

Precauciones para el clima frío

Estimados padres/tutores:

En esta época del año, es una buena idea hablar con sus hijos sobre la seguridad en climas fríos. Se necesita un cuidado especial, especialmente en los niños más pequeños, para asegurarse de que no se produzcan congelaciones.

- Asegúrese de que todos los niños, incluidos los adolescentes, tengan ropa de abrigo adecuada todos los días. Las chaquetas abrigadas, sombreros, bufandas, botas y un par de guantes extra en los bolsillos los protegerán durante las temperaturas extremadamente frías.
- Desarrolle un plan de emergencia y revíselo con sus hijos en caso de que no esté en casa antes o después de la escuela. Si un autobús se retrasa, necesitan saber dónde, cuándo y cómo obtener ayuda. Dígale a su hijo que si no está en casa mientras esperan afuera el autobús, cuánto tiempo pueden esperar afuera, a dónde ir en caso de que el autobús se retrase y cuáles son los peligros y riesgos del clima extremo.

Aconseje a su hijo que pida ayuda si tiene:

- Ropa mojada, botas o guantes, nieve o hielo junto a la piel desnuda que no se puede quitar.
- Dolor, entumecimiento o ardor en cualquier parte de la piel (especialmente manos, pies, orejas o nariz).

Enséñele a su hijo:

- Cuándo pedir ayuda.
- Dónde encontrar refugio seguro en una emergencia
- Quién es el adulto designado para acudir en su vecindario si el autobús no se presenta.
- Cómo protegerse con ropa de invierno adecuada.

Patricia Kessarlis, RN
Enfermera de la escuela secundaria de Pomona
101 Pomona Rd.
Suffern, Nueva York 10901
Teléfono 845-577-6212
f 845-577-6245