

Permanezca seguro y saludable este invierno con el Programa Low Income Home Energy Assistance (LIHEAP)

Administración para Niños y Familias Oficina de Servicios Comunitarios

El Programa Low Income Home Energy Assistance (LIHEAP) ayuda a las personas y familias a mantener temperaturas interiores seguras y saludables mediante el suministro de servicios críticos de asistencia energética. Estos servicios incluyen proporcionar ayuda con las facturas de calefacción, prevención y restitución de la calefacción, aislamiento térmico y reparación o sustitución de equipos de calefacción. LIHEAP y las guías de seguridad que aparecen a continuación pueden ayudarle a usted y a su familia a mantenerse seguros y saludables este invierno.

¿CUÁL ES UNA TEMPERATURA INTERIOR SEGURA?

La Organización Mundial de la Salud afirma que 64°F o superior suele ser una temperatura interior segura si todos los habitantes de la casa gozan de un buen estado de salud. Si hay adultos mayores, bebés, niños o cualquier persona que padezca una enfermedad crónica en el hogar, deberá elevar la temperatura a 68 °F a 70 °F.



Si usted o alguien que conoce necesita ayuda con las facturas de calefacción, LIHEAP puede ayudarle.



Visite:
www.energyhelp.us



Llame: Línea Directa Nacional de Referencias para Asistencia Energética
(866) 674-6327



Correo electrónico:
energyassistance@ncat.org

¿CÓMO PUEDO EVITAR PRÁCTICAS DE CALEFACCIÓN INSEGURAS EN INTERIORES?

Siga las guías de seguridad que aparecen a continuación para ayudarle a usted y a los miembros de su familia a mantenerse seguros y saludables este invierno:

- Evite el uso de calefactores eléctricos con resistencias incandescentes y sin interruptores de apagado automático. Mantenga los calefactores alejados de los niños, los animales y cualquier material inflamable, como cortinas o cobijas.
- Si usa un calefactor, manténgalo alejado de los niños, las mascotas y cualquier material inflamable, como cortinas o mantas
- Nunca use la estufa, los generadores, las parrillas de gas o carbón, ni las estufas de campamento para calentar dentro de su casa o garaje.
- Si usa un generador durante un corte de energía de emergencia, manténgalo afuera en un lugar que esté bien ventilado.
- Antes de utilizar un calefactor de queroseno, consulte con el departamento de bomberos local para asegurarse de que son legales en el área donde usted se encuentra. Asegúrese de contar con la ventilación adecuada.
- Utilice chimeneas o estufas de leña, sólo si están correctamente ventiladas al exterior y no tienen fugas de gas hacia el interior de la vivienda a través del conducto de humos o de escape.
- Evite el envenenamiento por monóxido de carbono (CO) instalando un detector de CO que funcione con baterías.
- Para detectar incendios, instale detectores de humo y pruebe la alarma mensualmente.



Asistencia en Caso de Crisis de LIHEAP puede proporcionar ayuda prioritaria a los hogares sin calefacción o en peligro de quedarse sin ella.

Si se ha quedado sin calefacción o está a punto de hacerlo, póngase en contacto inmediatamente con su oficina local del LIHEAP. Para encontrar su oficina local del LIHEAP, utilice la herramienta de búsqueda de su [estado](#), [territorio](#) o [tribu](#) en energyhelp.us

ASEGÚRESE DE RECONOCER LOS SÍNTOMAS DE LA HIPOTERMIA

Estar en una casa muy fría puede provocar hipotermia, que es lo que sucede cuando la temperatura corporal de una persona es muy baja. Los signos de hipotermia para adultos son escalofríos, estar muy cansados, estar confundidos, manos torpes, menor los, dificultad para hablar y somnolencia. Los signos de hipotermia para los bebés son de color rojo brillante, piel fría y muy poca energía. LIHEAP puede ayudarlo con su factura de calefacción para que pueda mantener una temperatura interior segura.

Visite energyhelp.us y use la herramienta "¿Califico?" para ver si puede ser elegible para recibir asistencia.

Si desea más información sobre seguridad invernal, haga clic en los siguientes recursos:



[Orientación sobre el clima invernal](#)



[Seguridad en caso de temperaturas frías para adultos mayores](#)



[Frío extremo: Guía de prevención para promover su salud y seguridad personales](#)



[Mantenga a salvo a su familia y a sus animales domésticos cuando utilice generadores](#)



[Organización Mundial de la Salud: Directrices sobre vivienda y salud](#)
