



Prepárate con Pedro!

CORTES DE ENERGÍA

Estimado educador:

Una vez más, le agradecemos por invitarnos a compartir con sus alumnos nuestro programa de preparación ante emergencias titulado Prepárate con Pedro. Para facilitarle nuestra presentación, hemos desarrollado estos planes de clases desde el jardín de infancia hasta el 2.º grado con hojas de actividades por separado para dos niveles de edad.

Pedro lo guiará a usted, a sus alumnos y a sus familias a través de actividades atractivas y basadas en estándares que enseñan conceptos de ciencias y salud, al tiempo que desarrollan habilidades de lenguaje y pensamiento crítico. Las lecciones siguen un enfoque de lo que hay que hacer antes, durante y después para superar los cortes de energía que les permitirá a los alumnos defender la seguridad en el hogar.

Esperamos que el uso de estos recursos enriquezca aún más la experiencia de aprendizaje de sus alumnos y les ayude a conocer cómo prepararse para las emergencias.

Atentamente.

Sus amigos de la Cruz Roja Americana

Actividad 1

¿No hay luz? ¡No hay problema!

Objetivos

- Familiarizar a los alumnos con la naturaleza y las causas de los cortes de energía.
- Enseñar pasos clave que deben seguir a fin de estar preparados para un corte de energía.
- Fortalecer la distinción visual, la alfabetización visual, el vocabulario y las habilidades de escritura.
- Promover la participación de los padres o cuidadores a través de actividades en el hogar.

Jardín de infancia y 1.º grado

Para enseñarle a los alumnos sobre cortes de energía, estas actividades siguen un enfoque de lo que hay que hacer antes, durante y después. Es decir, los alumnos aprenden a prepararse para los cortes de energía, cómo mantenerse seguros cuando ocurre uno y qué hacer una vez que vuelva la luz. La Actividad 1 se enfoca en lo que hay que hacer “Antes”, se enseñan cuatro medidas importantes que debe tomar la familia a fin de estar preparada para un corte de energía.

Comience pidiendo a los alumnos ejemplos de cosas que usan todos los días y que necesitan o funcionan con electricidad. Luego deles una definición de **corte de energía**. **Diga:** Un corte de energía es la pérdida del suministro eléctrico en casa u otros lugares. Esto significa que las luces, la televisión, el refrigerador y cualquier otra cosa que esté conectada no funcionarán. A veces, los cortes se planifican y otras veces, ocurren sin previo aviso. En algunas situaciones, los cortes pueden durar solo unos minutos y, a veces, mucho tiempo.



Pregunte a los alumnos: ¿Alguna vez han tenido un corte de energía? ¿Cómo fue? ¿Qué hicieron durante el corte de energía? ¿Qué pueden hacer a fin de estar preparados para un corte de energía?

Después de la discusión, **diga:** Ahora vamos a aprender algunas cosas que ustedes y sus familias pueden hacer a fin de estar preparados para un corte de energía y así ayudar a mantenerse a salvo.



Distribuya copias de la hoja de actividades y explíqueles que ayudarán al Pingüino Pedro y a su amiga Ramona a estar preparados para un corte de energía en la casa de Ramona. Primero dirija la atención de los alumnos a la imagen del **panel superior izquierdo**: Pedro está verificando el informe meteorológico local. **Pregunte**: ¿Qué creen que Pedro está haciendo en esta foto? **Diga**: Muchas veces, los cortes de energía son causados por cuestiones climáticas, como tormentas eléctricas, tormentas de invierno y huracanes, que dañan el equipo que lleva electricidad a sus casas. También hay cortes de energía en el oeste de los Estados Unidos durante el clima cálido y seco para reducir la posibilidad de incendios forestales. **Pregunte**: ¿Por qué Pedro quiere saber cuándo se acerca una tormenta? **Diga**: Verificar el clima es una excelente manera de saber que podría haber un corte de energía.

Haga que los alumnos marquen la televisión con un círculo o la coloreen. Luego lea las palabras del cuadro de palabras en la parte superior de la página y escribalas en la pizarra. **Pregunte**: ¿Cuál de estas palabras completa la oración debajo de la imagen? “Verificar el ____”. (**clima**) Los alumnos pueden responder voluntariamente o usted puede leer cada palabra en voz alta y hacer que levanten la mano para votar. Confirme la respuesta y pídale que escriban la palabra “clima” en la línea en blanco.

