

Guía de bolsillo de

Preparativos para Casos de Emergencia

Este manual contiene información útil de cómo planear y responder a desastres naturales y causados por el hombre. Por favor lea cuidadosamente su manual y manténgalo a mano.

Harris County

HCPHES

Public Health & Environmental Services



**Harris County
Hospital District**



Houston Department of
Health and Human Services

Tratamiento de Agua Contaminada

Si hay contaminación, inundaciones o presión baja del agua, es posible que sea riesgoso beber agua. Por lo tanto, las autoridades locales pueden recomendar que se dé tratamiento al agua antes de beberla, cocinar, etc. Siga uno de los métodos recomendados que se mencionan a continuación para tratar el agua:



- Hierva el agua antes de usarla; déjela hervir por lo menos durante dos minutos antes de usarla para beber, cocinar, etc. (se empiezan a contar los minutos cuando el agua empieza a hacer burbujas).
- Desinfecte el agua agregándole 8 gotas (aproximadamente 1/8 de cucharadita, mas o menos del tamaño de una moneda de diez centavos) de blanqueador sin aroma de uso doméstico común por cada galón de agua, y déjela reposar durante 30 minutos antes de usarla. Si el agua se ve turbia después de 30 minutos, repita el proceso.
- Trate el agua con pastillas de cloro o yodo. Lea y siga las instrucciones de la etiqueta.
- Use agua embotellada, en especial para mezclar fórmula de bebé.

Continúe desinfectando el agua hasta que se le avise que es saludable.

Recuerde: Lo Básico Para Mantener los Alimentos en Buenas Condiciones Durante una Emergencia

Mantenga cerrada la puerta del refrigerador y congelador siempre que sea posible para conservar las temperaturas frías. Los alimentos que se encuentran en el refrigerador se mantienen en buenas condiciones durante aproximadamente 4 horas sin electricidad. Los alimentos congelados pueden mantenerse en buenas condiciones durante un período más prolongado, dependiendo del tipo y la temperatura del congelador.



Prepárese con alimentos que no requieren refrigeración y puedan comerse fríos o calentarse en un asador o parrilla.

Planee con anticipación lo que puede hacer para almacenar y mantener los alimentos en buenas condiciones durante una emergencia. Mantenga hieleras portátiles a la mano en caso de que la electricidad se interrumpa durante más de 4 horas. Llénelas con hielo o bolsas de gel congelado para mantener fríos los alimentos.



NÚMEROS DE TELÉFONO IMPORTANTES

Los siguientes números de emergencia le proporcionarán ayuda e información

Harris County Public Health & Environmental Services	713-439-6000
Harris County Hospital District	713-873-2200
Houston Department of Health & Human Services	713-794-9320
Harris County Office of Homeland Security & Emergency Management	713-881-3100
Harris County Sheriff's Office	713-221-6000
Harris County Fire & Emergency Services	281-931-1085
Southeast Texas Poison Control	1-800-222-1222
Centers for Disease Control & Prevention	1-800-232-4636

SUS NÚMEROS DE TELÉFONO IMPORTANTES

Escriba los números de teléfono importantes, de familiares, amigos, el doctor o la clínica y la escuela de su niño. Manténgalos a la mano.

Nombre: _____ Número: _____

Nombre: _____ Número: _____

En caso de una Emergencia **Biológica**



La protección y tratamiento dependerán del tipo de bacteria, virus u organismo al que haya estado expuesto, como influenza o ántrax. Algunas bacterias, virus u organismos pueden causar enfermedades graves o incluso la muerte de seres humanos. En los casos de algunas emergencias biológicas, se enviarán medicamentos que salvan vidas a la zona donde se crea que el agente está presente.

En caso de una Emergencia **Química**



REFUGIARSE EN UN LUGAR o **EVACUAR**. Las autoridades locales le darán éstas órdenes solamente cuando sea necesario. Una emergencia química ocurre cuando un químico peligroso se libera y tiene la potencia de hacer daño a la salud de la gente. Químicas despedidas pueden ser causadas por accidentes industriales o por medio de la liberación intencional de sustancias dañinas.

En caso de una Emergencia **Radiológica**



Una explosión nuclear o un accidente en una planta nuclear puede ocasionar proliferación radioactiva. Un ataque terrorista con una “bomba sucia” puede también expandir la materia radioactiva en el ambiente. Una “bomba sucia” es una mezcla de explosivos, como dinamita, con polvo radioactivo o perdigón.

AUTO-DESCONTAMINACION: Si usted ha estado en contacto con un agente químico o de radiación, quítese la ropa lo más pronto posible. Póngala en una bolsa de plástico sellada. Báñese y lávese con mucho jabón y agua tibia. Dígame a las autoridades de emergencia lo que ha hecho con la ropa. **No se encargue de la bolsa de plástico usted mismo.**

Refugiarse en un Lugar

En caso de una emergencia radiológica, química o biológica, las autoridades podrían ordenarle **REFUGIARSE EN UN LUGAR** o **EVACUAR**. El término “REFUGIARSE EN UN LUGAR” significa permanecer adentro de su casa o del lugar de trabajo y protegerse allí.

