

## **PLAN DE EMERGENCIA FAMILIAR**

**Prepárese para cualquier crisis con un plan para su familia, y revise el mismo por lo menos una vez al año.**

**FEMA** avisa a los ciudadanos que estén preparados para sobrevivir por lo menos 72 horas. En caso de un desastre mayor, puede ser que la ayuda no llegue en varios días. La electricidad podría faltar por varios días, inclusive hasta por semanas. El combustible (Gasolina) y las tiendas de comestibles (supermercados) pueden no tener el suministro adecuado de alimentos. Las utilidades (agua, gas, servicio telefónico y de internet) también podrían tardar varios días o semanas para regresar con servicio completo. Asegúrese de tener suficiente dinero en efectivo, ya que los cajeros automáticos y los bancos también pueden dejar de funcionar por varios días.

**REVISE SU POLIZA DE SEGURO ANTES DE QUE OCURRA UN DESASTRE. ESTE CONSCIENTE DE LO SIGUIENTE:**

- Año que su casa fue construida.
- Cubre su seguro los gastos de reemplazo?
- En caso de inundaciones o daños causados por el agua dentro de su hogar, su póliza lo cubre?
- Están sus pertenencias aseguradas en caso de tener que ser reemplazadas?
- Tiene suficiente dinero ahorrado para cubrir el deducible?

**A continuación encontrará consejos a seguir por cualquier grupo familiar. Los mismos se pueden adaptar a las necesidades de su familia.**

- Organice una lista de números de teléfonos importantes y entrégueselo a cada miembro de su familia, incluyendo los niños (vea tarjetas adjuntas). Use mensajes de texto para comunicarse en caso de que su familia se separe. El texto funcionará cuando las llamadas de voz no funcionan.
- Identifique a una persona fuera del estado para que sea su contacto. Este debe ser el contacto alternativo para que toda la familia se conecte en caso de separación y que no se puedan comunicar entre sí.
- Identifique las salidas de su hogar en caso de incendio o colapso estructural.
- Busque en su hogar alguna habitación segura (baño, cuarto o sótano) o esté consciente de algún refugio seguro, accesible y cercano.
- Identifique un lugar fuera de su hogar en caso el mismo tenga que ser abandonado rápidamente.
- Considere ubicaciones y distancia entre su casa, trabajo y escuela. Identifique dos puntos de encuentro para reunirse con los miembros de su familia, en caso de ser separados y no poder comunicarse.

Si algo sucede sigan con EL PLAN!

**UBICACIÓN 1** debe ser utilizada, como primer lugar de encuentro en caso de cualquier EMERGENCIA (frente al jardín o en la esquina de la calle cerca de su casa)

**UBICACIÓN 2 DEBE CONSIDERARSE** si por alguna razón la **UBICACIÓN 1** no es la más adecuada luego de un desastre.

- Identifique dónde están los cuarteles de bomberos o estación de policía más cercanas a su casa. Estos puede ser uno de los edificios más seguros de usar como lugar de encuentro.
- Identifique Iglesias cercanas como lugares de encuentro potencial. Las Iglesias locales podrían estar distribuyendo suministros para desastres y dar alivio después de una CRISIS.

Siempre mantenga abastecimiento de comida en su hogar. Cuando vaya de compras, asegúrese de comprar latas de comida que no necesiten calentarse o cocinarse. (**Barras energéticas, frutas en conserva, frijoles, carne, galletas, etc.**). Compre agua extra y mantenga unos cuantos litros de agua guardados en su casa en todo momento.

Cuando haga su compra de comestibles, compre un artículo adicional para su equipo de emergencia (o todos a la vez dependiendo de su situación económica)

Coloque todos los ingredientes en un cubo sellado de 5 galones. Utilicé varios cubos si es necesario y mezcle los artículos en cada cubo.

Asegúrese que cada cubo tenga suministros básicos (comida, agua, productos de higiene, e incluso hasta un juguete)

Escriba la fecha en el cubo y cada seis meses saque el abastecimiento vencido.

