



HEROES REALES

**SIEMPRE PREPARADOS PARA
LAS EMERGENCIAS**

**HAY QUE PREPARARSE PARA
LAS EMERGENCIAS**



NMEAD
NEGOCIADO PARA EL
MANEJO DE EMERGENCIAS Y
ADMINISTRACIÓN DE DESASTRES



¿Qué debes de incluir en tu plan de emergencia familiar?

- Agua potable: un galón por día por persona
- Alimentos no perecederos: para por lo menos 10 días por persona
- Dinero en efectivo
- Linterna y radio de baterías
- Baterías y baterías solares
- Botiquín de primeros auxilios
- Números de emergencia
- Fórmula para bebés y pañales
- Carga los celulares y ten cargadores portátiles
- Abrelatas (si el kit contiene alimentos enlatados)
- Conoce si tu zona es inundable

Ten suministros para por lo menos 10 días para cada persona.



PLAN DE PRIMEROS AUXILIOS

- Medicamentos recetados y no recetados
- Silbato para pedir ayuda
- Números de emergencia
- Prepara lo necesario para las máquinas de terapia que necesitan electricidad
- Si tienes que desalojar tu casa, lleva contigo tu mochila de emergencia



ALMACENA AGUA

- Un galón de agua para beber por 10 días (mínimo), por persona
- 10 galones para propósitos sanitarios
- Almacena agua en envases de cristal o de plástico
- Utiliza un gotero y una taza de medir para añadir cloro, se recomienda de 1 a 4 gotas por litro, dependiendo del estado del agua. Después de agregar el cloro, espera media hora antes de tomarla.
- También puedes hervir el agua para purificarla

PROTEGE TUS MASCOTAS



- Prepara su mochila de emergencias
- Alimentos, medicamentos
- Correa y/o collares por si los tienes que amarrar
- No los dejes solo en la casa durante la emergencia
- Ten cerca su "kennel" o jaula en caso de que tengas que acudir a un refugio
- Expediente de vacunas (copias)



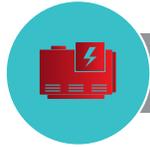
INUNDACIONES

- Si en pasadas tormentas han ocurrido inundaciones en tu área, desaloja a tiempo
- Busca el mapa de zonas inundables de tu área en tu municipio

ALMACENA COMBUSTIBLE



- Guárdalo en un lugar fresco, ventilado y oscuro
- No utilices la técnica de aspirar la gasolina para extraerla de tu vehículo
- Asegúrate de que el envase sea el recomendado
- Asegúrate que tenga cierre que lo selle completamente
- No agite el recipiente cuando hayas depositado gasolina
- No fumes cerca
- Ten un extintor a la mano



GENERADORES ELÉCTRICOS

- Presupuesto:** Escoger el tamaño del generador según las áreas que quieres energizar y así tendrás el precio correcto
- Combustible (hay 4 tipos):** gasolina, diésel, gas propano o combustible dual
- Busca un perito electricista para instalarlo, así evitarás poner en riesgo tu vida y propiedad
- Sitúalo en un espacio abierto (no en marquesina), los gases tóxicos causan daños
- Dale mantenimiento según las instrucciones del manual
- Ten reservas para cambio de aceite y filtro (no todos usan los mismos)
- Ten un extintor a la mano

PREPARA UNA MOCHILA DE EMERGENCIAS



- Merienda y agua
- Una o dos mudas de ropa
- Tus identificaciones y tarjetas de seguros médicos, copia de documentos importantes
- Cargadores para tus celulares (portátiles o solares)
- Linterna, “flashlights” y radio de baterías o solares
- Baterías
- Artículos de aseo personal



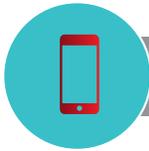
ALMACENA ALIMENTOS

- Alimentos no perecederos para por lo menos 10 días por persona
- Leche de caja o en polvo
- Cereales, barras de proteína, galletas de soda, comida enlatada, mantequilla de maní
- Comida y fórmula de bebé
- Comida para tu mascota
- Abridor de lata manual

