

Preparando a su familia para una emergencia



¿Por qué debe hacer un plan?

¿Sabe usted cómo su familia lidiaría con una emergencia? ¿Cada persona sabe qué hacer? ¿Tiene a mano lo que necesita para tal caso?

Emergencias pueden incluir:

- Incendios
- Desastres naturales (como un terremoto, una inundación o un tornado)
- Cortes eléctricos
- Brotes de enfermedad

Lo que usted puede hacer

Puede ayudar a su familia a sobrevivir y mantenerse sanos y salvos durante una emergencia si toma pasos preparativos ahora.

- **Averigüe cómo se le notificará.** Pregúntele a su agencia local de manejo de emergencias sobre cuáles métodos usan (en español: <https://www.fema.gov/es/oficinas-y-agencias-locales-para-el-manejo-de-emergencias>) (en inglés: <https://www.fema.gov/emergency-management-agencies>). Estos pueden incluir televisión y radio, sirenas, señales de tráfico digitales, llamadas telefónicas o mensajes de texto. Pregúntele a su proveedor de servicios móviles si su dispositivo puede recibir alertas gratuitas. Para más información, visite <https://www.ready.gov/es/alertas-de-emergencia> (en español) y/o <https://www.ready.gov/alerts> (en inglés).
- **Prepare un equipo (o “kit”) de suministros de emergencia.** Debe juntar esta colección de cosas básicas por adelantado para tenerla lista cuando la necesite. Debe incluir alimentos no perecederos, agua, ropa, provisiones y medicinas para por lo menos 3 días. Mantenga un kit en su casa, en su trabajo y en su auto. Vea una lista (en inglés) de provisiones para incluir en su kit en la página web de los Centros Para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers

for Disease Control and Prevention) en <https://www.cdc.gov/childrenindisasters/checklists/kids-and-families.html>.

- **Esté preparado para evacuar o refugiarse en su lugar actual.**
 - **Evacuación.** En situaciones como incendios o inundaciones, será necesario salir de su casa e ir a un lugar más seguro. Mantenga lleno su tanque de gasolina y asegúrese de tener un kit de emergencia en su auto si le parece probable que haya una evacuación. Identifique varios lugares a donde podría ir, como también diferentes rutas para llegar a ellos.
 - **Refúgiense en su lugar actual.** En situaciones como tornados o tormentas invernales, es más seguro quedarse donde está (refugiarse en el lugar, o “shelter in place” en inglés) hasta que las autoridades digan que se puede ir afuera. Elija una habitación segura en su casa y vea televisión, escuche la radio o busque instrucciones por internet con frecuencia.
- **Planifique cómo se comunicará con su familia.** Es posible que su familia no este junta cuando suceda un desastre.
 - Asegúrese que cada miembro de su familia pueda recibir alertas de emergencia y que lleven la información de contacto de todos los otros miembros.
 - Fijen lugares específicos para encontrarse (en su vecindario, en caso de incendio; y fuera de su vecindario, en caso de una evacuación).
 - Identifiquen a una persona que viva fuera de su área local que todos puedan contactar para confirmar que están a salvo. Haga que todos los miembros de su familia memoricen ese número de contacto.

Continúa en la página siguiente.

- Recuerde que en una emergencia, puede ser más fácil mandar un mensaje de texto que hacer una llamada.
- **Practiquen su plan con frecuencia.** Revisen su plan de evacuación, dónde se encontrarán si se separan y otros planes para su seguridad.
- **Pregunte acerca de los planes de emergencia en las escuelas.** Asegúrese que las escuelas y guarderías de sus hijos tengan planes de comunicación para casos de emergencia y también kits de provisiones. Si no los tienen, puede ofrecer su ayuda para crearlos.

Recuerde: Los niños se sienten mejor cuando se les incluye en los procesos de planificación. Los siguientes sitios web ofrecen ideas para ayudarle a crear un plan con sus hijos.

<https://www.ready.gov/es/ninos>
(en español)

<https://www.ready.gov/kids> (en inglés)

<https://www.cdc.gov/cpr/readywrigley/index.htm> (en inglés)

Para más información acerca de los desastres específicos que podrían ocurrir en su área, visite el sitio web de la Cruz Roja Americana (Red Cross) (en español: <https://www.redcross.org/cruz-roja/obtener-ayuda/tipos-de-emergencias.html>) (en inglés: <https://www.redcross.org/get-help/how-to-prepare-for-emergencies/types-of-emergencies.html>). También puede visitar Ready.gov (en español: <https://www.ready.gov/es/mantengase-informado>) (en inglés: <https://www.ready.gov/be-informed>).