**Siga la lista de “Artículos de emergencia”(ver abajo)y recuerde estas sugerencias básicas para hacer más llevadera la situación en caso de tener que abastecer a su familia por varios días después de una emergencia o desastre.**

#### **Prepare también a su mascota**

- Asigne un cubo o recipiente pequeño (dependiendo del tamaño de la mascota) sólo para su mascota.
- Muchos refugios ahora permiten mascotas. Tome una jaula para su mascota y cualquier medicamento que requiera.
- Y no olviden el agua, un recipiente para agua y comida.

## **LISTA DE ARTICULOS DE EMERGENCIA PARA LA FAMILIA**

- Cada familia debe tener su equipo individualmente personalizado para satisfacer las necesidades específicas, tales como medicamentos y fórmulas para los niños. **Artículos recomendados para incluir en un equipo de emergencia básico.**
- **Uno o dos cubos de 5 galones (dependiendo de situación económica y tamaño familiar)**
- **AGUA-un galón de agua por persona por día, para beber y asearse.**
- **Alimentos, por lo menos un suministro de tres días de alimentos no perecederos.**
- **Radio de baterías(pilas) y un radio con información del tiempo (NOAA) con sonido de alerta, y baterías(pilas) de repuesto para ambos(o equipo manual motorizado)**
- **Tener linterna y pilas de repuesto**
- **Botiquín de primeros auxilios**
- **Silbato(pito) para pedir ayuda**
- **Fórmula para bebé y pañales, si tiene un bebé**
- **Toallitas húmedas, bolsas de basura, desinfectante de manos, productos de higiene, toallas femeninas, toallas de papel, cucharas y vasos plásticos, bolsas que sellan (ziploc)(de un galón o un cuarto)**
- **Mascarilla contra el polvo o camiseta de algodón, para ayudar a filtrar el aire**
- **Láminas de plástico y cinta adhesiva para proteger el lugar.**
- **Llave inglesa o alicates para cortar los servicios de energía.**
- **Tipo de herramienta Leatherman, con abrelatas**
- **Dinero en efectivo, cambio**
- **Fósforos en un recipiente resistente al agua, velas, papel y lápiz**
- **Documentos importantes, tales como copias de las pólizas de seguro, identificación, recetas médicas y registros de cuentas bancarias deben ser colocados en una bolsa plástica sellada. Considere también tener sus recetas médicas al día y tener abastecimiento para un mes.**

## **PRENDAS DE VESTIR Y ROPA DE CAMA**

- Coloque una camiseta de repuesto, calcetines, ropa interior, para cada uno de su familia en cada cubo. (enróllelos y utilice los espacios vacíos dentro del envase (cubo).

## **A CONTINUACION ENCONTRARA OTROS ARTICULOS PARA TENER EN CUENTA, SI SU PRESUPUESTO SE LO PERMITE**

La lista está en orden de prioridad

- PAQUETE DE ENERGÍA (Cargador de baterías portátil con toma de 12 voltios)
- Encendedor vehicular para cigarros y cargador para teléfonos celulares.
- Extinguidor de fuego (se debe tener ya en el hogar)
- Lata de basura (llena de agua, antes de que llegue el evento anunciado, ej.: huracán, el agua de repuesto puede ser usada para la higiene personal, y descargar los inodoros si los cañerías de agua están dañadas).

**También, consulte la sección para refugiarse en un lugar.**

- Cloro de uso doméstico (pinta o cuarto de galón) se puede usar cloro (lejía) como desinfectante (diluya nueve partes de agua por una parte de cloro) o en caso de emergencia también se puede utilizar para tratar el agua. Use 16 gotas de cloro doméstico por galón de agua. No use blanqueadores perfumados, o agentes de limpieza adicionales.

## **OBEDEZCA TODAS LAS ORDENES DE EVACUACION; MANTENGA EN MENTE QUE SON ORDENADAS PARA SU SEGURIDAD.**

### **REFUGIADOS EN SU HOGAR**

- En caso de que usted se quede refugiado en su casa, a continuación encontrará consejos para prepararse.

#### **Cocinar**

- Estufa (cocina) de acampar, cocina de propano con un pequeño tanque de propano. Parrillas de propano. Asegúrese que todo lo que cocine sea afuera, para evitar el riesgo de fuego y envenenamiento por monóxido de carbón.