GUARDA DINERO EN EFECTIVO



- Cámbialos en billetes de distintas denominaciones. Algunos de \$20, \$10, \$5 y \$1
- Guárdalos en un lugar seguro, comparte con otro familiar en dónde están
- Ponlos en una bolsa plástica para protegerlos del agua
- Si tienes que desalojar tu casa lleva parte en la mochila de emergencia y parte contigo



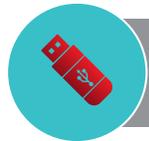
CUANDO LAS TELECOMUNICACIONES FALLAN

- Debes mantener la calma
- Si tienes teléfono de línea, conéctalo
- Asegúrate de tener cargadores portátiles para tu celular
- Ten a la mano un silbato en caso de que quedes atrapado
- Identifica un punto de encuentro, en un lugar medio, para tus familiares
- Identifica a una persona fuera de Puerto Rico para que sirva de enlace

PREPARA TU CASA



- Ventanas:** deben estar fijas con tornillos de 3" a 4" de largo y que no falle ninguno. Debe cerrar herméticamente
- Mantén desagües del techo, patio y alcantarillas libres de basura u hojas
- Equipos:** en el techo o en los alrededores asegúralos o ancla al piso
- Casa de madera:** techo, las paredes, piso y cimientos deben estar unidos por anclajes de metal
- Habitación segura:** busca un área con pocas ventanas, como pasillos y baños para proteger a tu familia, lleva algunos suministros
- Techo:** si es de madera y zinc y no está bien construido, amárralo con cables tensores, anclándolos a columnas o pisos de hormigón o enterrándolos a tres pies de profundidad
- Tormenteras (hay varios tipos):** madera, paneles plásticos o de aluminio, tormentera tipo acordeón y tormentera enrollable



ALMACENAMIENTO DE INFORMACIÓN DIGITAL

Guarda digitalmente todos los documentos importantes para protegerlos.

- Personales:** licencia, pasaporte, tarjeta seguro médico, tarjeta seguro social, certificados de nacimiento
- Hogar:** escrituras, póliza de seguro del hogar (toma fotos de la casa antes del huracán)
- Auto:** licencia del auto, seguro de auto
- Puedes ponerlos en un dispositivo de almacenamiento de datos (USB), en un disco externo, subirlos al "icloud" o tomarles fotos y enviártelos por correo electrónico

DERRUMBES



- Si ocurren derrumbes, mantente alejado del área. Puede haber peligro de que se produzcan más
- Si en pasadas tormentas han ocurrido derrumbes en tu área, desaloja
- Identifica personas heridas o atrapadas cerca del derrumbe, sin entrar directamente en el área
- Informa a los oficiales locales pertinentes sobre personas atrapadas o heridas, sobre líneas rotas de electricidad, caminos y vías dañadas



MEDICAMENTOS

- Ve a la farmacia y asegúrate de tener todos tus medicamentos
- Todo envase de medicamento que la tapa sea de roscas, tapas a presión o goteros que están contaminados deben ser eliminados
- La insulina pierde su potencia según la temperatura y el tiempo. Debes conservarla tan fría como sea posible lejos del calor directo y evitar que se congele
- Si usas máquinas que le ayudan a vivir o al funcionamiento de órganos vitales, comunícate con el proveedor del equipo para saber cómo mantenerlo conectado a un generador eléctrico

¿QUÉ HACER ANTES DE UN HURACÁN?



