



## Centro Nacional de Salud Ambiental

Centro Nacional de Salud Ambiental Home

# Cómo mantenerse seguro durante un tornado



Para mantenerse a salvo durante un tornado, prepare un plan y un kit de emergencia, esté al tanto de las condiciones del tiempo durante las tormentas eléctricas, conozca los mejores sitios para refugiarse, tanto en exteriores como en interiores, y siempre protéjase la cabeza.

Los tornados continúan afectando a múltiples localidades en todo el país cada año, con trayectorias que traen vientos devastadores y destrucción.

La temporada de tornados del 2022 reclamó la vida de 23 personas, lesionó a cientos más y causó daños por miles de millones de dólares. El brote más mortal ocurrió en marzo, con la muerte de 12 personas. Históricamente, la mayoría de los tornados han ocurrido en primavera; sin embargo, pueden ocurrir en cualquier momento. Mientras que las probabilidades de que ocurra un tornado en un día de diciembre en los Estados Unidos son del 12 al 15 % (en comparación con el 90 % a principios de junio), en los últimos años, los brotes de tornados que se han producido en los meses de invierno han sido mortales.

Según la Oficina Nacional de Administración Oceánica y Atmosférica (NOAA, por sus siglas en inglés) [🔗](#) \* no hay garantía de seguridad durante un tornado. Incluso la posibilidad de que haya un tornado debe ser considerada con seriedad. Si bien los tornados más violentos pueden arrasar y destruir prácticamente cualquier casa y a las personas en ella, los tornados extremadamente violentos EF5 (con vientos de 200 millas por hora) son poco frecuentes. La mayoría de los tornados son mucho más débiles. Usted puede sobrevivir a un tornado si toma precauciones de seguridad. Aquí le ofrecemos tres consejos importantes para ayudarlo a mantenerse y mantener a su familia a salvo.



Asegúrese de que usted y sus seres queridos sepan "qué hace que un refugio sea seguro". (Vea nuestra infografía [📄](#) [133 KB] para obtener un resumen rápido de consejos).

## CONSEJO ①: Esté preparado.

La mejor manera de mantenerse a salvo durante un tornado es estar preparado con lo siguiente:

- Pilas nuevas y una radio o un televisor que funcione con pilas, o un aparato que use Internet para escuchar la información más actualizada sobre emergencias del tiempo.
- Un plan de emergencia para tornados que incluya el acceso a un refugio seguro para usted, su familia, las personas con necesidades especiales y sus mascotas.
- Un kit de emergencia\* (que incluya agua, alimentos no perecederos y medicamentos).
- Una lista de información importante que incluya números de teléfono.

Asegúrese de que sus hijos sepan qué es un tornado, qué son las vigilancias y los avisos de tornados, en qué condado o distrito viven (por lo general los avisos se emiten por condado o distrito), y qué hace que un lugar sea un refugio seguro, ya sea en la casa o la escuela.

## CONSEJO ②: Esté al tanto de las condiciones del tiempo.

Para protegerse y proteger a su familia de los daños de un tornado, preste mucha atención a los cambios del tiempo en su área. Si sabe que se esperan tormentas eléctricas, manténgase atento a las noticias de las estaciones de radio y televisión locales o a una radio meteorológica de la NOAA para contar con más información sobre el tiempo. Algunos tornados llegan de repente y no dan tiempo de emitir un aviso de tornado. Los siguientes signos del tiempo podrían indicar que un tornado se aproxima:

- Un cielo oscuro o verdoso
- Una nube baja, grande y oscura
- Granizo grande
- Un estruendo similar al producido por un tren de carga

Si nota cualquiera de estas situaciones, busque refugio inmediatamente y manténgase sintonizado con una emisora de radio o televisión local, con una radio meteorológica de la NOAA o chequeando en la Internet.

## CONSEJO ③: Sepa dónde refugiarse.

Los escombros que caen y vuelan por el aire causan la mayor cantidad de las muertes y lesiones durante los tornados. Si bien no hay ningún lugar totalmente seguro durante un tornado, algunos sitios son mucho más seguros que otros.

- Vaya al sótano o a una habitación interna sin ventanas en el piso más bajo de la casa (baño, clóset o pasillo central).
- Si es posible, evite refugiarse en una habitación con ventanas.
- Para protegerse más, métase debajo de algo resistente (una mesa pesada o mesa de trabajo). Cúbrase el cuerpo con una manta, bolsa de dormir o colchón. Protéjase la cabeza con lo que tenga a mano.
- **No se quede en una casa móvil.**

Si está afuera o en una casa móvil, vaya a un edificio cercano, preferiblemente que tenga un sótano. Si está en un automóvil, no trate de ir más rápido que el tornado; busque la edificación sólida más cercana.

Nadie puede conocer la fuerza de un tornado antes de que toque tierra, por lo tanto, manténgase al día con la información del tiempo local, en particular cuando se pronostiquen tormentas eléctricas. Prepare su casa y a su familia para la posibilidad de un tornado. Es más fácil trasladarse a un refugio rápidamente cuando todos saben a dónde ir, ya sea en su casa o afuera. Seguir estos consejos le brindará una mejor posibilidad de mantenerse a salvo en un tornado.

Sepa más sobre cómo mantenerse seguro durante un tornado.

Más información

- Tornados

\* Los enlaces a sitios web llevan a páginas en inglés.

Esta página fue revisada: el 3 de abril del 2023