#### **GENERADOR**

- Repuesto de combustible, y combustible mixto para sierras.
- Es buena idea encender cualquier equipo de motor con gasolina, al menos, una vez cada dos meses o preferiblemente una vez al mes.
- Nunca encienda el generador dentro de la casa o garaje. A menos que su casa esté preparada con cables para un generador y tengan interruptor de transferencia especial, no conecte un generador a una toma eléctrica o a una

caja de interruptores. Esto daría alimentación eléctrica a la línea principal y podría electrocutar a cualquier persona.

- Nunca almacene ningún tipo de combustible dentro de su garaje (marquesina). La gasolina emite humo **Y ES ALTAMENTE EXPLOSIVA!**
- Considere la cantidad de energía que un generador es capaz de producir a menos que específicamente haya sido diseñado como generador para toda la casa; la mayoría de los generados portátiles no producen suficiente energía para hacer funcionar el aire acondicionado en toda la casa y el refrigerador al mismo tiempo. Si tiene duda del tamaño de su generador averigüe con un electricista.
- Construya su envase (cubo) de emergencia! Ya cuenta con suministros en él, si se han agotado los suministros en su hogar.

### **Utilidades**

- La electricidad puede estar interrumpida por varios días, o semanas. Así sus líneas eléctricas estén enterradas.
- El agua y la línea de gas pueden estar dañadas, lo único que se necesita es un árbol para destruir una línea principal de agua o gas a millas de distancia.
- Apague el calentador de agua caliente (eléctrico o de gas)
- Apague la línea de gas que va a la casa, si no hay gas disponible
- Corte el suministro de agua, si el agua ya no está disponible en su grifo.

### **Agua**

- Usualmente los huracanes suelen tener unos días de advertencia; considere llenar la bañera, y contenedores de basura y otros recipientes que puedan estancar agua el día antes de que el huracán llegue a su área.
- Tener agua disponible permitirá a su familia bañarse, lavar los platos y lo más importante descargar el inodoro.
- Con un poco de planificación es posible ahorrar agua sucia de haber lavado los platos y la utilizada para lavarse las manos, y descargar el inodoro.
- Vacíe el agua sucia en el tanque del inodoro y descárguelo cuando sea necesario.

### **Mantenerse fresco**

Mantener su casa fresca es uno de los retos de vivir sin electricidad.

- Casas que fueron construidas antes del aire acondicionado, tenían techos altos por una razón, el calor sube, y mantiene la parte inferior de la casa fría. Las personas solían cerrar las ventanas durante el día y abrirlas en las noches, así dejaban entrar el aire fresco de la noche. Mientras que la temperatura eran lo mismo adentro que afuera en las mañanas, entonces las ventanas permanecían cerradas por el día.
- Este método puede ser utilizado hoy si estamos sin electricidad y no podemos usar un generador. No olvide cerrar persianas y cortinas durante el día para evitar el calor solar.
- Otra manera de mantenerse fresco es poner los pies en un recipiente con agua, esto ayuda a que su cuerpo mantenga la temperatura baja.
- Pasar un paño mojado por su cuello y brazos también le mantendrá fresco. Esto es importante para ancianos y niños.

### **Refrigeración**

- Si hay advertencia adecuada, congele botellas de agua (vacíe un poco el agua, para permitir que se extienda al congelarse), y así tiene hielo de repuesto.
- De todas maneras es bueno tener suficiente hielo a la mano. Si hay un corte eléctrico el hielo de repuesto puede mantener la comida congelada y refrigerada más tiempo.
- Abra las puertas de la nevera o del congelador solo cuando sea necesario, para mantener que no entre el calor.
- Nunca coma comida refrigerada si huele o ha cambiado de color.

### **Comunicación**

- Manténgase informado de todos los boletines (tiempo, radio AM y FM) que sean transmitido en cuanto a donde recibir ayuda.
- Volantes (panfletos) regularmente son distribuidos con la información sobre ayuda para desastres.