A continuación, dirija la atención de los alumnos al **panel superior derecho** de la página: Pedro y Ramona recogen linternas y pilas. **Pregunte**: ¿Qué están haciendo Pedro y Ramona en esta imagen? ¿Por qué creen que están recogiendo estos artículos a fin de estar preparados para un corte de energía? **Diga**: Como las luces eléctricas (luces con cables) no funcionan durante un corte de energía, es importante tener listas otras que funcionen a pila. Estar preparado significa tener varias linternas y muchas pilas a mano. Pida a los alumnos que hagan un círculo o coloreen la caja de suministros. Siga el mismo proceso que en el caso anterior para completar el espacio en blanco: “Recoger ____ y pilas”. (**linternas**)

Continúe dirigiendo la atención de los alumnos al **panel inferior izquierdo**: La madre de Ramona desconecta un televisor. **Diga**: En esta imagen, la madre de Ramona está desconectando un televisor. **Pregunte**: ¿Por qué creen que ella está haciendo eso? **Diga**: Cuando vuelve la luz, puede haber aumento o disminución de energía que pueden dañar los electrodomésticos. Puede ser peligroso si todo el equipo eléctrico del hogar vuelve a funcionar al mismo tiempo. Pida a los alumnos que hagan un círculo o coloreen la imagen. Siga el mismo proceso que en el caso anterior para completar el espacio en blanco: “Apagar y desenchufar los principales ____”. (**electrodomésticos**)

Finalmente dirija la atención de los alumnos al **panel inferior derecho**: Pedro y Ramona revisan el suministro de alimentos de la familia. **Pregunte**: ¿Qué están haciendo Pedro y Ramona en esta imagen? ¿Por qué creen que están haciendo eso? **Diga**: Si no hay electricidad durante más de cuatro horas, los alimentos del refrigerador y el congelador comenzarán a calentarse, por lo que no es seguro comerlos. Para estar “preparado durante un corte de energía eléctrica”, hay que mantener en casa un suministro de alimentos que no necesiten ir al refrigerador, porque no se echarán a perder si se corta la luz. Son alimentos que no necesitan refrigeración, no tienen que estar fríos. Pida a

los alumnos que hagan un círculo o coloreen los alimentos en la mesada de la cocina. Siga el mismo proceso que en el caso anterior para completar el espacio en blanco: “Preparar ____”. (**alimentos**) Pida a los alumnos que nombren algunos de sus alimentos favoritos que no necesitan refrigeración.

Para concluir el ejercicio, repase las cuatro actividades de preparación y las oraciones para completar los espacios en blanco. Luego lea las instrucciones en la parte inferior de la hoja de actividades, que alientan a las familias a trabajar juntas para recoger linternas y pilas en el hogar a fin de estar preparados para un corte de energía.

Recalque a los niños que no deben tomar esas medidas de protección de seguridad por su cuenta. **Diga**: Recuerden que deben compartir esta información con los adultos de sus familias y ayudarlos a prepararse. Ellos estarán a cargo de la elaboración del plan. Ustedes son ayudantes. No hagan esto por su cuenta.

Si tiene acceso a una computadora, muestre una aplicación meteorológica o un sitio web, como **weather.gov**. Demuestre cómo una familia puede ingresar su código postal para verificar el clima y saber si podría haber un corte de energía. Identifique en clase el pronóstico para su área y observe si se avecinan condiciones climáticas extremas. Explique a los alumnos que puede haber cortes programados si se encuentran en un área donde ocurren incendios forestales u otros peligros. Los alumnos pueden seguir los mismos pasos de preparación y practicar las mismas habilidades en este caso.



1.er y 2.º grado

En la **Parte 1**, complete la misma presentación y los ejercicios de la actividad para jardín de infancia y 1.º grado. En la **Parte 2**, **diga**: Ahora aprenderemos algunos consejos más importantes a fin de estar preparados para un corte de energía. Lea cada frase en voz alta:

- **UTILICEN LINTERNAS, NO VELAS.** **Pregunte**: ¿Por qué creen que no deberíamos usar velas en un corte de energía? **Diga**: Aunque las velas generan luz, que podríamos necesitar durante un corte de energía, también pueden caerse o tocar algo que pueda arder y provocar un incendio. ¡Usen siempre linternas!
- **CARGUEN LOS TELÉFONOS Y TABLETAS.** **Pregunte**: ¿Por qué creen que esto es importante para la familia antes de un corte de energía? **Diga**: No podrán cargar dispositivos una vez que se corte la energía; por eso, si los tienen, mantengan sus teléfonos y tabletas cargados para que puedan usarlos durante un corte de energía.



