



A CALIFORNIA DISTINGUISHED SCHOOL

RECOMENDACIONES PARA LOS ESTUDIANTES QUE VAN A UNA EXCURSION

Medidas de prevención para Mordeduras y Picaduras de Insectos

1. Usar zapatos o sandalias cuando camine al aire libre.
2. No usar loción para después de afeitarse, perfume, colonia, espray para cabello, etc. cuando planea pasar el día o la noche al aire libre.
3. Cuando sea posible, use pantalones, y camisa o blusa de manga larga.
4. Seleccionar ropa de estampas neutrales tales como, amarillento, blanco, negro, gris o beige.
5. Evite los lugares de día de campo, trastos de basura, lugares favoritos de los insectos, especialmente avispas.
6. Sea precavido cuando entre a lugares donde tienden a habitar los mosquitos; edificios abandonados, árboles y arbustos, jardines, huertos, y grama (trébol).
7. Después de bañarse al aire libre, sacuda la toalla antes de secarse, así como también su ropa antes de ponérsela.
8. No molestar los panales de abejas o nidos.

Medidas de Prevención para las mordeduras de Serpientes.

1. No vaya a los lugares infestados de serpientes sin compañía. Es muy difícil administrar medidas adecuadas de primeros auxilios a si mismo.
2. Cuando vea una serpiente, ¡DETENGASE! Retroceda fuera del alcance de la serpiente.
3. Use ropa protectora: zapatos altos o botas, pantalones gruesos, guantes, etc.
4. Revise el área inmediata antes de sentarse.
5. No ponga ni los pies ni las manos en lugares fuera de su vista; mire alrededor antes de aventurarse.
6. Mantenga las manos lejos de lugares donde las serpientes se puedan esconder, tales como troncos, rocas, maleza o madriguera de roedores.
7. Cuidado cuando recoge materiales tales como leña para la fogata.
8. No se arrastre debajo de cercados sin antes revisar cuidadosamente.
9. No duerma cerca de montones de madera o basura o cerca de la entrada de una caverna.
10. Tenga cuidado con las serpientes porque suelen estar más activas de noche durante el tiempo de calor y se esconden del calor durante el día.