

Cuestiones esenciales de la preparación

Lista de verificación para la preparación

Los desastres desestabilizan nuestras vidas. Algunos desastres, como inundaciones o incendios domésticos, pueden ocurrir en cualquier lugar. Otros desastres, como incendios forestales y huracanes, son más comunes en determinadas áreas. El cambio climático está causando eventos climáticos más frecuentes y extremos. Esto aumenta nuestro riesgo de muerte, lesiones, pérdida de propiedad y daños. Pero podemos actuar para prepararnos. Prepárese ahora para protegerse usted, a sus seres queridos y a su hogar.



Esté preparado

Estar preparado significa que usted:

- Conozca qué peligros, como tornados o inundaciones, pueden ocurrir en su comunidad.
- Tenga planes en marcha para que usted y sus seres queridos sepan cómo responder
- Cuente con una forma de monitorear las condiciones de emergencia en su área
- Cuente con habilidades para emergencias, como RCP y primeros auxilios
- Cuente con suministros de emergencia como comida, agua y medicamentos para poder satisfacer sus necesidades básicas

- Planifique monitorear las condiciones climáticas cerca de usted.

Aprenda habilidades de emergencia

Prepárese ahora para tener habilidades esenciales y poder tener cubiertas sus necesidades básicas.

- Aprenda primeros auxilios y RCP.
- Los servicios públicos pueden estar fuera de línea. Esté preparado para vivir sin electricidad, gas ni agua. Planifique para sus necesidades, lo que incluye teléfonos celulares y equipo médico. Converse con su médico. Planifique contar con electricidad de respaldo.



Entienda sus riesgos

- Algunos peligros, como inundaciones e incendios domésticos, pueden ocurrir en cualquier lugar. Otros, incluyendo terremotos y huracanes, son más comunes en determinadas áreas. Contacte a la oficina de su agencia de manejo de emergencias del gobierno estatal o local para aprender más sobre sus riesgos locales.

Reúna suministros de emergencia

Reúna comida, agua y medicamentos. Organice sus suministros en un kit de salida y en un kit para quedarse en casa.

- Kit de salida: al menos tres días de suministros que pueda llevar con usted. Incluya baterías de respaldo y cargadores para sus dispositivos (teléfono celular, CPAP, silla de ruedas, etc.)
- Kit para quedarse en casa: al menos dos semanas de suministros. Las tiendas y las farmacias pueden estar cerradas.
- Tenga 1 mes de suministros de medicamentos en un contenedor a prueba de niños y suministros o equipo médico.



Planifique mantenerse conectado

Durante un desastre es importante mantenerse conectado e informado.

- Regístrese para recibir alertas de emergencia gratuitas de su gobierno local.
- Tenga una batería de respaldo o una manera para cargar su teléfono celular.
- Tenga una radio a batería.