- **DÉJENLO AFUERA.** **Diga:** Si un hogar tiene un generador de electricidad, una estufa de camping o una parrilla, deben dejarlos afuera. **Pregunte:** ¿Por qué creen que es así? **Diga:** Llevar generadores dentro de casa o electrodomésticos para cocinar al aire libre puede causar incendios. También pueden liberar monóxido de carbono, un gas peligroso que puede causar enfermedades graves.
- **COMPREN HIELERAS O BOLSAS DE HIELO.** **Pregunte:** ¿Por qué creen que es una buena idea tener conservadoras y hielo adicional durante un corte de energía? **Diga:** Poner los alimentos fríos en una hielera o cubrirlos allí con hielo los mantendrá fríos durante más tiempo en caso de un corte prolongado.
- **TENGAN AGUA Y MANTAS ADICIONALES.** **Pregunte:** ¿Por qué creen que los hogares necesitan agua y mantas? **Diga:** Los equipos de aire acondicionado no funcionan cuando se corta la luz, por lo que hay que tener agua adicional cuando hace calor. Y los calentadores no funcionan, por lo que es posible que necesiten mantas para mantenerse calientes.

Luego haga que los alumnos completen el cuestionario verdadero o falso al final de la página. Repase las respuestas en clase y pida a los alumnos que expliquen el porqué después de cada respuesta.

Respuestas: 1. Falso; 2. Verdadero; 3. Falso.

Concluya leyendo el mensaje en la parte inferior de la hoja de actividades, que alienta a las familias a trabajar juntos para recoger linternas y pilas en el hogar a fin de estar preparados para un corte de energía.

Recalque a los alumnos que no deben tomar estas medidas de protección de seguridad por su cuenta. **Diga:** Recuerden que deben compartir esta información con los adultos de sus familias y ayudarlos a prepararse. Ellos estarán a cargo de la elaboración del plan. Ustedes son ayudantes. No hagan esto por su cuenta.

Actividad 2

Cuando no hay electricidad

Objetivos

- Familiarizar a los alumnos con las acciones seguras y motivadoras que se deben realizar durante un corte de energía.
- Describir la ciencia detrás de la seguridad de los alimentos y los peligros eléctricos o de incendio.
- Fortalecer habilidades de discriminación y alfabetización visual, y de vocabulario.
- Promover la participación de los padres o cuidadores a través de actividades en el hogar.

Jardín de infancia y 1.º grado

Esta actividad se enfoca en lo que hay que hacer “durante” el corte de energía, enseña a los alumnos comportamientos seguros y motivadores para cuando no haya luz. Familiarícese con lo siguiente:

- **QUÉ HACER:** Mantenga las puertas del refrigerador y del congelador cerradas tanto como sea posible. Cada vez

que abre las puertas, se escapa el aire frío y entra aire más cálido, lo que aumenta la posibilidad de descomposición de los alimentos. Un refrigerador cerrado mantendrá los alimentos fríos durante aproximadamente cuatro horas y un congelador lleno y sin abrir mantendrá su temperatura durante aproximadamente 48 horas (24 horas si está medio lleno).

- **QUÉ EVITAR:** Cables rotos o caídos que están en el suelo o colgando afuera. Pueden ser peligrosos y provocar descargas eléctricas. Los niños deben avisarle a un adulto si ven un cable roto.
- **QUÉ HACER:** Tenga a mano actividades que no necesiten electricidad para ocupar el tiempo, como libros, rompecabezas, proyectos de manualidades y juegos de mesa.
- **QUÉ EVITAR:** Velas, ya que pueden provocar incendios si se caen o tocan algo inflamable, como cortinas o periódicos. Use linternas.

Distribuya copias de la hoja de actividades y lea las instrucciones en la parte superior. **Diga:** Cada par de imágenes muestra una acción SEGURA y una NO SEGURA durante un corte de energía. ¡Ayudemos a Pedro y a Ramona a mantenerse a salvo!

Dirija la atención de los alumnos al **primer** conjunto de imágenes (alimentos en una mesada y refrigerador abierto).

