

# ¿Cómo prepararte ante un desastre natural?

1

## Prepárate antes del desastre



### Crea un plan familiar:

Habla con tu familia sobre qué hacer en caso de un desastre natural. Designa un punto de encuentro y asegúrate de que todos sepan cómo comunicarse.

## Prepara un kit de emergencia que puede incluir lo siguiente:



- Agua, se recomienda al menos 1 galón por persona por día, para al menos 3 días
- Comida no perecedera, para al menos 3 días
- Botiquín de primeros auxilios
- Linternas y baterías extra
- Radio de mano o a baterías
- Copias de documentos importantes (identificaciones, pasaportes, pólizas de seguro)
- Dinero en efectivo
- Ropa abrigadora y mantas
- Medicamentos para dolores y medicamentos esenciales para quienes lo requieran
- Artículos de higiene personal

## Conoce las rutas de evacuación:

Identifica las rutas más seguras para salir de tu área en caso de emergencia.

## Protege tu hogar:

Asegura objetos que puedan caerse o dañarse, como muebles pesados, estanterías y ventanas.



## 2

### Mantente seguro durante el desastre

#### Mantén la calma:

Sigue las instrucciones de las autoridades locales y los servicios de emergencia.



#### Escucha las alertas:

Mantente informado a través de la radio, televisión, aplicaciones de alerta meteorológica, o redes sociales de fuentes oficiales.

#### Evacúa si es necesario:

Si las autoridades lo indican, evacúa inmediatamente. Lleva contigo solo lo esencial.



#### Si te quedas en casa:



Refúgiate en una habitación segura, lejos de ventanas



Cierra y asegura puertas y ventanas



Desconecta los electrodomésticos y evita el uso de teléfonos, excepto para emergencias

## 3

### Recuperación después del desastre

#### Mantente informado:

Escucha y lee las noticias y comunicados en fuentes oficiales para obtener información sobre la situación y las instrucciones de las autoridades.



#### Revisa tu hogar:

Inspecciona tu casa en busca de daños. Ten cuidado con cables eléctricos caídos, fugas de gas o estructuras inestables.

#### Contacta a tus seres queridos:

Comunícate con familiares y amigos para informarles que estás a salvo.



#### Busca ayuda si la necesitas:

Si tu hogar resultó dañado o necesitas asistencia, contacta a las autoridades locales o a organizaciones de ayuda.

### El sitio web de la Federal Emergency Management Agency (FEMA)

tiene un apartado especial para la recuperación tras un desastre:

<https://www.fema.gov/assistance/individual/program/road-to-recovery>





## Información sobre albergues



**American  
Red Cross**

Puedes encontrar albergues escuchando las noticias locales o buscando directamente en el sitio web de la Cruz Roja:

<https://redcross.org/>



**FEMA**

De igual forma puedes ingresar al sitio web de la FEMA para localizar albergues y centros de asistencia:

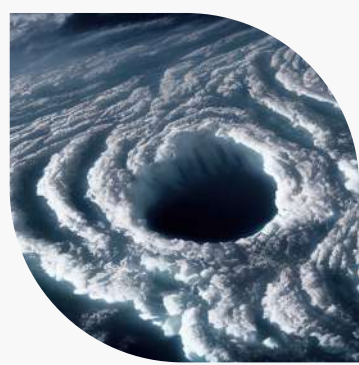
<https://www.fema.gov/grants/emergency-food-and-shelter-program>



**También puedes buscar refugio enviando un mensaje de texto con la palabra "SHELTER" y tu zip code al 43362.**



## Cómo actuar en diferentes tipos de desastres



### Huracanes:

Evacúa si vives en una zona costera o de inundación

Refúgiate en un lugar seguro lejos de ventanas

Desconecta los electrodomésticos y cierra las llaves de gas



### Tornados:

Refúgiate en un sótano o en una habitación interior sin ventanas

Protégete debajo de muebles resistentes o usa colchones para cubrirte



### Terremotos:

Protégete debajo de muebles resistentes

Aléjate de ventanas, espejos y objetos que puedan caer



### Inundaciones:

Evacúa a terrenos más altos si hay riesgo de inundación

No intentes caminar o conducir a través de aguas en movimiento



### Incendios forestales:

Evacúa inmediatamente si las autoridades lo indican

Cierra ventanas y puertas para evitar que entre el humo