

# Prepárate con la Cruz Roja

## Seguridad en caso de tormentas eléctricas fuertes

Las tormentas eléctricas se consideran fuertes cuando están acompañadas de granizo de por lo menos 1 pulgada de diámetro (2,5 cm) o ráfagas de viento de 58 millas por hora (93 km/h). Todas las tormentas eléctricas producen rayos, que causan más muertes al año que los tornados y huracanes. Las lluvias intensas de las tormentas eléctricas pueden ocasionar inundaciones súbitas y vientos potentes capaces de dañar viviendas y derribar árboles y postes, lo cual provoca apagones generalizados.

### Aprende la diferencia

**Alerta de tormentas eléctricas fuertes:** Es posible que ocurran tormentas eléctricas dentro o cerca de la zona de alerta. Mantente informado y listo para actuar en caso de que se emita un aviso de tormentas eléctricas fuertes.

**Aviso de tormentas eléctricas fuertes:** El mal tiempo es detectado por los observadores del clima o radares. Un aviso indica peligro inminente a la vida y la propiedad.

*Cada año las personas mueren o resultan gravemente lesionadas por las tormentas eléctricas a pesar de los avisos anticipados. Aunque algunas no escuchan los avisos, otras los escuchan pero los pasan por alto. La información sobre preparación que se ofrece a continuación y los avisos y alertas sobre el mal tiempo podrían ayudar a salvar vidas.*

### ¿Cómo me preparo antes?



- ❑ Infórmate sobre el sistema de aviso de emergencias de tu comunidad en caso de tormentas eléctricas fuertes.
- ❑ Conversa con tu familia sobre la seguridad en caso de tormentas eléctricas.
- ❑ Identifica un lugar seguro en tu casa donde los miembros de la familia puedan reunirse durante una tormenta eléctrica. El lugar debe estar alejado de ventanas, tragaluces y puertas de vidrio que el viento intenso o el granizo puedan romper.
- ❑ Haz una lista de artículos que debes trasladar adentro en caso de una tormenta eléctrica fuerte.
- ❑ Poda los árboles y arbustos para que resistan mejor el viento quitando las ramas dañadas.
- ❑ Protege a tus animales. Toma medidas para que las construcciones que los albergan estén protegidas del mismo modo que tu casa.
- ❑ Consulta al departamento local de bomberos si piensas instalar un pararrayos en tu casa.
- ❑ Capacítate en primeros auxilios para saber cómo responder en una emergencia.
- ❑ Reúne un equipo de preparación para emergencias:
  - 1 galón de agua por día y por persona
  - alimentos no perecederos de fácil preparación
  - linterna
  - radio que funcione con pilas o una radio de manivela (si es posible, la radio meteorológica de la NOAA)
  - pilas de repuesto
  - botiquín de primeros auxilios
  - medicamentos (para 7 días) y artículos médicos
  - herramienta multiuso
  - artículos sanitarios y de higiene personal
  - copias de documentos personales
  - teléfono celular y cargador
  - datos de contacto para emergencias
  - dinero en efectivo

### ¿Qué hago durante una tormenta eléctrica?



- ❑ Escucha las noticias locales o la radio meteorológica de la NOAA para recibir actualizaciones de emergencia. Presta atención a las señales de una tormenta como cielo oscuro, relámpagos o más viento.
- ❑ Deja para otro momento las actividades al aire libre si hay probabilidad de tormentas eléctricas. Muchas de las personas a quienes les cae un rayo no se encuentran donde hay lluvia.
- ❑ Si se da a conocer un aviso de tormentas eléctricas fuertes, busca refugio en un edificio sólido o en un vehículo con las ventanas cerradas. Abandona una casa móvil que los vientos fuertes puedan volcar.
- ❑ Si escuchas truenos, significa que estás al alcance de los rayos. ¡Si escuchas truenos, ve adentro! El Servicio Meteorológico Nacional recomienda que te quedes adentro por lo menos 30 minutos después del último trueno.
- ❑ No uses equipo eléctrico ni teléfonos. Utiliza televisores o radios que funcionen con pilas o baterías.
- ❑ Cierra bien las contraventanas y las puertas que dan al exterior. Mantente alejado de las ventanas.
- ❑ No te bañes ni te duches; tampoco hagas uso de las tuberías del agua.
- ❑ Si estás conduciendo, intenta salir del camino y estacionar sin peligro. Quédate en el vehículo y enciende las luces de emergencia hasta que cese la lluvia intensa. No toques superficies conductoras de electricidad como las de metal dentro o fuera del vehículo.
- ❑ Si estás afuera y no puedes llegar a un edificio seguro, evita el terreno alto, el agua, los árboles altos y aislados, y los objetos metálicos como cercas o asientos de tribunas. Las estructuras para picnics, refugios subterráneos y cobertizos NO son seguros.

### ¿Qué hago después de una tormenta eléctrica?



- ❑ Nunca intentes cruzar un camino inundado en automóvil. ¡Vuélvete, no te ahogues!
- ❑ Mantente alejado de las áreas damnificadas para evitar los peligros que resultan de las tormentas eléctricas fuertes.
- ❑ Sigue escuchando la radio meteorológica de la NOAA o las estaciones locales de radio y televisión para mantenerte informado y recibir instrucciones, ya que podría cerrarse el acceso a caminos o a áreas de la comunidad.
- ❑ Fíjate si alguien necesita ayuda especial, en particular bebés, niños, personas de edad avanzada o con discapacidad.
- ❑ Mantente alejado de los cables de electricidad caídos y avisa a la empresa de servicios de inmediato.
- ❑ Vigila de cerca a los animales. Mantenlos bajo tu control directo.

### Cuando cae un rayo...

Si alguien recibe la descarga de un rayo, haz lo siguiente:

- ❑ **Pide ayuda.** Llama al 9-1-1 o al número local de emergencias. Si una persona es alcanzada por un rayo, requerirá atención médica profesional.
- ❑ **Verifica si la persona tiene quemaduras u otras lesiones.** Si la persona deja de respirar, llama al 9-1-1 y comienza la reanimación cardiopulmonar. Si la respiración es normal, revisa si hay otras posibles lesiones y atiéndela según sea necesario. Quienes sufren el impacto de un rayo no retienen una descarga eléctrica y se les puede suministrar primeros auxilios.

### Avisa a tus familiares que estás a salvo

Si ocurre una catástrofe en tu comunidad, anótate en el sitio web "Sano y salvo" de la Cruz Roja Americana en [cruzrojaamericana.org](http://cruzrojaamericana.org) para avisar a tus familiares y amigos sobre tu situación. Si no tienes acceso a Internet, llama al **1-866-438-4636** para anotarte y anotar a tus familiares.