Pregunte: ¿Qué imagen muestra lo que es seguro hacer durante un corte de energía? ¿Por qué? **Diga:** Como el refrigerador y el congelador son electrodomésticos, no pueden conservar la temperatura más de algunas horas cuando se corta la luz. Lo mejor es mantener las puertas cerradas tanto como se pueda, porque cada vez que abren las puertas, se escapa el aire frío y entra aire más cálido, lo que puede provocar que los alimentos se descompongan o se echen a perder. Las familias deben tener alimentos que no necesiten el refrigerador. **Diga:** Hagan un círculo o pinten la imagen que muestre lo que es más seguro durante un corte de energía.



Dirija la atención de los alumnos al **segundo** conjunto de imágenes (andar en bicicleta cerca de cables caídos y armar un rompecabezas). **Pregunte:** ¿Qué imagen muestra lo que es seguro hacer durante un corte de energía? ¿Por qué? **Diga:** Los cables de electricidad caídos que están en el suelo o los cables rotos colgando pueden ser peligrosos. Deberían mantenerse alejados de ellos. No los toquen ni jueguen cerca de ellos. Avísenle a un adulto si ven un cable roto. Si no es seguro jugar afuera durante un corte de energía y no pueden usar dispositivos electrónicos, asegúrense de tener actividades divertidas para hacer dentro de casa. **Diga:** Hagan un círculo o pinten la imagen que muestre lo que es más seguro durante un corte de energía.



Dirija la atención de los alumnos al **tercer** conjunto de imágenes (velas y una linterna). **Pregunte:** ¿Qué imagen muestra lo que es seguro hacer durante un corte de energía? ¿Por qué? **Diga:** Pueden pensar que las velas serían de gran utilidad durante un corte de energía porque generan luz. Pero las velas pueden causar incendios si se caen o tocan algo que puede encenderse; por eso, deben usar linternas (¡y todas esas pilas que recogieron!). **Diga:** Hagan un círculo o pinten la imagen que muestre lo que es más seguro durante un corte de energía.

Respuestas: 1. Comer alimentos no refrigerados para mantener el refrigerador cerrado; 2. Hacer actividades divertidas dentro de casa; 3. Usar linternas.

Concluya leyendo el mensaje de la parte inferior de la hoja, que alienta a las familias a elaborar una lista de actividades en casa que pueden realizar juntos cuando se va la luz.

Recalque a los alumnos que deben hacerle a un adulto cualquier pregunta sobre seguridad. **Diga:** Recuerden que deben compartir esta información con los adultos de sus familias y ayudarlos a prepararse. Háganles a los adultos cualquier pregunta de seguridad que tengan.



1.º y 2.º grado

En la **Parte 1**, complete la misma presentación y los ejercicios de la actividad para jardín de infancia y 1.º grado. En la **Parte 2**, **diga:** Ayudemos a Pedro y a Ramona a encontrar actividades que no necesiten electricidad y que puedan hacer durante un corte de energía para divertirse de manera segura. Dirija la atención de los alumnos a las palabras desordenadas y pídale que las descifren (solos o en parejas) y las escriban en las líneas de respuesta. Revise las respuestas en clase y luego analice otras actividades que podrían hacer para mantenerse ocupados durante un corte de energía.

Respuestas: 1. rompecabezas; 2. libros; 3. juegos

Concluya leyendo el mensaje de la parte inferior de la hoja de actividades, que alienta a las familias a elaborar una lista de actividades en casa que pueden realizar juntos cuando se va la luz.

Recalque a los alumnos que deben hacerle a un adulto cualquier pregunta sobre seguridad. **Diga:** Recuerden que deben compartir esta información con los adultos de sus familias y ayudarlos a prepararse. Háganles a los adultos cualquier pregunta de seguridad que tengan.



Jardín de infancia a 2.º grado Actividad para llevar a casa

Prepárense para el “corte de energía”

Objetivos

- Capacitar a los alumnos para que les enseñen a sus familias las medidas que deben tomar antes y durante un corte de energía.
- Desarrollar habilidades de pensamiento crítico, resolución de problemas y planificación.
- Fortalecer las habilidades de vocabulario, lectura y escritura.
- Promover la participación de los padres o cuidadores a través de actividades en el hogar.

