

CONSEJOS DE SEGURIDAD EN CLIMAS FRÍOS

Departamento de Bomberos de Detroit



Síntomas de congelación

La congelación daña la piel por congelamiento y las víctimas a menudo no se dan cuenta porque el tejido congelado está insensible.

- Enrojecimiento o dolor en cualquier área de la piel puede ser el primer signo de congelación
- Área de piel blanca o gris amarillenta
- Piel que se siente inusualmente firme o cerosa
- Entumecimiento

Una manera de revisar la congelación es presionar su pulgar contra cada dedo. ¡Asegúrese de poder hacer esto!



Síntomas de hipotermia

La hipotermia hace que la temperatura central del cuerpo baje demasiado.

Adultos:

- Escalofríos
- Agotamiento
- Confusión
- Manos torpes
- Pérdida de memoria
- Habla arrastrada
- Somnolencia

Bebés:

- Piel roja brillante y fría
- Muy poca energía



Limite su Exposición al frío

- Limite el tiempo que pasa afuera en clima frío, especialmente si la temperatura está por debajo de 0 grados Fahrenheit.
- Si debe estar afuera, abrígue-se con un abrigo de invierno, varias capas de ropa, mitones, gorros y botas adecuadas. Limite la piel expuesta.
- Si su ropa se moja, entre a un lugar cerrado y quítesela de inmediato.

CÓMO TRATAR LOS SÍNTOMAS Y CUÁNDO LLAMAR A ATENCIÓN MÉDICA

Congelación:

Entre a un lugar cerrado y coloque la piel bajo agua tibia, no caliente.

Llame al 911 si una persona no puede entrar en calor o tiene ampollas.

Visite detroitmi.gov para ver dónde se encuentra el centro de descanso más cercano.

Línea de Ayuda de Recursos de Vivienda de Detroit al 866-313-2520, disponible 24/7.

Hipotermia:

Entre a un lugar cerrado y caliente primero el núcleo del cuerpo, luego las extremidades.

Llame al 911 si una persona está confundida o si ha dejado de tener escalofríos.

¡Llame al 911!

¡Si usted o alguien que conoce está experimentando estos síntomas!