



Consejos para conducir en condiciones de frío extremo

El Departamento de Salud e Higiene Mental de Maryland propicia que los conductores preparen y aprovisionen adecuadamente sus vehículos cuando viajen durante el tiempo de frío extremo y cuando se pronostiquen fuertes tormentas invernales. Estos son algunos consejos:

Aprovisione su vehículo

Asegúrese de que su vehículo está equipado con:

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Linterna recargable | <input type="checkbox"/> Navaja |
| <input type="checkbox"/> Teléfono móvil y cargador para el coche | <input type="checkbox"/> Fósforos o encendedor |
| <input type="checkbox"/> Alimentos y agua adicionales | <input type="checkbox"/> Cables de arranque de batería |
| <input type="checkbox"/> Luces de emergencia | <input type="checkbox"/> Rascador de hielo y cepillo para nieve |
| <input type="checkbox"/> Herramientas: gato, llave de tuercas, pala | <input type="checkbox"/> Toallas de papel |
| <input type="checkbox"/> Hojas de ruta | <input type="checkbox"/> Líquido de limpieza adicional |
| <input type="checkbox"/> Frazada/bolsa(s) de dormir | <input type="checkbox"/> Cadenas o neumáticos de tracción |
| <input type="checkbox"/> Ropa extra abrigada, botas, sombrero y guantes | <input type="checkbox"/> Pequeña pala de nieve |
| <input type="checkbox"/> Botiquín de primeros auxilios | <input type="checkbox"/> Arena para gatos para la tracción de las llantas |

Retrasos del tráfico

Si usted está atascado en un embotellamiento o su automóvil se descompone, permanezca con el vehículo. Encienda el motor y la calefacción por intervalos breves. Abra un poco la ventanilla en el vehículo para evitar que se acumule monóxido de carbono. Escuche la radio para conocer información actualizada del tráfico y de emergencia. Beba líquidos para evitar la deshidratación.

Para obtener más información sobre salud pública y preparación para emergencias, visite <http://preparedness.dhmh.maryland.gov> y www.facebook.com/MarylandOPR.