Esta actividad revisa los pasos de seguridad que se deben dar “antes” y “durante” el corte de energía, y muestra lo que hay que hacer “después”, es decir, lo que los alumnos y sus familias deben hacer una vez que vuelve la luz. **Diga:** En esta actividad, podrán enseñarles a sus familias todos los consejos que han aprendido sobre la preparación para cortes de energía a fin de que los adultos los puedan guiar en la creación de un plan para su hogar. Recuerden, los adultos estarán a cargo de preparar el plan. Ustedes son ayudantes.

Repase en clase las actividades 1 y 2, analizando todos los consejos que los alumnos han aprendido. Asegúrese de que los alumnos tengan estas hojas de trabajo en casa para que puedan consultarlas cuando compartan lo que han aprendido con su familia. Distribuya copias de la actividad para llevar a casa y diga a los alumnos que hay información en esta hoja para que los adultos la lean y que luego elaborarán juntos un plan a fin de estar preparados para los cortes de energía, mantenerse a salvo durante el corte de energía y saber qué hacer después de que vuelva la luz. Con sus familias harán una cartulina con palabras e imágenes.

Recursos

- Cruz Roja Americana: [redcross.org/poweroutage](https://www.redcross.org/poweroutage)
- Ready.gov: [ready.gov/power-outages](https://www.ready.gov/power-outages)
- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: [cdc.gov/disasters/poweroutage/needtoknow.html](https://www.cdc.gov/disasters/poweroutage/needtoknow.html)



Prepárate con Pedro!

Cortes de energía



¿No hay luz? ¡No hay problema!

¡Ayuda a Pedro y a su amiga Ramona a prepararse para un corte de energía! Mira las imágenes a continuación. ¿Cómo se puede preparar la familia de Ramona para un corte de energía? Marca con un círculo la parte importante de cada imagen. Completa cada mensaje de seguridad con una palabra del banco de palabras.

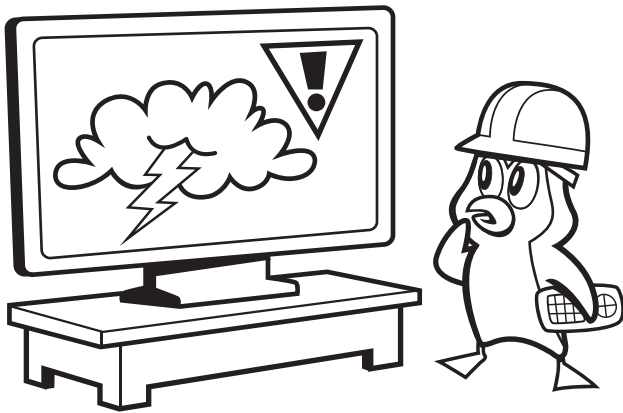
BANCO DE PALABRAS

electrodomésticos

alimentos

clima

linternas



Verificar el _____.



Recoger _____ y pilas.



Apagar y desenchufar los principales _____.



Preparar _____.

MENSAJE PARA LOS ADULTOS: ¡Prepárense para los cortes de energía! Asegúrense de tener suficientes linternas y pilas en el hogar para usar como fuentes de luz en caso de cortes de energía. No usen velas porque pueden provocar un incendio. También consideren comprar hieleras económicas y hielo adicional para mantener los alimentos fríos en caso de corte prolongado del suministro eléctrico.



Cruz Roja Americana

© 2020 The American Red Cross



Prepárate con Pedro!

Cortes de energía

¿No hay luz? ¡No hay problema!

Parte 1: ¡Ayuda a Pedro y a su amiga Ramona a prepararse para un corte de energía! Mira las imágenes a continuación. ¿Cómo puede estar lista la familia de Ramona si hay un corte de energía? Marca con un círculo la parte importante de cada imagen. Completa cada mensaje de seguridad con una palabra del banco de palabras.



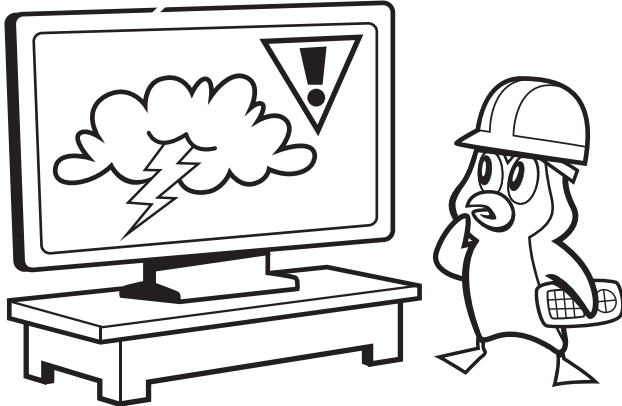
BANCO DE PALABRAS

electrodomésticos

alimentos

clima

linternas



Verificar el _____.



