

Aviso de Temperaturas Baixas Extremas e Dicas de Segurança

Com uma previsão de temperaturas ainda mais baixas e extremas para os próximos dias, reveja essas dicas de segurança contra o frio extremo e esteja atento a vizinhos ou familiares que possam precisar de assistência.

Antes do frio chegar

- Certifique-se de que seu sistema de aquecimento esteja funcionando e você tenha combustível de aquecimento suficiente.
- Saiba onde estão localizados os seus interruptores e válvulas de eletricidade, gás e água e como desligá-los. Você poderá precisar desligar a água se o encanamento congelar ou estourar.
- Se possível, considere ter uma opção alternativa segura como uma lareira, fogão a lenha ou aquecedor portátil caso seu sistema de aquecimento quebre.
- Se você estiver usando uma extensão elétrica para um aquecedor portátil, certifique-se que a mesma é apropriada para o aparelho.
- Verifique se os detectores de incêndio e monóxido de carbono estão funcionando e com baterias novas.
- Certifique-se de que o tanque de combustível do seu veículo esteja cheio ou pelo menos pela metade e prepare um kit de emergência que inclua cobertores e/ou roupas quentes.

Durante o frio extremo

- Tente minimizar o tempo ao ar livre, mesmo para os animais de estimação.
- Se você precisar sair, vista-se com várias camadas de roupas soltas e leves. O casaco exterior deve ser de tecido bem fechado e impermeável. Use gorro, luvas grossas e botas impermeáveis resistentes para proteger suas extremidades. Cubra sua boca com um cachecol para proteger seus pulmões.
- Siga todas as precauções de segurança se estiver usando aquecedores portáteis e **NÃO** use o fogão ou forno como fonte de aquecimento.
 - Não use aquecedores portáteis como fonte primária de aquecimento.
 - Certifique-se de que os aquecedores portáteis estejam desligados quando você for dormir ou sair de casa.
 - Mantenha qualquer coisa que possa queimar com pelo menos um metro de distância dos aquecedores portáteis. Tenha em mente que árvores de natal que estejam secando pode representar um risco de incêndio e os aquecedores não devem ser usados perto delas.
- Enrole canos com isolamento de parede ou camadas de jornais cobertas com plástico para evitar que congelem. Abrir os armários da cozinha e do banheiro pode ajudar o calor a circular em torno dos canos, mas certifique-se de que quaisquer produtos de limpeza ou outros produtos químicos domésticos sejam removidos fora do alcance das crianças. Deixe um fio de água quente correndo de uma torneira para manter a água se movimentando nos canos e manter sua casa aquecida a pelo menos 55 graus.
- Se os seus canos congelarem, retire qualquer isolamento, despeje água quente sobre eles ou embrulhe-os com toalhas molhadas em água quente e abra completamente todas as torneiras. Você também pode usar um secador de cabelo, com cuidado, para descongelar canos. Nunca use uma chama de fogo para descongelar canos. Se você não conseguir localizar ou resolver um cano congelado, ligue para um encanador licenciado.
- Se você precisa deixar seu carro aquecendo antes de sair de casa, remova-o da garagem imediatamente após ligá-lo para evitar o risco de intoxicação por monóxido de carbono.
- Se você estacionar do lado de fora, verifique o escapamento do carro antes de ligá-lo para se certificar de que o mesmo não esteja bloqueado com neve ou gelo.
- Verifique os vizinhos e familiares, especialmente os idosos e enfermos.
- Observe os sinais de problemas de saúde relacionados ao frio, como ulceração produzida pelo frio e hipotermia e para qualquer emergência ligue para o 911 imediatamente.

Você pode encontrar mais informação sobre como manter-se seguro durante o frio extremo nos seguintes sites

<http://www.mass.gov/eopss/agencies/mema/emergencies/cold/>

<https://www.safekids.org/blog/winter-coming-cold-weather-safety-checklist>

<https://www.cdc.gov/Features/WinterWeather/>