerde que los calentadores portátiles necesitan por lo menos tres pies de espacio lejos de todo lo que pueda quemar.
- Haga que un electricista autorizado revise su sistema eléctrico cada 10 años. Modificaciones pequeñas se pueden hacer para mantener el actual sistema con las necesidades eléctricas de su hogar.



## ¡Más de un tercio de las personas de la tercera edad que murieron en incendios en 2012 no tenían alarmas de humo que funcionaban!

De las 11 muertes por incendios de personas de la tercera edad en 2012, el 36% fueron en hogares que, o bien no tenían alarma de humo o tenían alarmas que no funcionaban.

- Instale las alarmas de humo en cada nivel y fuera de cada área donde uno duerme. Si no puede instalarlo uno mismo, llame a un amigo o su departamento local de bomberos.
- Cambie las pilas dos veces al año y pruebe cada una, una vez al mes. Las propias alarmas de humo deben ser reemplazados cada diez años.
- Las alarmas no pueden garantizar un escape; sólo pueden proporcionar un aviso temprano. Es importante de hacer y practicar un plan de escape del hogar.
- Guarde estos tres elementos esenciales en su mesilla de noche: sus anteojos, un teléfono y un silbato. Los anteojos le ayudará a ver y evitar lesiones a medida que escape de un incendio. El silbato alertará a otros miembros del hogar del incendio y a los equipos de rescate a su ubicación. El teléfono le permitirá llamar para ayuda si no puede escapar a través de una puerta.