Recoger _____ y pilas.



Apagar y desenchufar los principales _____.



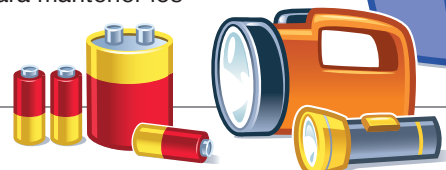
Preparar _____.

Parte 2: ¿Verdadero o falso? Marca con un círculo la respuesta correcta.

1. Comprar muchas velas para tener luz en caso de corte de energía. **VERDADERO FALSO**
2. Mantener los teléfonos y tabletas cargados para poder usarlos durante un corte de energía. **VERDADERO FALSO**
3. Llevar una estufa de campamento dentro de la casa para cocinar durante un corte de energía. **VERDADERO FALSO**

MENSAJE PARA LOS ADULTOS: ¡Prepárense para los cortes de energía!

Asegúrense de tener suficientes linternas y pilas en el hogar para usar como fuentes de luz en caso de cortes de energía. No usen velas porque pueden provocar un incendio. También consideren comprar hieleras económicas y hielo adicional para mantener los alimentos fríos en caso de corte prolongado del suministro eléctrico.



Cruz Roja Americana

© 2020 The American Red Cross

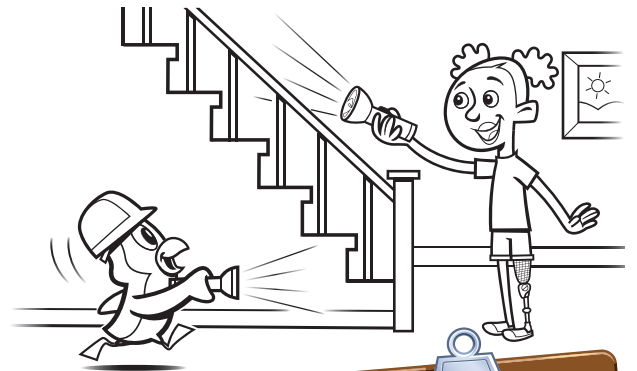
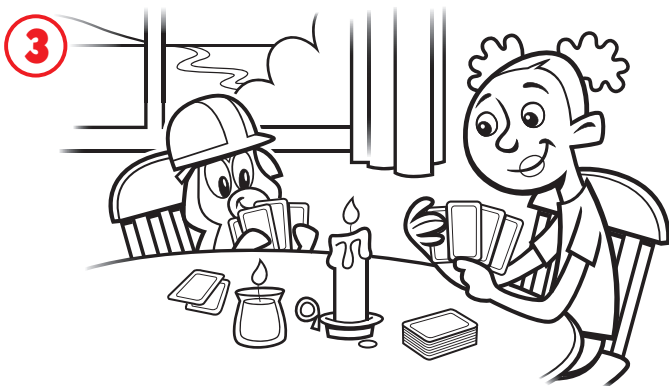
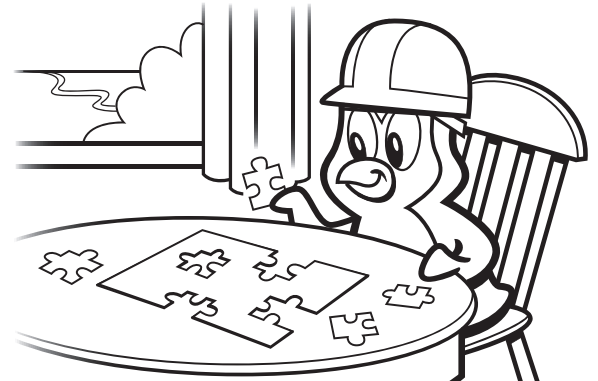
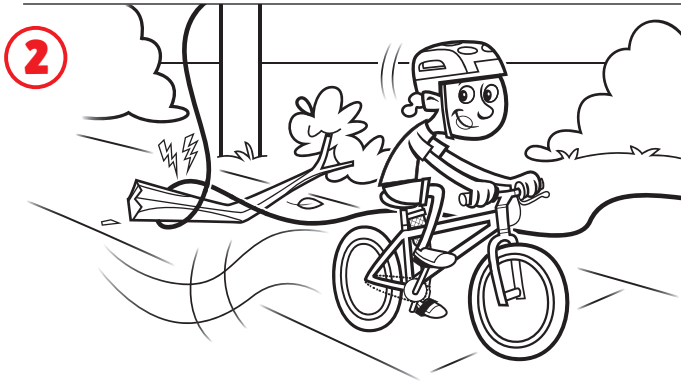
Prepárate con Pedro!

