

Tormentas eléctricas y rayos

Si puede escuchar truenos, está lo suficientemente cerca de una tormenta como para ser alcanzado por un rayo.



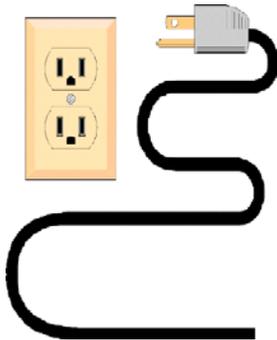
Póngase en cuclillas cerca del piso y coloque las manos sobre rodillas, con la cabeza entre ellas. **No se acueste en el suelo.**



Diríjase inmediatamente a un refugio seguro y escuche las estaciones de radio y televisión

locales para obtener información e instrucciones. Mantenga encendido el receptor de radio de información meteorológica de la NOAA.

Evite usar el teléfono o cualquier otro artefacto eléctrico y no se bañe ni tome una ducha.



Si está en un bosque, busque refugio debajo de los árboles más bajos.

Si está navegando o nadando, diríjase a tierra firme y busque refugio de inmediato.



Si no puede encontrar un refugio, vaya a un lugar abierto y bajo, lejos de árboles, postes u objetos de metal.



Después de que pase la tormenta, manténgase alejado de las zonas afectadas por la tormenta. Escuche las estaciones de radio o televisión locales para obtener información e instrucciones.

Si a una persona le llegara un rayo, esa persona **no** tiene ninguna carga eléctrica y se puede prestarle atención de forma segura. Llame al 911 y practíquelo los primeros auxilios.



Los conocimientos básicos de primeros auxilios pueden ser invaluable, de modo que le sugerimos que los aprenda ahora.

Consulte las páginas amarillas locales para obtener una lista de proveedores que dan clases de primeros auxilios.

Recuerde: Si puede escuchar truenos, está lo suficientemente cerca de una tormenta como para ser alcanzado por un rayo. Busque refugio de inmediato.



Public Health
Prevent, Promote, Protect
Fargo Cass Public Health

Adapted by Healthy Roads Media
(www.healthyroadsmedia.org)

Text from "Are You Prepared?" by the Cass (ND) and Clay (MN) Emergency Planning Partnerships. Created with funding provided by Fargo Cass Public Health through the Cities Readiness Initiative (CRI)