



# Seguridad del Tiempo: Relámpagos

## Guía de Preparación y Seguridad

### Consejos de Seguridad en caso de Relámpagos para Usted y su Familia

#### ¡Cuando escuche el trueno, busque refugio!

Cada año, en los Estados Unidos, más de 400 personas son alcanzadas por un relámpago. En promedio, entre 55 y 60 personas fallecen; otros cientos sufren de discapacidades neurológicas permanentes. La mayor parte de estas tragedias pueden ser evitadas siguiendo varias precauciones simples. Cuando las tormentas eléctricas amenacen, busque un lugar seguro. La seguridad para relámpagos es una inconveniencia que le puede salvar la vida.

La Administración Nacional del Océano y la Atmósfera (NOAA por sus siglas en inglés) recolecta información sobre las muertes asociadas a fenómenos atmosféricos para aprender a prevenir estas tragedias. Muchas víctimas de relámpagos dicen que fueron “sorprendidas” a la intemperie por la tormenta y no pudieron hallar un lugar seguro. Con un plan apropiado, estas tragedias pueden evitarse.

Otras víctimas esperaron mucho tiempo antes de buscar refugio. Si hubieran buscado un lugar seguro de 5 a 10 minutos antes de la llegada de la tormenta, podrían haber evitado el ser impactados por un relámpago.

Algunas personas fueron alcanzadas por un relámpago porque abandonaron su refugio muy pronto. Permanezca dentro de un edificio o vehículo por al menos 30 minutos después de escuchar el último trueno.

Finalmente, algunas víctimas fueron impactadas por un relámpago dentro de sus hogares o edificios mientras utilizaban equipos eléctricos o telefónicos. Otros estaban en contacto con plomería, una puerta de metal o marco de ventana. ¡Evite el contacto con estos conductores de electricidad cuando haya una tormenta cerca!

### Lo que tal vez Usted Desconoce Sobre los Relámpagos

- ▶ **Todas las tormentas eléctricas producen relámpagos y son peligrosas.** En los Estados Unidos, en un año promedio, los relámpagos matan a la misma cantidad de personas que los tornados, y más personas que los huracanes.
- ▶ **Los relámpagos, a menudo, pueden suceder a una distancia lejana al área de lluvia fuerte, y pueden suceder tan lejos como a 10 millas de cualquier área de lluvia.** Algunas muertes causadas por relámpagos ocurren antes de que comience la lluvia o después que haya pasado la tormenta.

- ▶ **Si puede escuchar el trueno, usted se encuentra en peligro. No se deje engañar por cielos despejados.** Si usted puede escuchar un trueno, el relámpago está lo suficientemente cerca como para ser una amenaza.
- ▶ El relámpago deja a muchas víctimas con discapacidades y daños permanentes. Aunque el porcentaje de víctimas que mueren debido a relámpagos es bajo, muchos sobrevivientes tienen que aprender a vivir con condiciones muy dolorosas de por vida y discapacidades neurológicas.

### Evite la Amenaza de los Relámpagos

- ▶ **Tenga un plan de seguridad.** Sepa hacia dónde dirigirse y cuánto tiempo le tomará llegar a ese lugar. Asegúrese de que su plan ofrece suficiente tiempo para llegar a un lugar seguro.
- ▶ **Posponga actividades.** Antes de salir, verifique los pronósticos de tronadas. Considere posponer actividades a la intemperie para evitar quedar atrapado en una situación peligrosa.
- ▶ **Verifique las condiciones del tiempo.** Observe las señales atmosféricas que puedan indicar el que una tronada se está desarrollando, tales como cielos oscurecidos, relámpagos o un aumento en los vientos.
- ▶ **Muévase a un lugar seguro.** Si usted puede escuchar un trueno, aunque sea a la distancia, muévase a un lugar seguro inmediatamente. Edificios cerrados y rodeados de alambres y plomería proveen la mejor protección. Las cabañas, las áreas de acampar o terrazas cerradas NO le protegerán de los relámpagos. Si no hay un edificio sólido cerca, diríjase a un vehículo con tope de metal sólido y cierre todas las ventanas.
- ▶ **Si escucha un trueno, evite utilizar teléfonos alámbricos excepto en caso de emergencia.** Los teléfonos inalámbricos y celulares son seguros.
- ▶ **Manténgase alejado de equipos eléctricos y alambres.** Las tuberías conducen electricidad. No utilice la ducha u otro tipo de plomería durante una tormenta.