- Identifique un lugar seguro que sirva como punto de encuentro en caso que la familia haya tenido que separarse.
- Prepare una mochila de emergencia con alimentos enlatados y artículos de primera necesidad.
- Despeje los alrededores de su hogar para evitar que objetos livianos se conviertan en proyectiles.
- Identifique los refugios disponibles cerca de su hogar.
- Asegure su mascota, prepare su mochila de emergencia, almacene sus alimentos y medicamentos. Comuníquese con su veterinario para que le facilite una lista de hospedajes disponibles.
- Corrija aquellos daños estructurales que sean necesarios realizar.
- Determine los árboles y arbustos a ser podados para evitar el contacto de líneas eléctricas y telefónicas.
- **Documentos personales:** Deben estar protegidos en un sobre o bolsa plástica (copias).
- Mantenga una provisión de alimentos no perecederos para un periodo mínimo de 10 días.

¿QUÉ HACER DURANTE UN HURACÁN?

- Conserve la calma y mantenga informado a sus familiares.
- Continúe escuchando la radio para obtener información o instrucciones acerca de la trayectoria del huracán.
- Desconecte todos sus aparatos eléctricos y el interruptor de energía eléctrica.
- Cierre las llaves de gas y agua.
- Manténgase alejado de puertas y ventanas.
- No encienda velas, use linternas.
- Si el viento abre una puerta o ventana, no avance hacia ella de forma frontal.
- No salga hasta que las autoridades indiquen que es seguro salir.

¿QUÉ HACER DESPUÉS DE UN HURACÁN?

- Sintonice la radio o sus noticias locales para obtener la información actualizada.
- Manténgase alerta en caso de lluvias prolongadas y posibles inundaciones aunque haya pasado la emergencia o evento.
- En caso de que usted y su familia queden separados, usen su plan familiar de emergencia.
- Conduzca solo si es necesario, evite los caminos y puentes inundados.
- Inspeccione si su vivienda sufrió daños. Tome fotografías de los daños, para su reclamación al seguro.
- Evite beber o preparar alimentos con agua del grifo hasta que esté seguro de no estar contaminada.
- Utilice el teléfono solo para llamadas de emergencia.
- Nunca use un generador dentro de las casas, garajes, sótanos o áreas similares.
- Si no puede regresar a su hogar, localice el refugio más cercano.
- Use ropa protectora y tenga cuidado al limpiar escombros para evitar lesiones.

ANTES DE UN TERREMOTO

¿Cómo podemos prepararnos?



- Reúne a las personas que comparten día a día junto a ti, como familiares, compañeros de trabajo y estudios. Practica simulacros, haz un plan de desalojo e identifica puntos de encuentro.
- Haz una lista y anota los números de los lugares en donde tu familia pasa más tiempo: el trabajo, el cuidado y la escuela.
- Identifica un contacto, preferiblemente fuera de Puerto Rico, para que sirva de enlace. Puede que sea más fácil hacer llamadas de larga distancia que llamadas locales.
- Asegúrate de que cada miembro de tu familia conozca cuál es el contacto y el número de teléfono de emergencia seleccionado.
- Programa en tu teléfono móvil para que se desbloquee en caso de emergencia y acceda a los contactos de emergencia asignados.
- Asegúrate de decirle a tus familiares y amigos si les has anotado como contactos de emergencia.
- Prepara tu mochila de emergencia. Una para cada miembro de la familia (es recomendable que tengas varias, en lugares diferentes como en tu casa, en el trabajo y en el auto y que te permitan sobrevivir por un mínimo de 3 días).

¿QUÉ HACER DURANTE UN TERREMOTO?

- Mantén la **CALMA**.
- **AGÁCHATE** en el suelo.
- **CÚBRETE** debajo de muebles fuertes como un escritorio, mesa sin tope de cristal, o cualquier otro mueble fuerte en áreas pequeñas de la casa que no tengan cosas que puedan romperse o caer y hacerte daño. Si no hay ninguno a tu alrededor, acércate a una pared interior cerca de columnas y cubre tu cabeza y cuello con tus brazos y manos.
- **SUJÉTATE** al mueble, protege tu cabeza y cuello hasta que pare de temblar.
- Mantente alejado de ventanas de cristal, lámparas, espejos, tablillas, televisores, abanicos de techo, archivos de oficina, objetos pesados que estén en gabinetes de cocina o muebles pesados.

