

# 2

## SU PLAN DE EMERGENCIA



La preparación comienza por pensar en lo que puede necesitar cada persona de su hogar y comprender los riesgos que puede encontrar. La meta es asegurarse de que todos los miembros del grupo familiar estén preparados. Cuando todo el mundo está preparado para situaciones inesperadas, puede salvar vidas y facilitar el regreso a la rutina habitual con mayor rapidez.

### PASOS INICIALES SENCILLOS

- Obtenga información sobre los peligros de su área
- Elabore un plan de comunicación para el grupo familiar
- Elabore un plan de emergencia
- Inscribese para recibir alertas de emergencia
- Práctica
- Consideraciones

### OBTENGA INFORMACIÓN SOBRE LOS PELIGROS DE SU ÁREA



Los riesgos varían según el lugar. Si vive en un edificio alto en la ciudad, los riesgos pueden ser diferentes de los de alguien que vive junto al océano. Las agencias locales de manejo de emergencias y los departamentos de bomberos pueden ayudarlo a identificar los peligros del lugar donde vive, como terremotos, inundaciones, corrimientos de tierra, incendios forestales y tsunamis.

### ELABORE UN PLAN DE COMUNICACIÓN PARA EL GRUPO FAMILIAR



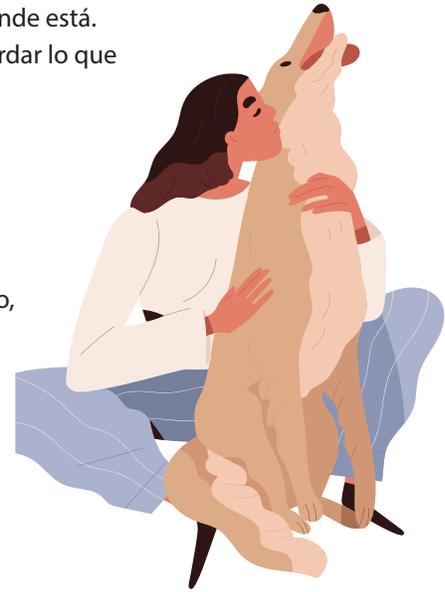
Hable con todos los miembros de su grupo familiar sobre qué hacer en caso de una emergencia. Es posible que deba evacuar o refugiarse en la vivienda. A continuación, se indican algunos aspectos importantes que debe tener en cuenta en su plan de comunicación:

- Contacto fuera del área: ¿con quién puede comunicarse que no se encuentre afectado por la catástrofe?
- Vías de evacuación: Tanto fuera de su vivienda como de su vecindario
- Lugar de reunión: ¿dónde se reunirá todo el mundo después de la catástrofe si no es en la vivienda?
- Cómo ponerse en contacto en caso de separarse: ¿cuál es el plan para encontrarse con los demás?
- Comparta el plan: comunique el plan a otras personas, como familiares y amigos que se encuentren de fuera del estado.

## ELABORE UN PLAN DE EMERGENCIA



La elaboración de un plan de emergencia constituye una tarea importante en la que debe participar todo el mundo. Su plan debe cubrir qué hacer si tiene que irse o quedarse donde está. En caso de evacuación, debe llevar con usted un kit de emergencia. Para recordar lo que tiene que incluir en el kit de emergencia, piense en las seis "P":



- "People" (personas) y "pets" (mascotas) (alimentos, agua, higiene, saneamiento, ropa y artículos de confort).
- "Prescriptions" (elementos recetados) (medicamentos, audífonos, anteojos y dispositivos médicos).
- "Phones" (teléfonos), computadoras personales, unidades de disco duro, discos y cargadores.
- "Plastic" (plástico) (tarjetas de débito y crédito para cajeros automáticos) y dinero en efectivo.
- "Papers" (papeles) y documentos importantes (identificaciones con fotografía, certificados de nacimiento, tarjetas del Seguro Social, pasaportes, visas, pólizas de seguros, etc.).
- "Pictures" (fotografías) y demás recuerdos irremplazables.

Visite [www.ready.gov](http://www.ready.gov) o [www.redcross.org](http://www.redcross.org) para obtener más información sobre artículos recomendados del kit de emergencia.

