

# CÓMO COCINAR CUANDO NO HAY ELECTRICIDAD

El Departamento de Salud de Maryland les recuerda a sus residentes que cocinar alimentos después de que una tormenta derribó los cables de la electricidad o las tuberías de gas puede ser un problema y resultar peligroso. Siga estas reglas básicas:

- Las parrillas de gas o carbón son las fuentes de calor alternas más comunes para cocinar. **NUNCA LAS UTILICE EN AMBIENTES CERRADOS.** Al hacerlo, corre el riesgo de asfixia por la inhalación de monóxido de carbono y de producir un incendio que podría destruir su casa
- Las estufas portátiles que funcionan a base de gasolina o de combustible sólido siempre deben usarse al aire libre
- Si tiene acceso a un generador eléctrico, puede utilizar electrodomésticos pequeños para preparar alimentos
- En muchas ocasiones, puede utilizar leña para cocinar. Puede cocinar en la chimenea si esta es segura. No encienda fuego en una chimenea si está averiada. Verifique que el regulador de tiro esté abierto
- Si está cocinando en una estufa de leña, asegúrese de que el tubo de la estufa no esté roto
- Si tiene que encender fuego al aire libre, hágalo lejos de los edificios, nunca en un garaje cubierto. Las chispas pueden llegar al techo con facilidad y comenzar un incendio en el hogar
- Nunca utilice gasolina para encender fuego con carbón o con leña
- Asegúrese de que el fuego esté bien contenido. Tome las debidas precauciones: coloque un tambor de metal o piedras alrededor de la superficie donde se enciende el fuego. Una parrilla de carbón es un buen lugar donde encender fuego con leña. Asegúrese de apagar el fuego cuando haya terminado de usarlo
- Si no es posible cocinar, hay muchos alimentos enlatados que pueden comerse fríos

## MÁS INFORMACIÓN

 [preparedness.health.maryland.gov](http://preparedness.health.maryland.gov)

 [facebook.com/MarylandOPR](https://facebook.com/MarylandOPR)

 [twitter.com/MarylandOPR](https://twitter.com/MarylandOPR)

 [health.maryland.gov](http://health.maryland.gov)

 [facebook.com/MarylandDHMH](https://facebook.com/MarylandDHMH)

 [twitter.com/MDHealthDept](https://twitter.com/MDHealthDept)

*Esta información proviene de los datos desarrollados por la Extensión Corporativa de Clemson.*



MARYLAND DEPARTMENT OF HEALTH  
Office of Preparedness  
and Response

Updated 05/2019