

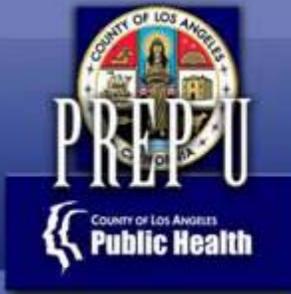


COUNTY OF LOS ANGELES

Public Health

Preparación Para Emergencias

- Bienvenido a este entrenamiento sobre la preparación familiar en caso de desastre.
- El programa consta de tres sesiones.
- Al completar el programa, usted recibirá materiales que lo ayudarán a empezar a preparar a su familia en caso de desastre.



TIPOS DE EMERGENCIAS

1. Naturales

2. Causadas por el hombre

- No intencionales
- Intencionales



- Por estar en el Sur de California somos vulnerables a todo tipo de emergencias.
- ¿Cuántos de ustedes se han visto afectados por un desastre o una emergencia importante en los últimos cuatro años?
- (Pídale a 2 personas que compartan sus historias de forma resumida.)

BOMBAS

EXPLOSIONES

TORNADOS

DISTURBIOS CIVILES

**CORTES DE
SERVICIOS PÚBLICOS
TERREMOTOS**

REHÉNES

**ACCIDENTES
DE AVIÓN**

TSUNAMI

**DERRUMBE DE
ESTRUCTURAS**

CORTES DE AGUA

INUNDACIONES

**FALLAS EN
REPRESAS**

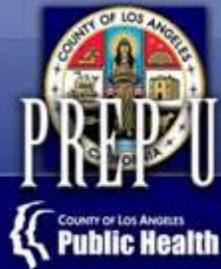
TERRORISMO

INCENDIOS

**MATERIALES
PELIGROSOS**

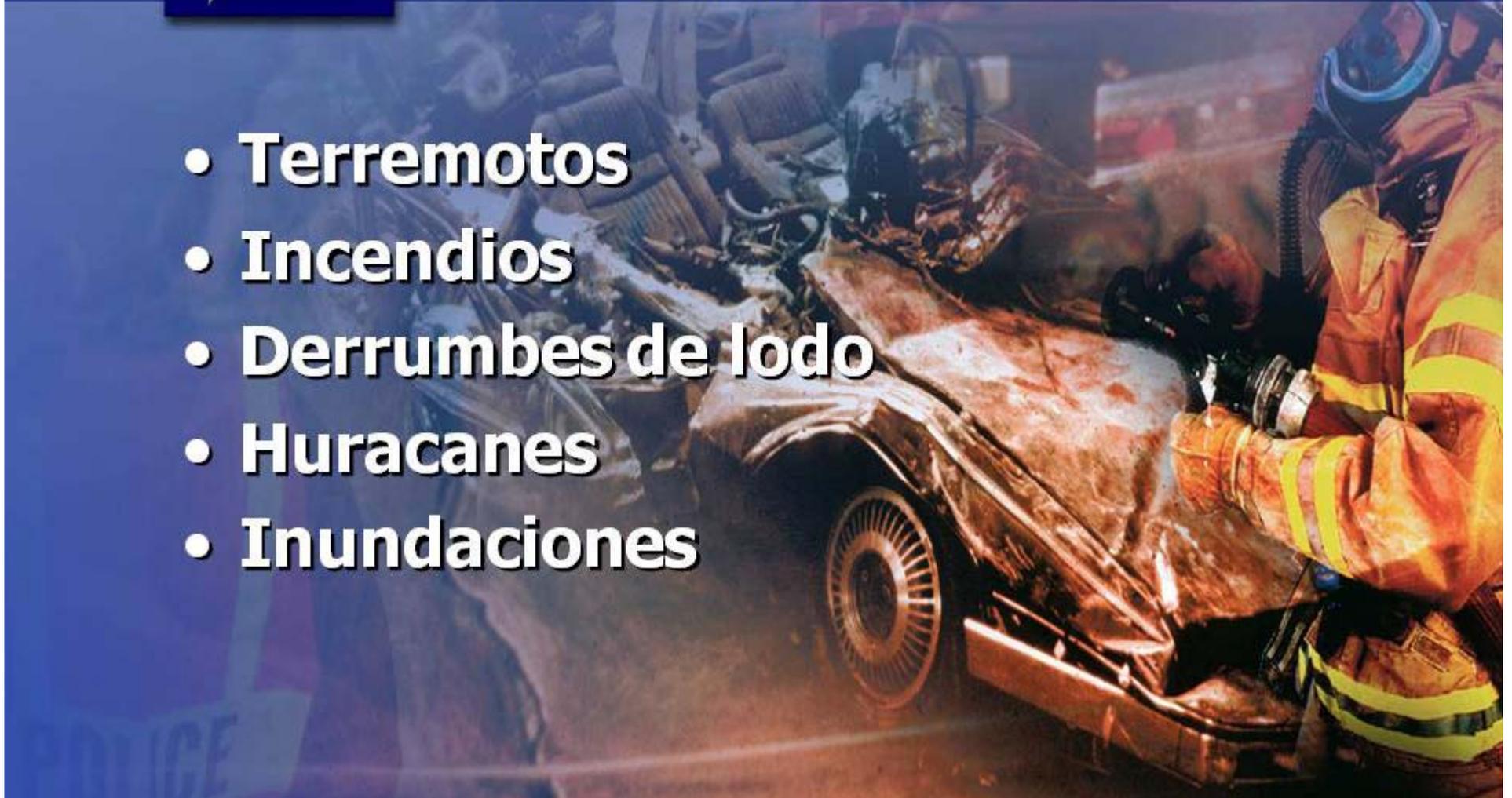
DESCARRILAMIENTOS DE TREN

- Aquí hay algunos ejemplos de situaciones de emergencia que pueden ocurrir.

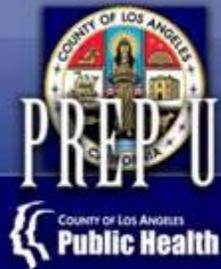


DESASTRES NATURALES

- Terremotos
- Incendios
- Derrumbes de lodo
- Huracanes
- Inundaciones



- Estos son ejemplos de desastres naturales que pueden ocurrir en el Sur de California.



DESASTRES CAUSADOS POR EL HOMBRE

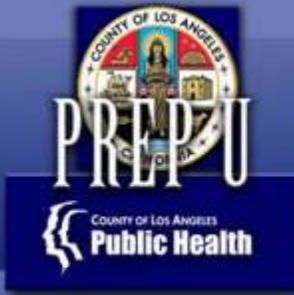
No intencionales

- **Accidente químico**
- **Derrame de petróleo**
- **Corte de servicio público**

