TAKE 5 TO SURVIVE
5 minutos de preparación le dan protección

¿CUÁNTO TIEMPO PUEDE SOBREVIVIR?

City of McMinnville

Prepare estuche de emergencia para usted y para su familia.

Debido a tremenda necesidad en otro lugar o por no poder tener acceso a su vecindario, usted podría estar por su cuenta por varios días después de un desastre mayor. Un estuche bien preparado lo puede ayudar a sobrevivir y a estar más cómodo durante un evento mayor tal como un terremoto, inundación, apagones de energía, etc.

¿Qué necesitará para sobrevivir durante una semana? ¿Dos semanas?

Cómo guardar suministros de emergencia

Coloque las provisiones en capas y manténgalas juntas en un recipiente tal como una caja de plástico fuerte o un bote de plástico para la basura con ruedas. Si preparó estuches más grandes, puede colocar cajas una sobre la otra o usar dos botes para basura. Cambie la comida, el agua embotellada y los medicamentos cada año. Podría tener que cambiar la ropa de los niños más frecuentemente.

Mantenga encima los artículos que podría necesitar inmediatamente, como la linterna o el botiquín de primeros auxilios.

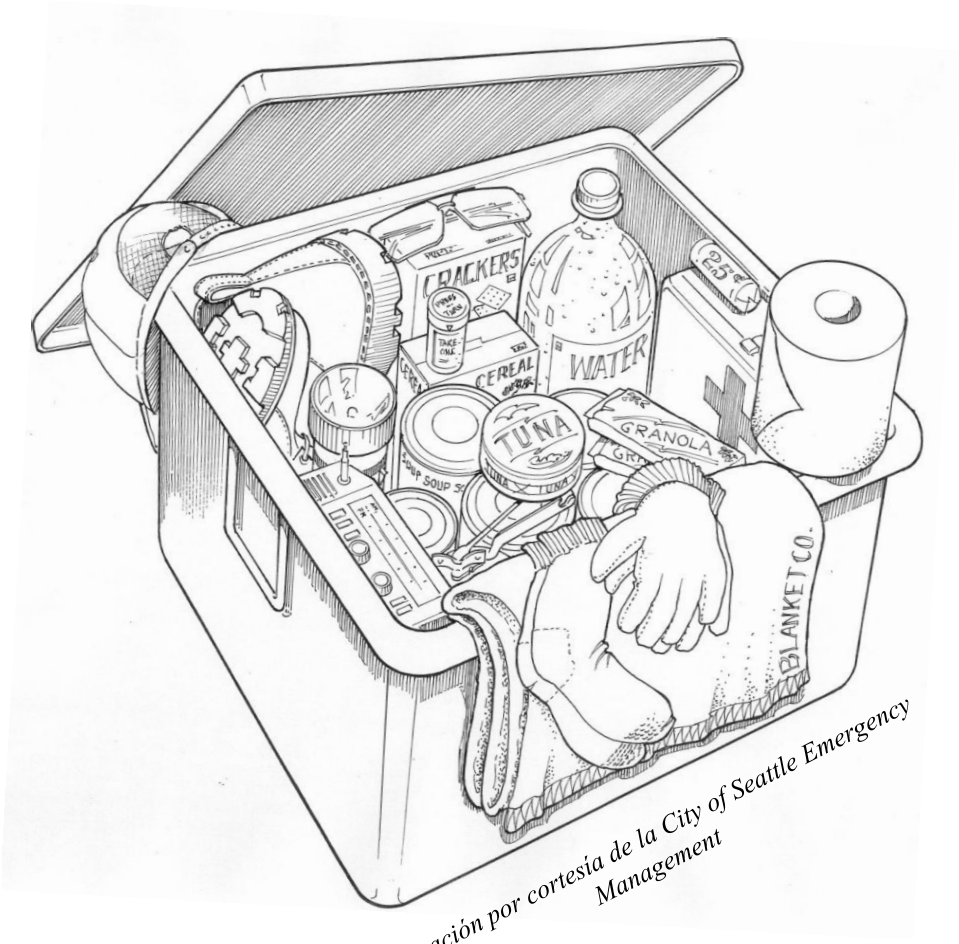

Ilustración por cortesía de la City of Seattle Emergency Management

Empiece con lo que ya tiene. Si le gusta acampar o ir de paseo en el campo, ya tiene una ventaja inicial. La estufa portátil, tienda de campaña y otro equipo le puede servir también como provisiones de emergencia.

Piense con lo que no podría sobrevivir, literalmente. ¿Medicamentos? ¿Oxígeno portátil para el hogar? ¿Equipo médico eléctrico? ¿Dispositivos de ayuda para la movilidad?

