

# Sugerencias de Seguridad en Casa para los Mayores de Edad

*(Senior Citizen Safety)*

Proteger y asistir a los ciudadanos mayores de edad es una de las cosas más importantes de la División de Asuntos del Consumidor de Nueva Jersey (New Jersey Division of Consumer Affairs). A continuación le damos sugerencias para seguridad dentro y fuera de la casa.

## LISTA DE EMERGENCIAS Y NÚMEROS DE TELÉFONOS

Ponga una lista de teléfonos de emergencia, incluyendo la policía, los bomberos, médicos, el número del centro de envenenamiento local, un miembro de su familia y un vecino en cada teléfono de su casa. Cada centro de envenenamiento se puede alcanzar llamando al número directo nacional: 1-800-222-1222.

## LUCES

Iluminando sus escaleras y pasillos puede reducir las caídas. Use luces pequeñas cerca de los cuartos de baños, en los dormitorios, en las escaleras, y siempre tenga una linterna cargada cerca de su cama para emergencias.

## ALARMAS DE FUEGO Y DETECTORES DE MONÓXIDO DE CARBONO

La mayoría de los fuegos suceden por la noche. Instale una alarma de fuego en todas las habitaciones de su casa.

El monóxido de carbono es un gas que se produce cuando se quema cualquier clase de combustible como gas, aceite, keroseno, madera o carbón. Si los electrodomésticos que queman combustibles están mantenidos correctamente, la cantidad de monóxido de carbono que estos producen es mínima y no es peligrosa. Sin embargo si los electrodomésticos no trabajan bien o se usan incorrectamente, niveles altos de gases de monóxido de carbono se pueden acumular.

Haga que un técnico especializado inspeccione los electrodomésticos y su chimenea para asegurarse que están operando correctamente, e instale detectores de monóxido de carbono en sus dormitorios y cerca

## Mensaje para el Consumidor

Cambie las baterías de sus detectores de humo y monóxido de carbono dos veces al año.

## EXTINTORES DE FUEGO

Tenga en su casa un extintor de químico seco que tenga las letras ABC que quiere decir que es bueno para tres distintas clases de fuegos: madera, gas y eléctrico. Todos los ocupantes de la casa deben de saber donde está y cuando y como usarlo.

## SALIDA DE EMERGENCIA

Tenga un plan de emergencia en caso de fuego. Escoja un sitio fuera de su casa para reunirse y saber que todos están salvos.

## CABLES ELÉCTRICOS

Asegúrese que todos los cables eléctricos estén en buena condición y no estén deshilachados o gastados y fuera del tráfico donde la gente puede



**New Jersey Division of Consumer Affairs** ▶ **800-242-5846**  
**www.NJConsumerAffairs.gov**



tropezar. Nunca ponga un cable eléctrico debajo de una alfombra. Si los enchufes están calientes cuando se tocan, esto puede ser una indicación que hay problemas con los cables. Desenchufe los cables y no use los interruptores hasta que un electricista inspeccione los cables.

## ALFOMBRILLAS

Asegúrese que las alfombrillas tengan goma por detrás para que no se deslicen.

## CALENTADORES PORTÁTILES

Calentadores portátiles no se deben utilizar como calefacción principal. Coloque los calentadores portátiles en lugares lejos de cortinas y muebles, alfombras y combustibles, y donde no se puedan mojar o caer, y en sitios donde no pueda tropezarse con ellos.

## BOMBILLOS

Asegúrese que los bombillos son de la correcta cantidad de voltios para las lámparas. Por lo general las lámparas dicen que cantidad de voltios los bombillos tienen que tener. Si el bombillo tiene un voltaje muy alto, se puede calentar demasiado y empezar un fuego.

## COCINAS

Limpie la estufa de cocinar y el tubo de escape para evitar fuegos. Cocine con bastante luz y tenga cuidado con sus ropas cuando está cocinando cerca del fuego.

## CUARTOS DE BAÑOS

Instale barras en su bañera y ducha para agarrarse. Ponga una alfombra cuando sale de la ducha o la bañera para que no se resbale cuando salga con los pies mojados.

## SISTEMA DE RESPUESTA PARA EMERGENCIA PERSONAL

Usted puede comprar or arrendar un Sistema de Respuesta para Emergencia Personal (*Personal Emergency Reponse System* por su sigla en inglés PERS). Este sistema lo puede llevar colgado en una cadena, en su muñeca o bolsillo y de esa manera puede tener ayuda 24 horas al día. Empujando un botón, ayuda se le puede prestar inmediatamente a través del teléfono. Un operador/a contestará a su emergencia, asesorará la situación, y tomará las medidas apropiadas para ayudarlo/a. Esto elimina la zozobra de estar en casa solo/a y en caso de emergencia no poder ir al teléfono. Hay muchos sistemas de PERS. Chequee su guía telefónica para encontrar uno.

### Oficina del Fiscal General de Nueva Jersey División de Asuntos del Consumidor



**Customer Service Center**  
124 Halsey Street  
P.O. Box 45025  
Newark, NJ 07101  
(973) 504-6200  
(800) 242-5846  
(Solamente en Nueva Jersey)

**Correo electrónico:**  
[AskConsumerAffairs@dca.lps.state.nj.us](mailto:AskConsumerAffairs@dca.lps.state.nj.us)

**Website:** [www.NJConsumerAffairs.gov](http://www.NJConsumerAffairs.gov)