¿QUÉ HACER DESPUÉS DE UN TERREMOTO?

- Sal de tu lugar seguro cuando no sientas más movimiento.
Si el movimiento es tan fuerte que no puede mantenerse de pie (que dure más de 20 segundos), debes estar pendiente a:
 - Si el evento ocurrió cerca de las costas o profundidades del mar
 - Que el evento fue mayor de 6.5 de magnitud
 - Si vives cerca de la costa y el mar se retira, estos son indicativos que se está generando un tsunami y debes trasladarte a un lugar alto y seguro.
- Activa el plan de emergencias establecido.
- Estar atento a las alarmas de tsunami.
- No tocar ningún tendido eléctrico en el suelo.
- No acercarte a áreas propensas a derrumbes.
- Alejarte de la costa y moverte al lugar más alto posible.
- Cerrar la llave de utilidades como gas y agua.
- Apagar el interruptor ("main breaker") del servicio eléctrico.



TSUNAMI ¿QUÉ ES UN TSUNAMI?

Un tsunami o maremoto es un disturbio en la columna de agua generada por un terremoto, deslizamiento submarino o aéreo o el impacto de un cuerpo celeste. Esto genera a su vez una serie de olas a las que se denomina tsunami. Durante un tsunami el océano muestra un comportamiento inusual como, por ejemplo, se retira o eleva rápidamente o se escucha un ruido fuerte como un avión en altura baja. Un terremoto fuerte o de larga duración (de 20 segundos o de magnitud 6.5 en adelante) tiene la capacidad de generar un tsunami.

¿QUÉ OCURRE DURANTE UN TSUNAMI?

Se pueden observar las señales naturales antes descritas (el mar se retira, se escucha un ruido fuerte como un avión en altura baja, el mar se retira o desborde de ríos y/o quebradas). Las autoridades emiten alertas de tsunami mediante la activación del Sistema de Alerta de Emergencias (EAS por sus siglas en inglés) a través de la televisión, radio y celular, por salvavidas en la playa, sirenas fijas de la comunidad (activadas generalmente por las Oficinas Municipales de Manejo de Emergencias), activación de radios NOAA, alertas por mensajes de texto (WEA), páginas de internet de los Centros de Alerta de Tsunamis, Red Sísmica de Puerto Rico y del Servicio Nacional de Meteorología, entre otros.

¿QUÉ HACER DURANTE UN TSUNAMI?

- Si estás en la costa y notas alguna de las alertas naturales antes descritas o recibes una alerta oficial, aléjate de la costa inmediatamente caminando y buscando altura.
- Si vives cerca de la costa, establece el punto alto más cercano a donde dirigirte con tu familia y luego diríjanse a los lugares de asamblea designados en los mapas de desalojo por tsunami de los municipios costeros.
- Utiliza las rutas de desalojo designadas en los mapas de desalojo por tsunami. Es importante salir del área marcada en amarillo lo antes posible y dirigirse hacia el área verde delimitada en los mapas.
- Si te encuentras en un lugar seguro, permanece ahí.
- Trasládate caminando; no conduzcas. Mantén las carreteras despejadas para vehículos de emergencia.
- Sintoniza los medios de comunicación para que recibas la información de las autoridades locales sobre cambios en avisos de tsunami.
- Mantente lejos de la costa o áreas llanas hasta que oficiales locales digan que es seguro regresar.



Los fondos utilizados para costear el presente material educativo fueron otorgados por el Departamento de Seguridad Pública de los Estados Unidos (DHS), bajo el Emergency Performance Grant Program (EMN-2021-EP-00004-S01)

NMEAD
NEGOCIADO PARA EL
MANEJO DE EMERGENCIAS Y
ADMINISTRACIÓN DE DESASTRES



Autorizado por la Oficina del Contralor Electoral OCE-SA-2024-00372

LÍNEA DE TELÉFONO EN CASO DE EMERGENCIAS 9-1-1