Acumule provisiones esenciales para un período de tiempo largo. Aún si pudiera obtener comida y agua dentro de un período de 3 a 4 días, puede que no tenga acceso a medicamentos o provisiones médicas por una semana o más. Considere como mínimo una cantidad equivalente a una semana de medicamentos esenciales y botellas de oxígeno; el equivalente a dos semanas es aún mejor.

Escoja un lugar fresco y oscuro para el almacenamiento, tal como un closet o "esquina segura" en el garaje. Si vive en un apartamento o tiene espacio limitado, sea innovador. Otros posibles lugares de almacenamiento incluyen debajo de una cama, debajo de las gradas, o aún en una caja grande de cartón o de plástico que pueda ser cubierta con un mantel y usada como una mesa esquinera.

Estar preparado es una manera de estar asegurado

COMIDA:

- Use comida en lata o envueltas en bolsas de papel aluminio para fácil almacenamiento y larga duración. Escoja carne lista para comerse, fruta, y verduras que les guste a su familia. (Un desastre no es la hora para tratar artículos nuevos en el menú: ¡ya está bajo suficiente tensión!) Mantenga la comida fresca revisando las fechas y cambiando los artículos cada año.
- También se recomiendan mezclas de jugo en lata o en polvo; leche en lata o en polvo; comida que le dé mucha energía (mantequilla de maní, jalea, galletas saladas, nueces sin sal, y mezcla de frutos secos); cereales, y arroz.
- Almacene la comida en paquetes de tamaño apropiado para sus necesidades para evitar tener que guardar sobras.
- No se olvide de sus mascotas. Almacene comida en lata y seca para sus mascotas junto con el transportador para animales, collares y correas adicionales, medicamentos, y un juguete favorito. Averigüe sobre las opciones para hospedar a su mascota *de antemano:* la mayoría de los albergues no permiten mascotas.

AGUA:

- Almacene un galón por persona, por día para por lo menos tres días. No se olvide de las mascotas. Use agua embotellada comercialmente (repóngala cada año) o agua potable en botellas de plástico limpias (repóngalas cada seis meses). Almacene las botellas de agua en un lugar fresco y oscuro.
- **Purifique el agua** hirviéndola de 3 a 5 minutos **o** agregándole 16 gotas de cloro líquido para uso en el hogar que contenga 5.25% de hipoclorito de sodio por galón de agua. No use cloro que contenga perfumes o limpiadores agregados. Agítelo y déjelo descansar durante 30 minutos antes de usarlo.
- Aprenda cómo sacar el agua del calentador de agua en caso de que la necesite. Cerciórese de apagar el gas o la electricidad conectada al tanque antes de drenar el agua si la va a usar en caso de emergencia. Además, cierre la válvula de entrada, para evitar contaminación.

DOCUMENTOS IMPORTANTES:

- Mantenga copias de documentos importantes, incluyendo recetas médicas, historiales de vacunas, certificados de nacimiento, pólizas de seguros, y contraseñas. Envíele una copia a un amigo o pariente de confianza que viva fuera de la región.

OTROS ARTÍCULOS:

- ❑ Botiquín de primeros auxilios
- ❑ Cobijas
- ❑ Reloj de pilas
- ❑ Candelas
- ❑ Linternas
- ❑ Radio de pilas
- ❑ Pilas adicionales
- ❑ Fósforos impermeables
- ❑ Dinero en efectivo (monedas de $0.25 y billetes de denominación pequeña)
- ❑ Extinguidor de incendios
- ❑ Bolsas para la basura
- ❑ Medicamentos necesarios
- ❑ Anteojos adicionales
- ❑ Pilas para audífonos
- ❑ Estufa portátil con combustible
- ❑ Guantes fuertes
- ❑ Cinta aislante
- ❑ Zapatos fuertes para cada persona
- ❑ Hacha, pala, escoba
- ❑ Alicate, llave, palanca
- ❑ Abrelatas adicional
- ❑ Cloro para uso en el hogar
- ❑ Mapa del área
- ❑ Pañales, fórmula para el bebé
- ❑ Productos de higiene personal
- ❑ Ropa caliente para todos

HAGA QUE SUS VECINOS PARTICIPEN:

- Trabajando a través de su asociación de vecindarios o de dueños de hogares, haga arreglos para compartir el equipo más caro tal como sierras de cadena, generadores, y vehículos con tracción 4x4. (Si no hay una organización formal en su vecindario, empiece con sus vecinos inmediatos y aumente su cobertura desde ese punto).
- Empiece un "equipo de amigos" para cuidar de los vecinos que podrían necesitar ayuda durante y después de eventos mayores, tales como apagones de energía extensos o tormentas de invierno. No se olvide de los niños que están solos en el hogar.
- Convierta sus esfuerzos de organización en un evento social para el vecindario, tal como una fiesta para la cuadra. (Invítelos con comida, y luego haga su presentación.)