

# Seguridad Invernal para Poblaciones Especiales

La hipotermia a menudo ocurre a temperaturas muy frías, pero puede ocurrir en temperaturas frías si la persona está mojada y se enfría. Una temperatura corporal de 95 F es una emergencia.



- ❖ **Señales acerca de los niños:** rojo brillante, piel fría, llanto débil, mala alimentación y muy poca energía.
- ❖ **Señales de adultos:** manos torpes, cara hinchada, habla más lenta de lo normal y sensación de sueño, enojo o confusión. La piel de la persona puede volverse pálida y comenzar a temblar.
- ❖ **Los adultos mayores** son más sensibles al frío (y al calor) que los adultos más jóvenes y aumentan su riesgo de enfermedad cardíaca y daño renal o hepático.

## Cuidando a los adultos mayores

- ❖ Tenga el nombre / información de contacto de un familiar o amigo cercano que pueda verlos regularmente.
- ❖ Si está revisando a un adulto mayor, **intente hacerlo en persona** o por teléfono con la mayor frecuencia posible o en horarios acordados para asegurarse de que:
  - Se mantienen hidratados y calientes.
  - Establezca el espacio habitable a una temperatura agradable.
  - No muestre signos de hipotermia.
  - Tenga en cuenta si los medicamentos que toman afectan su capacidad para regular la temperatura corporal.



# Mantenga cálidas a sus mascotas

❖ **Conozca los límites:** Al igual que las personas, la tolerancia al frío de las mascotas puede variar de una mascota a otra según su pelaje, reservas de grasa corporal, nivel de actividad y salud. Si usted tiene frío, ellos también tienen frío.



❖ **Las mascotas artríticas y de edad avanzada** pueden tener más dificultad para caminar sobre la nieve y el hielo y pueden ser más propensas a resbalarse y caerse.

❖ **Haz algo de ruido:** el motor de un vehículo caliente puede ser una fuente de calor atractiva para los gatos salvajes y al aire libre, pero es mortal. Mire debajo de su automóvil, golpee el capó y toque la bocina antes de arrancar.



❖ **Revise las patas:** revise las patas de su perro con frecuencia para detectar signos de lesiones o daños en clima frío, como almohadillas agrietadas o sangrado.

❖ **Abrigos de piel:** si su perro tiene un abrigo corto, considere un suéter. Nunca afeites a tu perro hasta la piel. Limite el baño durante los períodos de frío. Seque los pies, las piernas y el abdomen con una toalla tan pronto como entren.