### Actividades Organizadas a la Intemperie.

Muchas personas disfrutan de realizar actividades al aire libre. Es esencial para las personas a cargo de estas actividades el comprender los peligros de los relámpagos, tener un lugar seguro en caso de tronadas y seguir el plan una vez se escuche un trueno o se vea un relámpago. Muchas actividades al aire libre dependen de líderes voluntarios, dirigentes u oficiales deportivos al momento de tomar decisiones de seguridad. Asegúrese de que los líderes de estas actividades tengan un plan de seguridad en caso de relámpagos. No se cohíba

# Seguridad del Tiempo: Relámpagos



## Seguridad para Usted y su Familia durante Relámpagos



### Lo que debe saber en caso de ser sorprendido a la intemperie cerca de una tronada

No existe tal cosa como un lugar a la intemperie seguro durante una tronada. ¡Planifique con anticipación para evitar una situación peligrosa! Si se encuentra a la intemperie y escucha un trueno, la única manera de reducir significativamente el riesgo de ser alcanzado por un relámpago es moverse a un edificio sólido o a un vehículo de metal con tope sólido lo más pronto posible. Además, debe evitar las siguientes situaciones que pudieran aumentar el riesgo de ser afectado por un relámpago. Recuerde – nada puede sustituir el buscar un lugar seguro.

- ▶ **Evite los espacios abiertos.** Evite ser el objeto más alto en el área.
- ▶ **Manténgase alejado de árboles aislados, torres o postes.** Los relámpagos tienden a impactar los objetos más altos en el área.
- ▶ **Manténgase alejado de conductores metálicos como alambres o verjas.** El metal no atrae a los relámpagos, pero un relámpago puede viajar largas distancias a través de estos conductores.

Si se encuentra con un grupo de personas, sepárense. Aunque esto podría aumentar las probabilidades de que alguien sea alcanzado por un relámpago, por otro lado tiende a prevenir múltiples víctimas y aumenta la probabilidades de que alguien pueda ayudar en caso de que una persona sea impactada.

### ¡Actúe rápido si alguien es alcanzado por un relámpago!

- ▶ **Las víctimas de relámpagos no transportan cargas eléctricas, se pueden tocar sin riesgo alguno, y necesitan atención médica inmediata.** Un ataque cardíaco es la causa inmediata de muerte para las víctimas. Algunas muertes pueden prevenirse si la víctima recibe ayuda de primeros auxilios apropiada inmediatamente.
- ▶ **Llame para ayuda.** Llame al 9-1-1 o a su servicio local de ambulancia.
- ▶ **Provea primeros auxilios.** No dude en suministrar Resucitación Cardiopulmonar (CPR por sus siglas en inglés)

si la persona no está respondiendo o respirando. Utilice un Desfibrilador Externo Automático si hay alguno disponible.

- ▶ **De ser posible, mueva la víctima a un lugar más seguro.** Los relámpagos pueden caer dos veces en el mismo lugar. Evite ser la próxima víctima.

### Manténgase informado sobre tronadas . Escuche a la Radio del Tiempo de NOAA

Se estima que ocurren unos 25 millones de relámpagos entre nubes y la superficie en los Estados Unidos cada año. Aunque el Servicio Nacional de Meteorología (NWS por sus siglas en inglés) emite vigilancias y avisos de tronadas severas para tormentas que producen vientos dañinos o granizo, NO se emiten vigilancias o avisos para relámpagos . Cuando se escucha el trueno, el peligro es inmediato.

Como medida preventiva, considere obtener una Radio del Tiempo de NOAA portátil, operada por baterías. La radio le permitirá monitorear cualquier pronóstico a corto plazo para las condiciones del tiempo. Cuando el Servicio Nacional de Meteorología emite un aviso o vigilancia de tormentas severas, la radio producirá un tono para alertarle automáticamente.

#### Para Más Información

Enlaces del Servicio Nacional de Meteorología sobre relámpagos, pronósticos, y evaluaciones:

<http://www.lightningsafety.noaa.gov>

Radio del Tiempo de NOAA:

<http://www.weather.gov/nwr>

Cruz Roja Americana:

<http://www.redcross.org>

Agencia Federal para el Manejo de Emergencias:

<http://www.fema.gov>

***¡Cuando escuche el trueno, busque refugio!***

YPA-201055