Cortes de energía



Cuando no hay electricidad

¡Se cortó la luz en la casa de Ramona! Afortunadamente, ella y su familia están preparados. Ayuda a Pedro y a Ramona a mantenerse a salvo (¡y diviértete!) hasta que vuelva la luz. Mira cada par de imágenes. Marca con un círculo la imagen que muestra lo más seguro durante un corte de energía.



MENSAJE PARA LOS ADULTOS: Su hijo ha estado aprendiendo cómo mantenerse a salvo durante un corte de energía. Hagan juntos una lista de actividades que no requieren electricidad y que pueden entretener a su familia durante un corte de energía o cualquier día en el que no se puedan usar los dispositivos eléctricos.



Cruz Roja Americana

© 2020 The American Red Cross



Prepárate con Pedro!

Cortes de energía



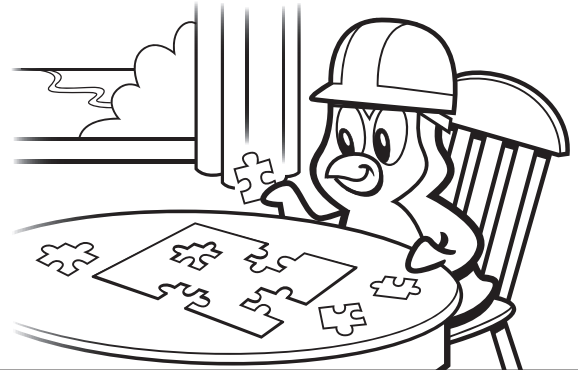
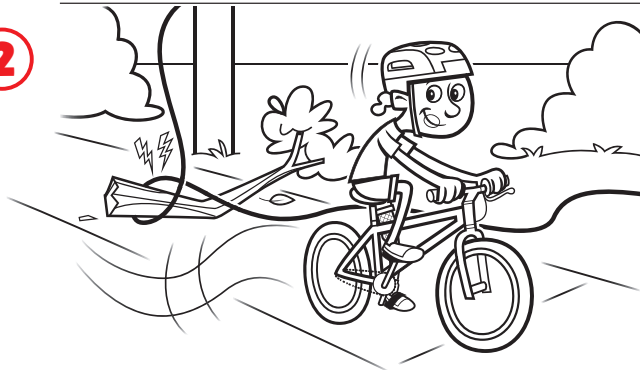
Cuando no hay electricidad

Parte 1: ¡Se cortó la luz en la casa de Ramona! Afortunadamente, ella y su familia están preparados. Ayuda a Pedro y a Ramona a mantenerse a salvo (¡y diviértete!) hasta que vuelva la luz. Mira cada par de imágenes. Marca con un círculo la imagen que muestra lo más seguro durante un corte de energía.

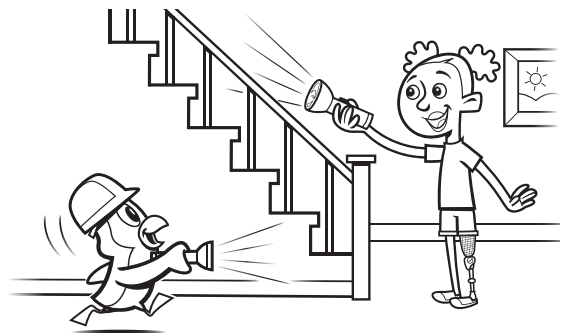
1



2



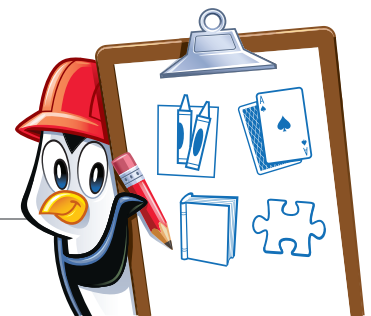
3



Parte 2: ¿Qué pueden hacer Pedro y Ramona para divertirse durante un corte de energía? Ayúdalos a pensar en actividades que no necesiten electricidad. Descifra cada palabra a continuación y escríbela en las líneas.

