

# Los fuegos arrasadores

Las propagaciones de fuego son comunes en Texas, especialmente después de largos períodos de sequía. Se pueden propagar rápidamente y producir humos peligrosos, amenazando la propiedad, la vida y la salud. Ayude a reducir sus riesgos aprendiendo a responder.

## ¿Qué es lo que necesito saber sobre una propagación de fuego en mi área?

Esté preparado para evacuar. Cuando la amenaza de las propagaciones de fuego sea considerable, esté sintonizado a la radio local, televisión, o bien obtenga información en línea del Servicio Nacional Climatológico NOAA sobre La radio del tiempo de la NOAA en: [www.nws.noaa.gov](http://www.nws.noaa.gov). Esté preparado a evacuar inmediatamente. El tomar las siguientes precauciones le puede ayudar a evacuar con seguridad y rápidamente:

- Estacione su auto en la dirección de escape y mantenga las ventanas subidas para evitar que entre el humo.
- Cargue con su abastecimiento de equipo para desastres en su auto y tenga cerca las fotos de la familia, o las otras cosas que planea llevar consigo, <http://www.listo.gov>
- No deje que los niños o los otros miembros de la familia se aparten lejos de casa.
- Use ropa protectora (mangas largas y pantalones largos) y tenga un pañuelo en su bolsa para proteger su cara.
- Confine a todas las mascotas en un cuarto o área del patio para que pueda reunirlos rápidamente.
- Deje las luces de su hogar encendidas para que los bomberos puedan ver a través de la densidad del humo.
- Antes de irse, llame a un contacto de fuera de su ciudad y dígales a dónde planea ir.

## ¿Cuáles son las amenazas de la propagación de fuego?

El fuego puede representar amenazas serias a la salud, especialmente si usted tiene una enfermedad crónica del corazón o del pulmón. Los niños y adultos mayores de edad también tienen mayor riesgo. Aún las personas sanas pueden verse afectadas por situaciones de mucho humo.

El humo proveniente de fuegos que se originan en la naturaleza es una mixtura de gases y finas partículas provenientes de los árboles y plantas que se queman. Puede hacerle daño a sus ojos, irritar su sistema respiratorio y empeorar los síntomas derivados de condiciones pre- existentes. Los síntomas comunes de la exposición al humo incluyen:

- Toser
- Picazón en la garganta
- Irritación en los senos nasales
- Dificultad respiratoria
- Dolor en el pecho
- Dolores de cabeza
- Ardor en los ojos
- Nariz que moquea

**Si usted experimenta cualquiera de estos síntomas, tome las siguientes medidas:**

- Limite las actividades al aire libre lo mayor posible. Cuando tenga que ir afuera, use una máscara protectora de un índice No-95 y evite el esfuerzo físico.
- Mantenga las ventanas y puertas de su casa cerradas.
- Prenda el aire acondicionado con la entrada de aire fresco cerrada y utilice filtros particulados de alta eficiencia (HEPA).
- Evite cocinar lo más posible.
- No quemé velas o use las chimeneas.
- No use aspiradoras que puedan esparcir el polvo que ya se encuentra adentro de su casa.
- Mantenga sus vías respiratorias húmedas al beber mucha agua. Para aliviar la resequedad, respire a través de una tela húmeda y tibia.
- Si experimenta dolor en el pecho, opresión en el pecho o falta de respiración, comuníquese con su doctor.
- Si tiene asma o alguna otra condición pulmonar, siga las instrucciones de su doctor. Si su condición empeora, comuníquese con su doctor.

**La recuperación después de fuegos arrasadores**

**Seguridad personal:**

Los fuegos arrasadores en Texas se pueden propagar rápidamente, dañando las vidas y la propiedad. Pero aún después de que se han apagado los fuegos, las personas deben tener cuidado para evitar lesiones al regresar a casa para empezar el proceso de recuperación. El DSHS insta a la gente a estar pendiente de los siguientes peligros:

- **Ceniza:** los adultos deben usar una mascarilla de protección respiratoria (N-95 o P-100) al limpiar áreas en las que las partículas de ceniza no se pueden controlar. La ceniza y el polvo de los edificios

quemados pueden contener químicos tóxicos que causan cáncer, entre ellos asbesto, arsénico y plomo. Los niños no deben estar en el área mientras la limpieza está en progreso.

- **Electricidad:** evite los cables de electricidad caídos o dañados. Las reparaciones eléctricas deberá hacerlas un técnico capacitado.
- **Monóxido de carbono:** ponga los generadores, las lavadoras a presión y demás dispositivos que quemen combustible al menos a 50 pies de distancia de su casa y lejos de puertas y ventanas abiertas para evitar la intoxicación por monóxido de carbono.
- **Gas natural:** no entre a un área o edificio donde huela a gas. No encienda las luces ni encienda un cerillo. Váyase del área inmediatamente y luego marque el 9-1-1.
- **Propano:** si un tanque de gas propano de una casa está dañado y tiene fuga de gas, llame al 9-1-1 y al proveedor de servicio de gas propano. No transporte tanques de gas propano que tienen fugas de gas en un coche ni los tire a la basura.
- **Alimentos:** tire los alimentos que puedan haberse echado a perder, descongelado o estado en contacto con materiales peligrosos como retardador de fuego o ceniza. La pérdida de electricidad a las unidades de refrigeración y congelación puede hacer que los alimentos se echen a perder. Si no está seguro de que los alimentos sean seguros, tírelos.
- **Agua:** Verifique con el proveedor de agua para asegurarse de que el agua es segura para beber porque la presión del agua pudo haberse cortado durante el incendio. El agua proveniente de un sistema de agua o pozo dañado puede requerir desinfección hirviéndola durante un minuto o revolviéndole un 1/8 de cucharita de cloro sin aroma por galón y dejándola reposar por 30 minutos.
- **Escombros:** Póngase una vacuna contra el tétanos si usted no se ha puesto una de refuerzo en 10 años o si no recuerda cuándo fue la última vacuna y tenga cuidado. El vidrio roto, los cables expuestos, los clavos, la madera, el metal, el plástico y demás escombros pueden causar heridas por punción, cortes y quemaduras. Los árboles que caen y las ramas de árbol pueden causar lesiones graves al usar motosierras.

### **Salud mental**

La salud mental también es una preocupación cuando la gente enfrenta los sucesos traumáticos que tienen que ver con un incendio. Los sentimientos comunes después de un fuego arrasador pueden ser miedo, tristeza y culpa. Las personas podrían tener problemas para dormir o estar nerviosas, irritables y aturcidas. Estos síntomas son normales, y hay cosas que las personas pueden hacer para sobrellevar los sucesos traumáticos:

- Tome descansos de los esfuerzos de limpieza y no se esfuerce demasiado. Descanse, beba suficiente agua, y acepte la ayuda de los demás.

- Regrese a la mayor cantidad de rutinas familiares y personales posibles, y busque formas de relajarse y hacer algo que usted y su familia hayan disfrutado en el pasado.
- Haga ejercicio, pero hágalo adentro si la calidad del aire no es aceptable.
- Hable acerca de sus experiencias y sentimientos con los familiares, los amigos o con el clero, y escriba un diario.
- Los malos momentos pueden hacer que algunas personas consuman alcohol o drogas para hacerle frente al estrés. A la larga, eso no va a ayudar y puede causar otros problemas.

**Para ayuda de salud mental o abuso de sustancias, marque el 2-1-1.**

**Para obtener información en línea, vaya a [www.dshs.state.tx.us](http://www.dshs.state.tx.us) o [www.TexasPrepara.org](http://www.TexasPrepara.org)**