Intencionales

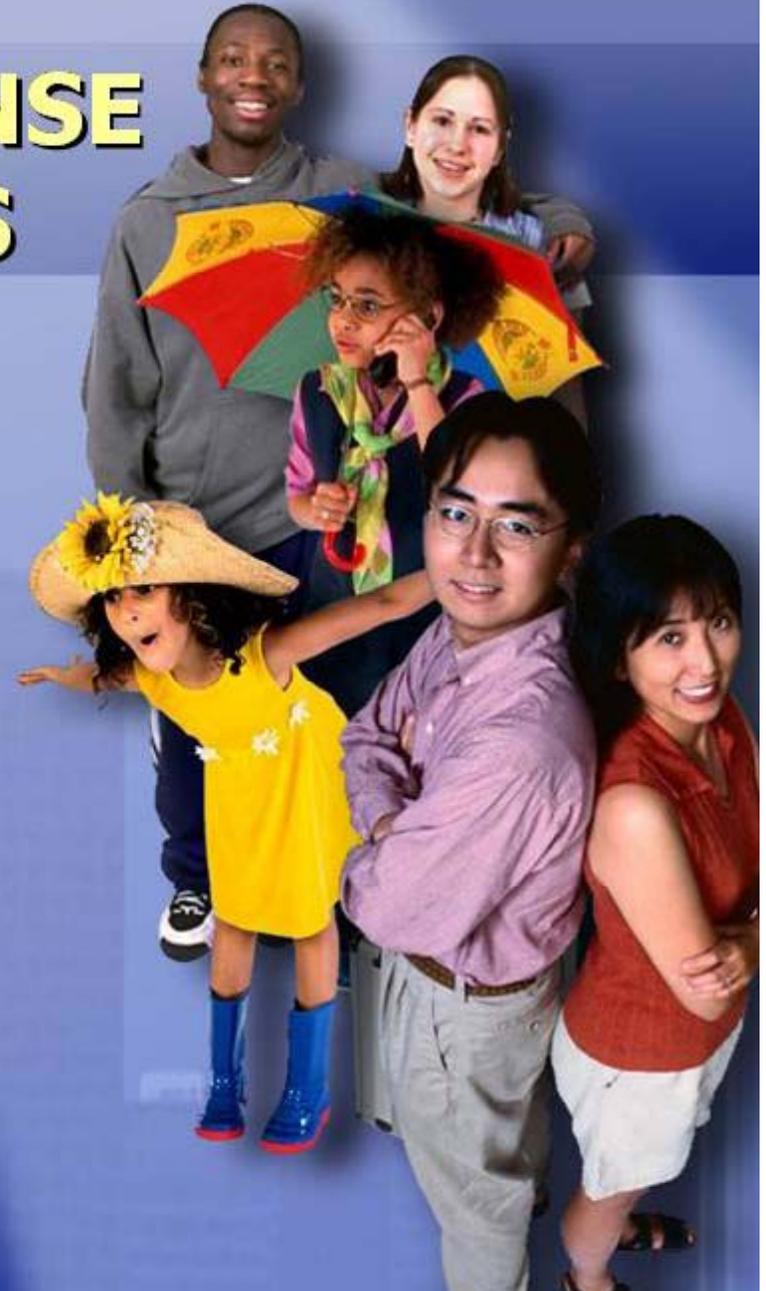
- **Terrorismo**
- **Crimen o delitos**
- **Disturbios civiles**

- Existen dos tipos de desastres causados por el hombre: no intencionales e intencionales.
- Los desastres no intencionales son en general accidentes tales como un derrame de sustancias químicas o petróleo.
- Los desastres intencionales son diseñados para causar daño, como por ejemplo un acto de terrorismo o los disturbios civiles.



PREPÁRENSE JUNTOS

- **Usted y su familia**
- **Su vecindario**
- **Su comunidad**



- *Lea* la diapositiva.
- La preparación para emergencias afecta a tres tipos de relaciones: la de uno mismo con su familia, la del vecindario y la de la comunidad.



PRIMERO LA FAMILIA

**¿A quiénes
considera su
FAMILIA?**

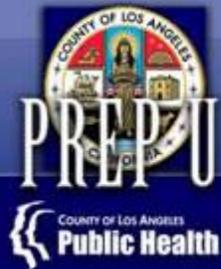


Lea la pregunta:

- ¿A quiénes considera su FAMILIA?

Pídales a los participantes que respondan a esta pregunta:

- ¿Alguien puede responder a esta pregunta?

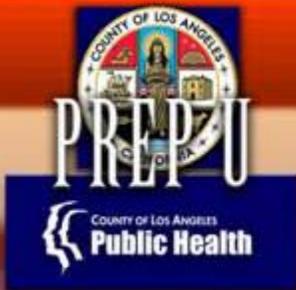


PREPARE A SU FAMILIA

- ✓ Plan de comunicación
 - ✓ Planes escolares
 - ✓ Lugares de reunión
 - ✓ Procedimientos de evacuación
 - ✓ Plan de seguridad en el hogar
 - ✓ Qué papel va a jugar cada miembro de la familia
 - ✓ Equipo de provisiones de emergencia
 - ✓ Cómo obtener ayuda
-

Veamos una lista de cosas que debe hacer para preparar a su familia

- En primer lugar, debe tener un plan de comunicación. Guarde o coloque el plan en un lugar a mano, como en su cartera, bolso o automóvil.
- Luego debe establecer lugares de reunión para su familia por si llegan a estar separados en el momento de la emergencia.
- Necesita tener un plan de evacuación para salir de su casa y para salir de su vecindario. (El plan debe servir para la población con necesidades especiales (SNP, por sus siglas en inglés). Por ejemplo: personas con discapacidades, ancianos y niños.)
- ¿Cómo obtendrá ayuda en caso de una emergencia real?
- ¿Cuáles son los papeles y responsabilidades de cada miembro de la familia en la preparación para un desastre?
- Hablaremos de ESTOS temas importantes en estas sesiones.