C R A O S B P E E Z M A | I B R S O L | S O U J G E

MENSAJE PARA LOS ADULTOS: Su hijo ha estado aprendiendo cómo mantenerse a salvo durante un corte de energía. Hagan juntos una lista de actividades que no requieren electricidad y que pueden entretener a su familia durante un corte de energía o cualquier día en el que no se puedan usar los dispositivos eléctricos.



Cruz Roja Americana

© 2020 The American Red Cross

Prepárate con Pedro!

Cortes de energía



Mensaje para los adultos

Su hijo ha estado aprendiendo sobre los cortes de energía, incluso cómo prepararse y actuar en caso de cortes de energía. Pídale a su hijo que comparta lo que aprendió sobre los cortes de energía. Revise las pautas a continuación con su hijo y luego desarrolle un plan para ayudar a mantener a todos los miembros de su hogar, incluidas las mascotas, lo más seguros y cómodos posible durante un corte de energía. En una hoja de papel o cartulina por separado, elabore un plan de "Preparación para cortes de energía". Enumere los suministros que su hogar debe tener a mano, consejos de seguridad y números telefónicos de emergencia. Para los niños más pequeños, escriba los mensajes que se le ocurran. Anime a su hijo a agregar ilustraciones. Asegúrele que si se corta la luz, usted pondrá en práctica el plan para que su hijo no sienta que es su trabajo.

¡Prepárense!

- Considere descargar una aplicación meteorológica como **NOAA.gov** (Asociación Nacional Oceánica y Atmosférica), regístrese para recibir alertas de clima extremo y verifique el pronóstico en su área.
- Aprovechese de linternas y pilas para usar como iluminación durante un apagón. No use velas porque son peligrosas y pueden provocar incendios.
- Tenga a mano mucha agua y alimentos no perecederos. En un corte prolongado, los alimentos refrigerados y congelados pueden echarse a perder; por eso, considere tener hieleras económicas y hielo adicional a mano para mantenerlos fríos.
- Reúna juegos y actividades para entretenerse.

Manténgase "a salvo de la electricidad"

- Durante un corte de energía, apague y desconecte todos los equipos eléctricos innecesarios, incluidos los dispositivos electrónicos sensibles.
- Apague o desconecte cualquier electrodoméstico que estaba usando cuando se cortó la luz, como el refrigerador, la lavadora o la secadora. Cuando vuelve la electricidad, las subidas o picos de tensión pueden dañar el equipo.
- Si hay cables de electricidad caídos, no los toque. Mantenga a sus mascotas alejadas, también. Informe a la compañía de electricidad de la presencia de cables de tensión caídos.
- Vaya a una ubicación comunitaria con electricidad si el calor o el frío son extremos.

Tenga en cuenta la seguridad de los alimentos

- Durante un corte de energía, mantenga las puertas del

refrigerador y del congelador cerradas tanto como sea posible. Si parece que la interrupción durará más de dos horas, prepare una hielera con hielo para los artículos que necesitan frío.

- Deseche cualquier alimento (en particular carne, pollo, pescado, huevos y restos) que haya estado expuesto a temperaturas superiores a 40 °F durante 2 horas o más, o que tenga un olor, color o textura inusual. En caso de duda, ¡tírelo!
- Los niños deben preguntarle a un adulto sobre un alimento antes de comerlo, especialmente si hay que mantenerlo frío. Algunos alimentos pueden verse y oler bien, pero si han estado a temperatura ambiente durante demasiado tiempo, las bacterias que causan enfermedades transmitidas por los alimentos pueden comenzar a crecer con rapidez.
- Según al CDC, "cuando se corta la energía durante un día o más, deseche cualquier medicamento que deba refrigerarse, a menos que la etiqueta indique lo contrario. Si la vida depende del medicamento refrigerado, pero este ha estado a temperatura ambiente, úselo solo hasta que haya un nuevo suministro disponible. Reemplace todos los medicamentos refrigerados lo antes posible".*

Más información

Para obtener más información, visite [redcross.org/prepare](https://www.redcross.org/prepare).

* Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: Cortes de energía: [cdc.gov/disasters/poweroutage/needtoknow.html](https://www.cdc.gov/disasters/poweroutage/needtoknow.html)

