



## El mes de septiembre es el mes de la preparación: ¿Está usted preparado para un desastre natural?

### En este número:

- ¿Por qué es importante prepararse y qué debo hacer para prepararme?
- ¿Qué es un plan de desastres naturales para la familia?
- ¿Qué pasa si tengo mascotas?
- ¿Qué pasa si se declara una emergencia?

### ¿Por qué es importante prepararse y qué debo hacer para prepararme?

#### ¿Por qué es importante prepararse?

Es importante prepararse para los desastres porque los trabajadores de auxilio quizás no puedan llegar a asistir a su familia inmediatamente. El estar preparado lo puede ayudar en caso de una emergencia.

#### ¿Qué debo hacer?

Conozca el tipo de desastre natural que puede ocurrir en el área donde vive, como inundaciones, tornados, huracanes, tormentas de hielo y otros eventos. Entérese si su lugar de trabajo o la escuela de sus niños tienen planes de emergencia, y si los tienen, en qué consisten estos planes.

Si tiene pólizas de seguro (de casa, salud o vida) sepa qué es lo que cubren. Si vive en un lugar donde ocurren inundaciones, quizás necesite seguro de inundaciones. Si puede, reabastezca sus medicamentos recetados dos semanas antes de que se agoten. Eso puede ayudarlo si el desastre natural le impide llegar a una farmacia.

### ¿Qué es un plan de desastres naturales para la familia?

Tenga un plan de contacto que indica dónde ir en caso de una emergencia y a quién llamar. Déle a su familia el número de teléfono de alguna persona que no vive con ustedes pero que vive cerca y de otra persona que vive en otro estado. Esto es para que se puedan encontrar si se separan.

#### Un plan de desastres para la familia incluye:

- Un plan para poder ponerse en contacto
- Planes para los niños y para las personas que requieren ayuda
- Planes para las mascotas
- Rutas de escape para salir del área donde ocurre el desastre
- Cómo apagar el gas, la electricidad, y el agua potable de su casa
- Equipo de primera necesidad con elementos que sean necesarios en caso de un desastre natural

Este equipo incluye elementos que pueden ser utilizados si su familia necesita permanecer en su casa o si le piden salir del área. Todos en su familia deben saber dónde está guardado el equipo. Quizás también deba guardar un equipo adicional en el maletero de su automóvil.

### Qué poner en el equipo de emergencias para desastres naturales:

- Suficiente agua y comida para cada miembro de la familia que dure 3 días (3 galones de agua para cada miembro de la familia)
- Radio portátil, linterna y pilas de repuesto.
- Copias de los documentos importantes de la familia.
- Documentos de identificación (permiso de conducir, pasaportes)
- Testamentos
- Inventario de los bienes familiares en la casa.
- Listas de medicinas que toma cada miembro de la familia
- Equipo básico de primeros auxilios
- Abridor manual de latas, tenedores, cuchillos y cucharas
- Medicinas de venta libre sin receta
- Gel desinfectante para manos, pasta dental, jabón, papel higiénico
- Ropa, cobijas y almohadas

*Rote los alimentos enlatados o secos en su equipo y asegúrese que estén en buenas condiciones para ser consumidos. No guarde medicinas recetadas en su equipo porque pueden caducar antes de ser usadas.*

## ¿Qué pasa si tengo mascotas?

Hable con su veterinario sobre la evacuación y el cuidado de emergencias para su mascota así sabe qué puede hacer para prepararse. Muchos refugios de emergencia no permiten mascotas. Entérese si existen refugios de emergencias para animales en su área. Esto ahorrará tiempo cuando llegue el momento de decidir qué hacer si no puede llevarse su

mascota cuando tenga que salir de su área. Construya un equipo de primeras necesidades para animales que se pueda usar en caso de desastres naturales. Este equipo debe incluir alimento para mascotas, agua, datos médicos de la mascota, collar, correa y medalla de identificación de la mascota.



## ¿Qué pasa si se declara una emergencia?

El Sistema de Alerta de Emergencias le informará cuando haya una emergencia. Los programas de televisión o radio se interrumpirán para transmitir el mensaje de emergencias. Cuando ocurra, manténgase tranquilo/a y siga las instrucciones transmitidas en el mensaje. Llame al contacto

de su familia para dejarles saber lo que ocurre. Vea a sus vecinos, especialmente a los ancianos y a los minusválidos para asegurarse que sepan qué hacer y brindarles ayuda si es posible. Use su teléfono únicamente para llamadas de emergencia.

No llame al 9-1-1 a no ser que haya una situación inmediata que ponga en peligro la vida de alguien. No vaya al hospital a no ser que usted o una persona de la familia necesite ayuda por una emergencia médica.

### Para obtener más información por favor visite:

Preparedness Today: What You Need to Do

Centers for Disease Control and Prevention and American Red Cross

**(La preparación hoy: lo que necesita hacer. Centro de Control de Enfermedades y Cruz Roja Americana)**

[http://www.redcross.org/preparedness/cdc\\_english/CDC.asp](http://www.redcross.org/preparedness/cdc_english/CDC.asp)

Connecticut Department of Public Health, Preparedness and Response Website

**(Departamento de Salud Pública de Connecticut, Sitio de Internet de Preparación y Respuesta)**

<http://www.dph.state.ct.us/bt/ready/btpdns-ephome.htm>

Connecticut Department of Emergency Management & Homeland Security

Connecticut Guide to Emergency Preparedness

**(Departamento de Administración de Emergencias y Seguridad Nacional de Connecticut, Guía de Preparación para Emergencias de Connecticut)**

<http://www.ct.gov/demhs/cwp/view.asp?a=1939&q=318044>

Pet Friendly Lodgings (Albergues que aceptan animales)

[www.petswelcome.com](http://www.petswelcome.com)



CENTRO DE PREPARACIÓN PARA EMERGENCIAS DE SALUD PÚBLICA DE YALE

Yale Center for Public Health Preparedness

(Centro de Preparación para Emergencias de Salud Pública de Yale)

2 Church Street South, Suite 314

New Haven, CT 06519

Teléfono : 203-764-9713

Correo electrónico: [cphp@yale.edu](mailto:cphp@yale.edu)

<http://publichealth.yale.edu/ycphp>

**Misión:** Como parte de una red nacional de Centros de Preparación para Emergencias de Salud Pública financiadas por los Centros de Control y Prevención de Enfermedades (CDC por sus siglas en inglés), el Centro de Preparación para Emergencias de Salud Pública de Yale, basado en la Facultad de Salud Pública de Yale, trabaja para asegurar que los empleados de salud pública de primera línea estén preparados para responder a emergencias de salud pública incluyendo desastres naturales, actos de terrorismo, y brotes en enfermedad.

El propósito de este boletín es proporcionar información pública sobre cómo prepararse para emergencias de salud pública. Si tiene sugerencias de futuros tópicos para este boletín, por favor póngase en contacto con el Centro al correo electrónico [cphp@yale.edu](mailto:cphp@yale.edu). Para suscribirse a este boletín, por favor envíe un correo electrónico a [cphp@yale.edu](mailto:cphp@yale.edu) con la palabra "subscribe" como tema del correo.