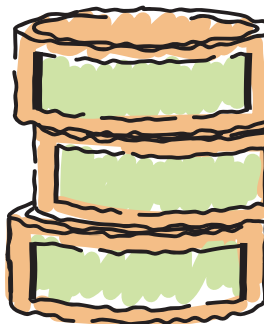
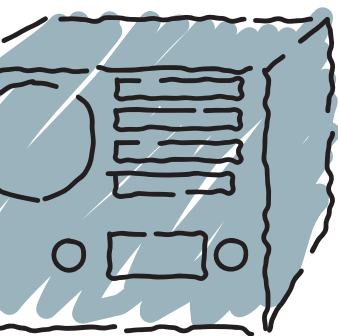


Su guía de preparación para desastres



Los desastres pueden ocurrir de muchas formas: tornados, inundaciones, incendios, ataques terroristas y otras situaciones de emergencia. Aún una ola de calor o una tormenta de invierno pueden desatar una crisis. Siga estos pasos para que usted y su familia estén preparados en caso de desastre.

Elabore un plan

Desarrolle un equipo para desastres.

Dependiendo del tipo de evento, un equipo para desastres puede contener distintos elementos.

En cualquier caso, un equipo básico debe incluir lo siguiente:

- Baterías
- Linternas
- Alimentos enlatados para tres días y un abre lata
- Agua envasada (un gallon por día, por persona, por lo menos para tres días por persona)
- Artículos de primeros auxilios
- Aparatos de radio o televisión de baterías
- Sabanas
- Cerillos

Hay otros artículos para considerar:

- Un cambio de ropa y calzado por persona
- Un equipo de herramientas que incluya un martillo, pinzas, llave de tuerca, una navaja, extintor de fuego, una bengala y un silbato
- Artículos para el bebé incluyendo la fórmula, pañales y biberones
- Artículos de higiene personal incluyendo jabón, papel higiénico y artículos femeninos



Coleccione una lista de números telefónicos importantes. Comparta la lista con miembros de la familia y colóquela en un lugar visible en el hogar (por ejemplo, el refrigerador, cerca de los teléfonos). Usted debe tener los números telefónicos a mano durante una crisis:

- Persona de contacto designada para emergencias
- Información de contacto de miembros de la familia (trabajo, escuela, celulares, etc.)
- Teléfonos de emergencia (911, policía y departamentos de bomberos)
- Departamento de emergencia del hospital local (consulte el directorio telefónico local)
- Departamento local de salud pública (consulte el directorio telefónico local)
- Illinois Poison Center (1-800-222-1222)
- La organización local de la Cruz Roja Americana (American Red Cross) (consulte el directorio telefónico local, o llame al 202-303-4498 o visite www.redcross.org para encontrar la sucursal mas cercana)



Para que usted y su familia estén preparados en caso de no poder permanecer en su hogar o si deben evacuar el área, siga estas instrucciones:

Seleccione un contacto de emergencia.

Elija un miembro de la familia o amigo como punto central de contacto en caso ocurra un desastre. La persona debe aceptar ser el contacto y debe vivir lo suficientemente lejos como para que el/ella no sea afectado por lo mismo. Dé a cada miembro de la familia la información de contacto de esta persona. Incluya los números telefónicos (trabajo, hogar, radiollamado y celular) y direcciones de correo electrónico.



Decida un lugar de reunión. Elija un lugar lejos de su hogar como punto de reunión de los miembros de su familia en caso de emergencia. Asegúrese de que el lugar de reunión esté lo suficientemente alejado de su hogar como para no verse afectado por la situación. Sea lo más claro posible para evitar confusiones. Por ejemplo: "la puerta de entrada de la iglesia en la esquina de Main Street y First Avenue." Es una buena idea encontrarse allí aunque sea una vez de ensayo, especialmente para las familias con niños.



Para más información sobre cómo prepararse para crisis, consulte a estos recursos adicionales:

Departamento de Salud Pública de Illinois
217-782-4977; www.idph.state.il.us

La Cruz Roja Americana
202-303-4498; www.redcross.org

Durante una crisis

- **Manténgase calmado y espere las instrucciones.** Mantener la calma durante la crisis le ayudará a evitar lesiones. Escuche y siga las recomendaciones de las autoridades locales.
- **Sepa cómo ubicar a los miembros de su familia.** Sepa dónde están los miembros de su familia durante la crisis y sepa cómo contactarlos si usted está en el trabajo, escuela, hogar o en otro lugar. Si no puede ubicar a todos los miembros de su familia, comuníquese con su contacto de emergencia quien puede saber algo de ellos.
- **Llame a su contacto.** Llame a su contacto de emergencia a la mayor brevedad posible si no puede ubicar a los miembros de su familia.
- **Averigüe sobre sus vecinos.** Asegúrese de que sus vecinos se encuentran bien y pregunte si necesitan ayuda, especialmente las personas ancianas o incapacitadas.
- **Sepa cómo obtener información.** Esté alerta a las estaciones de TV y radio que ofrecen información al minuto sobre los desastres locales. Sintonícelas para recibir información actualizada sobre el estado del tiempo y los procedimientos de evacuación.

arse para una situación de
es:

Centros para Control y la Prevención
de Enfermedades en Estados Unidos
1-800-311-3435; www.cdc.gov