Para refugiarse en la vivienda, se debe contar con suficientes suministros para que todos los miembros del grupo familiar sobrevivan durante dos semanas sin electricidad, agua corriente ni inodoros que funcionen. Además de las seis "P", siga estos pasos importantes al momento de decidir qué necesita para sobrevivir:

- Lleve un registro de lo que come el grupo familiar durante dos semanas, para tener una idea de la cantidad de comida que necesitará.
- Reúna los suministros de emergencia que ya tenga, como linternas, baterías o pilas. Probablemente tenga más de lo que cree.

En secciones posteriores de esta guía práctica, se explicarán en más detalle los pasos específicos para reunir los suministros.

## INSCRÍBASE PARA RECIBIR ALERTAS DE EMERGENCIA



La forma más sencilla de saber lo que ocurre en su área es inscribirse para recibir alertas de emergencia. Aquí se indican diferentes formas de inscribirse:

### Alertas prioritarias:

- Visite el sitio web de manejo de emergencias de su condado para inscribirse o actualizar su información de contacto.
- Asegúrese de que su teléfono móvil pueda aceptar alertas inalámbricas de emergencia.



Para dispositivos Apple:

- Diríjase a la configuración.
- Haga clic en "Notifications" (Notificaciones).
- Desplácese hasta la parte inferior de la pantalla hasta que vea "Government Alerts" (Alertas del gobierno).
- Si la barra se encuentra en verde, significa que la notificación está activada.



Para dispositivos Android:

- Diríjase a la configuración.
  - Busque “Emergency” (Emergencia) o haga clic en “Safety and Emergency” (Seguridad y emergencia).
  - Asegúrese de que estén activadas las “Earthquake Alerts” (Alertas de terremoto) y toda otra opción de alerta.
- En Oregon, visite [www.oralert.gov](http://www.oralert.gov) para inscribirse y recibir alertas de emergencia locales de su área.

### Alertas adicionales:

- Descargue la aplicación gratuita “MyShake” para recibir notificaciones anticipadas de terremotos en Oregon, Washington y California.
- Adquiera una radio de la NOAA (Administración Nacional Oceánica y Atmosférica) para recibir actualizaciones sobre avisos de inclemencias climáticas. 💰 💰
- Inscribese para recibir notificaciones de redes sociales de su oficina local de manejo de emergencias en Facebook o X (antes conocido como Twitter).



### PRÁCTICA

Una vez que tenga un plan, ¡póngalo en práctica! Es la mejor manera de determinar si su plan funcionará. Es mejor saber qué partes del plan no funcionarán antes de que se produzca una catástrofe. A continuación, se indican algunas formas de ponerlo en práctica:

- Repase el plan de emergencia cada pocos meses para mantener fresca la memoria de todos.
- Pruebe la vía de evacuación para salir de su casa o vecindario.
- Los animales suelen percibir el peligro antes que los humanos y pueden agitarse ante una catástrofe inminente. Practique cómo introducir al gato en la jaula de transporte o colocarle la correa al perro mientras se mueve rápidamente.
- Participe en los simulacros de [Great ShakeOut \(www.shakeout.org\)](http://www.shakeout.org) y de Great Camp-In.

### CONSIDERACIONES

- Asegúrese de tener en cuenta las necesidades funcionales y de acceso, como los equipos de ayuda para la movilidad o las máquinas de CPAP que funcionen con electricidad. Las personas sordas, ciegas o con dificultades auditivas también pueden tener necesidades específicas.
- Hable con el médico sobre cómo abastecerse de dosis adicionales de los medicamentos recetados necesarios.
- Para ahorrar espacio, digitalice todos sus documentos importantes, como certificados de nacimiento o fotografías, en una unidad de disco duro externa o una unidad USB.
- Incluya otros documentos, como un contrato de alquiler, facturas de servicios públicos o cartas de empleo.
- Si su dirección o número de teléfono cambian, asegúrese de actualizar su información de contacto en su condado para recibir alertas de emergencia.
- Inscribese para recibir alertas de las áreas que visita cuando se encuentra de viaje.

**ACTIVIDADES: Páginas 45-57**