Si la calefacción es a leña, la chimenea debe limpiarse e inspeccionarse una vez por año, para detectar fisuras.

Alarmas de Humo y CO

Asegúrese de que haya alarmas de humo y monóxido de carbono (CO) que funcionen en cada nivel de la vivienda, colocadas afuera de las habitaciones donde se duerme.

Cambie las baterías alcalinas de las alarmas dos veces por año, cuando se cambia el horario de verano e invierno.

Para personas que tienen una disminución auditiva, considere invertir en alarmas estroboscópicas en las áreas de estar y una alarma que agita la cama cuando "escucha" la señal de alarma de humo.

Recursos:

Centro local para Seniors

Consejo sobre el Envejecimiento

Departamento de Bomberos local

Asociación Alzheimer de MA
http://www.alz.org/manh/

El Departamento de Bomberos no apoya expresamente ningún producto específico. Las referencias se incluyen solo con fines de información y demostración.

StoveTopFireStopper
http://www.stovetopfirestop.com/

Safe-T-Element http://www.pioneering-tech.com/safe-t- element

Planificación de Escapes

Hable con el adulto mayor sobre cómo salir de la casa en tres minutos en caso de incendio.

Mantenga lentes/gafas, bastones, andadores y audífonos cerca de la cama o del lugar donde duermen de noche.

Asegúrese de que la vía de escape esté libre de objetos. Los objetos pueden convertirse en grandes obstáculos en caso de emergencia.

Instale luces de noche en toda la casa para prevenir caídas durante las "levantadas nocturnas".

Planifique para Emergencias

Asegúrese de que el número de la casa sea visible desde la calle, para que los rescatistas puedan ubicar la dirección rápidamente.

Contacte al Centro para Seniors o al Departamento de Bomberos para consultar sobre el Expediente de Vida (File of Life), que registra la medicación de los ancianos y se guarda encima o dentro del refrigerador. Las cuadrillas de emergencias saben dónde encontrarlo y lo tomarán si deben llevar al anciano al hospital.

Formulario de discapacidad E-911: Puede informar al centro de seguridad pública local si alguien usa un sistema de sostén de vida como oxígeno o tiene alguna otra discapacidad, si hay un corte de energía prolongado o desastre natural.

Fire Data and Public Education
978-567-3380 • www.mass.gov/dfs
2/16 S

Preservando la Seguridad de Nuestros Adultos Mayores



DEPARTMENT OF FIRE SERVICES
Peter J. Ostroskey • State Fire Marshal

El Jefe de Bomberos del Estado de Massachusetts da consejos para mantener a nuestros mayores a salvo de incendios y quemaduras en sus casas.

Incendios y Quemaduras en la Tercera Edad

Al envejecer se producen cambios físicos y mentales que podrían limitar la capacidad de los adultos mayores de reaccionar rápido ante una emergencia. Cambios en la visión, audición, sentido del tacto, memoria, capacidad cognitiva y movilidad podrían impactar en la seguridad. Explicamos cómo los hijos adultos que ayudan a cuidar de sus padres mayores pueden mantenerlos a salvo de incendios y quemaduras.

Quemaduras en Personas Mayores

Cuando envejecemos, la piel se afina, por lo cual una misma quemadura puede dejar una herida mucho más profunda a una persona mayor que a una persona más joven. Además, si se padece una neuropatía diabética, podría disminuir el sentido del tacto, otro agravante de las quemaduras.

Alentemos a los mayores a usar guantes aislantes en la cocina, para protegerse de derrames de líquidos y no tocar partes del horno o utensilios calientes.

Verifique la temperatura de la caldera, que debe estar fija en 125°F (51°C). La ley de MA exige una temperatura entre 110 y 130. Las quemaduras se producen en segundos a temperaturas mayores.

Las almohadillas térmicas y las mantas eléctricas son una causa frecuente de quemaduras en ancianos. Considere el uso de una almohadilla térmica en las que haya que tener el control para que se mantenga encendida.

Primeros Auxilios para Quemaduras

Si bien la mayoría de los adultos mayores comprensiblemente tienen más miedo de romperse la cadera que de sufrir una quemadura o causar un incendio, aliéntelos a Detenerse, tirarse y rodar para extinguir el fuego en la ropa. O a usar una toalla, manta o abrigo para apagar las llamas.

Aplique frío a las quemaduras. Si es una quemadura menor, haga correr agua fresca sobre la herida inmediatamente.

Si es una quemadura más grave, busque asistencia médica de inmediato.

Use pantalla solar para evitar quemaduras de sol.

Seguridad en la Cocina

Recuerde a quienes cocinan que siempre deben estar en la cocina mientras se cocina. Dejar el horno desatendido es la causa principal de incendios en el hogar y la causa principal de lesiones con fuego en personas de más de 65 años. Promueva el uso de cronómetros con alarmas.

Considere instalar extintores de incendio con cubierta, que puedan contener rápidamente un incendio en las hornallas.

Considere instalar cubiertas de quemadores que limiten el alto calor. Limitan la temperatura para que los alimentes se cocinen – el agua hierve a 212F (100C) – pero harán que, por ejemplo, un papel –que se quema a 500F- se tueste pero no se prenda fuego.

Aliente el uso del microondas si está seguro de que la persona mayor no pondrá metal adentro, o si posee un modelo nuevo en el que se puede poner elementos metálicos.

Seguridad Eléctrica

Al igual que las personas, los sistemas eléctricos necesitan chequeos regulares para mantenerlos en buenas condiciones.

Si ve muchos alargues, fusibles frecuentemente quemados, disyuntores disparados, luces que centellean o huele a quemado, es momento de llamar a un electricista para que evalúe el sistema.

Los cables de extensión o alargues presentan el riesgo de incendio y de tropiezos, e indican que es hora de actualizar el cableado.

Verifique los tomacorrientes de pared que pueden estar sobrecargados y los alargues que tienen múltiples tomas.

Controle que los cables no estén gastados.

Mantenga el Calor, Mantenga la Seguridad

Haga limpiar e inspeccionar los sistemas de calefacción por un profesional antes del comienzo de cada temporada de frío. Los hornos que funcionan de manera eficiente ahorran dinero. Los programas de asistencia para calefacción pueden ayudar a los propietarios de bajos ingresos con el mantenimiento.

Los calefactores necesitan espacio. Asegúrese de que el calefactor esté a una distancia de 3 pies (90 cm) de cualquier objeto o material que pueda prenderse fuego.

No se recomienda usar alargues con calefactores, pero si es necesario usar un alargue para poner el calefactor en un lugar seguro, verifique que tenga la potencia adecuada.