### **Servicios de emergencia**

- Después de cualquier desastre, los primeros en responder (policía, bomberos y ambulancias) están ocupados con muchas llamadas de emergencia.
- Si usted tiene que llamar al 911, recuerde que la ayuda puede tardar un poco en llegar
- Este consciente de no hacer nada que pueda afectar o herir algún miembro de su familia.

- Aprenda sobre primeros auxilios y respiración artificial antes que un desastre ocurra.

## **INSTRUCCIONES DE LISTA DE SUMINISTROS DE EMERGENCIA PARA LA FAMILIA**

### **SUGERENCIAS PARA ORGANIZAR Y PREPARAR LOS SUMINISTROS DE EMERGENCIA.**

- Cubos (baldes) pueden ser comprados o conseguidos. Asegúrese que las tapas se puedan cerrar completamente. Deben estar limpios antes que cualquier artículo sea depositado adentro. No use cubos de pintura u otros en la que haya guardado productos de petróleo. Recuerde que usted pondrá comida ahí. Sería mejor cubos con asas, son más fáciles de cargar en caso de una evacuación.
- Si una evacuación es requerida por las autoridades, este preparado a llevarse los cubos con usted. Mantenga en mente que estos artículos podrán ser usados en caso de una congestión vehicular y usted está detenido en tráfico por un largo periodo de tiempo, o ha tenido que quedarse en un hotel. O si se ha tenido que mover a casa de algún familiar ellos, apreciarán que usted tenga suministros adicionales.
- Botellas de agua son ideal para penderse dentro del cubo. Otros artículos se pueden poner alrededor de las botellas (latas de comida, productos de higiene, etc.); use cubos adicionales, pero no más de dos por personas para mejor manejo.
- Una vez que los cubos estén vacíos, pueden ser usados para llevar agua para lavar e incluso como inodoros temporales con una bolsa plástica adentro.

### **Las bolsas para la basura tienen otro uso**

- Pueden ser usadas para tapar artículos personales en el hogar (Televisores, computadoras, cuadros etc.)
- Pueden ser usadas como capas para adultos
- **NUNCA PERMITA QUE NIÑOS SIN SUPERVISION USEN BOLSAS DE BASURA COMO CAPAS**
- **LAS BOLSAS DE BASURA** pueden servir para cubrir el piso donde se va a sentar.
- Si tiene que abandonar su hogar, utilice las bolsas de basura para cubrir ventanas rotas.

### **Bolsas selladas (Ziploc bags)**

- Recoja su medicina recetada y guárdela en la bolsa
- Es mejor tener medicina de repuesto a la mano, llene sus recetas (si tiene tiempo antes de que ocurra cualquier suceso, Ej.: un huracán)
- Guarde cualquier documento importante dentro de las bolsas selladas (Ziploc) y ponga todos los artículos antes mencionados en uno de los cubos, cartera o bolsa separada. Asegúrese que estos documentos importantes estén seguros y sepa donde se encuentran.

### **PRODUCTOS HIGIENICOS**

- Cepillos de dientes, pasta, jabones, alcohol, productos femeninos, peine, papel higiénico y cualquier otro artículo personal para el que tenga espacio.
- Tenga en mente que esto es para mantener a la familia una semana, así que no sobre-empaque.

### **BATERIAS (PILAS) Y LINTERNAS**

- Si su presupuesto así lo permite, compre suficiente baterías para radio y linternas y guárdela en bolsa sellada (Ziploc) separadas de la linterna.
- Guarde la linterna y los radios en bolsas selladas (Ziploc)
- Guarde las baterías (pilas) cerca del radio y linterna.

### **TELEFONO CELULAR**

- Asegúrese que su carro tenga el cargador para el celular, algunos carros necesitan estar encendidos para que estos accesorios funcionen.
- No cargue entonces los celulares en el carro si este fuera el caso.

### **Gasolina para su vehículo**

- Trate de mantener su vehículo lleno de gasolina así no necesitara hacer largas líneas antes del huracán.

**Las emergencias suceden todos los días. Proteja su familia manteniendo suministro suficiente a la mano antes de que un desastre impacte. El momento para ir a comprar estos suministros es AHORA, no cuando la emergencia ocurra.**