



PREPÁRESE PARA EL CALOR EXTREMO



Manténgase fresco en espacios con aire acondicionado



Durante las horas de calor extremo, permanezca en espacios con aire acondicionado, especialmente entre las horas más calurosas del día (10 a.m. - 3 p.m.). Para obtener una lista de las instalaciones del Condado de Fairfax que están abiertas al público durante eventos de calor, escanee este código QR o visite:

Tenga en cuenta estos consejos de seguridad



- Beba mucho líquido.
- Permanezca en espacios interiores y alejado del calor.
- Vístase con ropa ligera.
- Nunca deje a niños, ancianos o mascotas solos en un vehículo.

¡Manténgase informado con Fairfax Alerts!

¿Sabía que puede inscribirse para recibir importantes alertas de emergencia y actualizaciones durante una emergencia por calor? Las alertas de Fairfax se pueden enviar por teléfono, mensaje de texto, correo electrónico y otros medios.

Suscripciones a seleccionar:

1. Alertas de emergencia
2. Clima adverso
 - a. Ausencia de precipitaciones
 - ii. Advertencia de calor excesivo
 - iii. Aviso de calor excesivo
 - iv. Asesoría para manejar el calor
3. Oficina para prevenir y poner fin a la falta de vivienda
 - a. Recursos e información para personas sin hogar
 - b. Recursos de refrigeración y calefacción para personas sin hogar



¿Necesita más ayuda?

Planificación de servicios coordinados (CSP) CSP conecta a los residentes del Condado de Fairfax con los servicios y recursos del condado y de la comunidad. Por favor, llame al 703-222-0880 para obtener más información.

Para inscribirse, escanee el código QR o visite: www.fairfaxva.gov

Agotamiento por calor

Golpe de calor

ACTÚE RÁPIDAMENTE

- Trasládese a una zona más fresca
- Aflojese la ropa
- Beba a sorbos agua fresca
- **Busque ayuda médica si los síntomas no mejoran.**

Mareo

Sed

Sudoración intensa

Náuseas

Debilidad



Confusión

Mareo

Queda inconsciente

ACTÚE RÁPIDAMENTE

LLAME AL 911

- Traslade a la persona a una zona más fresca
- Aflojele la ropa y quítele las capas de ropa sobrantes
- Enfíe con agua o hielo

El agotamiento por calor puede provocar un golpe de calor.

Los golpes de calor pueden causar la muerte o una discapacidad permanente si no se administra un tratamiento de emergencia.



Si no se indica un número TTY, utilice 711/Virginia Relay. Se realizan adaptaciones razonables previa solicitud; llame al 703-324-7329.



Una publicación del Condado de Fairfax, Virginia. Impreso en 5/2023