

Chuvas intensas podem causar inundações em áreas costeiras e em regiões baixas próximas a riachos e rios, com impactos potencialmente graves para sua casa e sua saúde, incluindo:

- Quedas de energia que podem tornar alimentos e medicamentos inseguros
- Água potável não segura
- Proliferação de mofo que pode prejudicar sua respiração
- Risco de ferimentos ou doenças



Confira redcross.org/prepare para mais informações

Antes de uma inundação

- Verifique com seu agente de seguros se há cobertura contra inundações.
- Mantenha documentos importantes, como certidões de nascimento e registros médicos, em um local seguro e de fácil acesso. Coloque-os em um saco plástico com fecho hermético para ajudar a mantê-los secos.
- Limpe as calhas e os condutores para evitar o acúmulo de água ao redor da sua casa.
- Remova itens perigosos, como tinta, combustível e baterias, das áreas sujeitas a inundações. Visite o [site do Departamento de Proteção Ambiental do Maine](#) para obter mais informações.
- Estoque alimentos não perecíveis, como enlatados, e água engarrafada.
- **Inscreva-se para receber alertas meteorológicos** e faça um **plano de evacuação** para a família e os animais de estimação.
- Consulte seu médico ou farmacêutico sobre como administrar medicamentos caso haja queda de energia.



Durante uma inundação

- Não ande, nade ou dirija em águas de inundações.
- As águas de inundações em rápido movimento podem derrubá-lo, arrastá-lo ou prendê-lo dentro do seu veículo. As águas de inundações também podem conter detritos, esgoto e produtos químicos tóxicos.
- Caso não tenha certeza de para onde ir ou o que fazer, ligue para 211 ou, se estiver em perigo imediato, ligue para 911.



Após uma inundação

- Pergunte ao seu fornecedor de água local se sua água potável é segura. Se você tem um poço particular e ele foi inundado, siga as [recomendações do CDC do Maine para testar a água do poço](#).
- Os freezers mantêm os alimentos seguros por 1 a 2 dias sem energia; os refrigeradores por até 4 horas. **Saiba mais.** Não consuma alimentos que tenham tido contato com a água da inundação.
- Consulte o [site da FEMA](#) para obter dicas sobre como limpar o mofo após uma inundação.
- Use botas de borracha e luvas de plástico se precisar entrar em águas de inundações.
- Jogue fora qualquer item que tenha tido contato com a água da inundação e que não possa ser limpo.
- Visite [StrengthenME.com](https://www.strengthenme.com) para dicas sobre como gerenciar o estresse.