Si los oficiales de emergencia le recomiendan Refugiarse en un Lugar:

- 1 Permanezca calmado.
- 2 Mantenga a niños y mascotas adentro.
- 3 Cierre con llave las ventanas y puertas exteriores.
- 4 Apague todos los abanicos, sistemas de calefacción o aire acondicionado.
- 5 Si tiene chimenea cierre la compuerta.
- 6 Junte sus provisiones de emergencia y prenda el radio de baterías o la televisión.
- 7 Váyase a un cuarto interno, lo ideal sería sin ventanas. En caso de una amenaza química, es preferible un cuarto más arriba del suelo porque algunos químicos son más pesados que el aire y podrían filtrarse al sótano.
- 8 Selle las puertas, extractores, respiraderos y ventanas con hojas de plástico y cinta adhesiva de trabajo pesado (duct tape).
- 9 Puede usar toallas húmedas para tapar el espacio debajo de las puertas.
- 10 Quédese adentro y escuche la radio o la televisión y siga las instrucciones de la autoridades locales hasta que se le diga que es seguro salir.

Si se le indica que evacue, siga las instrucciones y rutas indicadas.



Lo Que **No Debe Hacer**

NO encienda fósforos ni encienda ni apague ningún interruptor eléctrico si huele a gas o cree que pudiera haber una fuga de gas. Tampoco use el teléfono ni el celular.

NO desconecte ni cierre ningún servicio público a menos que las autoridades de emergencia le hayan instruido o que haya algún daño al tubo del gas, a la tubería de agua o a las líneas eléctricas.

NO maneje su vehículo a menos que se le haya advertido de **EVACUAR** o si tiene una emergencia médica. Asegúrese de informarse de la condición de las carreteras o de las restricciones para viajar.

NO llame al 9-1-1 excepto en casos de situaciones de vida o muerte. Es muy importante mantener las líneas desocupadas para las emergencias.



Prepárese...



Maletín de Suministros de Emergencia

Prepárese un maletín de suministros de emergencia para usarlo en el hogar o en un vehículo. Debe contar con suministros suficientes que duren por lo menos 3 días para usted, su familia y sus mascotas. Asegúrese de que los objetos se encuentren en un recipiente fácil de transportar, que deberá guardar en lugar conveniente. El maletín debe contener:

- Agua (1 galón por persona al día)
- Carnes, frutas y verduras listos para comer o enlatados
- Dinero en efectivo (asegurado en un recipiente cerrado)
- Radio o televisor de pilas, portátil
- Fórmula, medicamentos y pañales para bebé
- Medicamentos que se venden con y sin receta médica
- Cambio de ropa y zapatos
- Bolsas de basura
- Entretenimiento: incluya juegos y libros
- Plástico, cinta adhesiva de trabajo pesado (duct tape) y tijeras
- Botiquín de primeros auxilios
- Abrelatas manual
- Linterna
- Baterías adicionales
- Fósforos en un recipiente impermeable
- Mantas o sacos de dormir
- Platos de papel, utensilios de plástico y vasos
- Copias adicionales de llaves
- Artículos para la higiene personal: champú, pasta de dientes, cepillos de dientes, jabón, desodorante, artículos para la higiene femenina, blanqueador clorado sin aroma de uso doméstico, peine y cepillo, papel de baño, bolsas de basura, desinfectante de manos, detergente líquido, gotero
- Artículos para ancianos o personas con discapacidades, si es necesario
- Artículos para mascotas: alimentos, medicamentos, tarjeta de vacunas y arena para gatos, si es necesario

Documentos Importantes - Guarde estos documentos en un recipiente portátil a prueba de agua y fuego: Testamento, pólizas de seguro, licencias, contratos, títulos de propiedad, tarjetas del seguro social, tarjeta de vacunación, registro de cuentas bancarias, tarjetas de crédito, actas de nacimiento, matrimonio y defunción, tarjetas del seguro médico y números de teléfono importantes.

Cómo Obtener Información en una Emergencia

Escuche las estaciones de radio locales y los canales de televisión para información en caso de una emergencia mayor. Las instrucciones de emergencia le proporcionarán información si tuviera que **REFUGIARSE EN UN LUGAR** o **EVACUAR**.

Mensajes de Emergencia Sobre Medicamentos

En caso de emergencia, las siguientes estaciones se han comprometido a transmitir mensajes pregrabados multilingües sobre medicamentos, que han sido preparados por El Departamento de Salud Pública y Servicios Ambientales del Condado de Harris.



• KTRH 740 AM
Radio Noticias
713-212-8000



• KUHT Channel 8 -
Radiodifusión Pública
713-748-8888

Sitios De Ayuda En La Internet

- Harris County Public Health & Environmental Services www.harriscountyhealth.com
- Harris County Hospital District www.hchdonline.com
- Houston Department of Health & Human Services www.houstontx.gov/health
- Harris County Office of Homeland Security & Emergency Management www.hcoem.org
- Centers for Disease Control & Prevention www.bt.cdc.gov
- Texas Department of State Health Services www.dshs.state.tx.us/preparedness
- Federal Emergency Management Agency www.fema.gov