PLAN DE COMUNICACIÓN

CASA

TRABAJO

ESCUELA

COMPRAS

EN LA RUTA

FUERA DE LA CIUDAD

ACONTECIMIENTO



¿Dónde estará cuando ocurra el desastre?

- Considere todos los lugares donde pueden estar los miembros de su familia en un momento dado.
- ¿Cuál es el itinerario diario? ¿Cuánto tiempo al día pasan ...trabajando? viajando? en casa? en otro lugar?
- ¿Cómo cambiaría su plan a lo largo del día?
- ¿Cómo cambiaría su plan si usted fuera una persona con una discapacidad?
- **ACTIVIDAD:** Sepárense en grupos de dos. Preséntese a su vecino y hable de lo que debe considerarse para el plan durante diferentes horarios del día.



PLAN DE COMUNICACIÓN

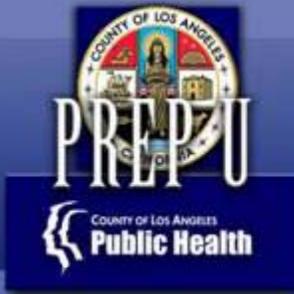
DETERMINE:

- La persona de contacto de su familia
- Número de teléfono principal (localmente)
- Número de teléfono alternativo (fuera del estado)



¿Cómo se comunicará con su familia?

- Haga una reunión de familia y hable de:
- ¿A quién llamarían todos? – Necesita establecer un punto de contacto central para que todos le hagan saber dónde se encuentran.
- Recuerde: Lo más probable es que los teléfonos celulares no funcionen. Asegúrese de tener una lista escrita de números y acceso a una línea telefónica fija común.
- Establezca un número de contacto local y un contacto de familia fuera del estado.

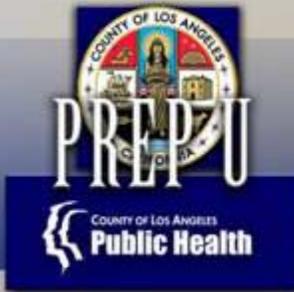


PLANES ESCOLARES

- **Conozca el plan de la escuela**
- **Mantenga actualizada la información de contacto**
- **Conozca el procedimiento usado para dejar salir al niño de la escuela con un adulto**
- **Hable con sus hijos y sus proveedores de cuidado**



- *Lea la diapositiva.*
- Asegúrese de que la escuela tenga su información de contacto actualizada.
- Sepa qué autorización se necesita para que su hijo pueda salir de la escuela con un miembro de su familia o amigo.
- **SIEMPRE** debe hablar de este tema con sus hijos.
- Toda escuela tiene un plan.
- Todos los proveedores de cuidado de sus hijos deben conocer su plan.

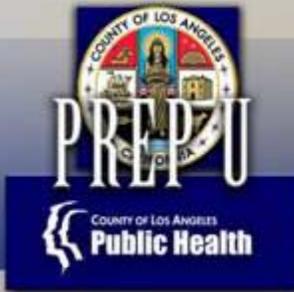


LUGARES DE REUNIÓN

- **Identifique lugares de reunión alternativos.**
- **Establezca *cuándo* iría allí.**
- **Qué se debe hacer si no se puede llegar allí**

Durante la reunión de familia hable de los lugares de reunión:

- Lugares de reunión alternativos dependiendo de la emergencia.
- Ejemplos de lugares de reunión:
 - Quedarse en la escuela
 - Encontrarse en la iglesia
- Cuándo se debe ir allí.
- Qué se debe hacer si no se puede llegar allí – Lugares de reunión alternativos.

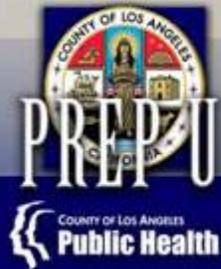


LUGARES DE REUNIÓN SUGERIDOS

Afuera de su casa

- En el jardín frente a la casa
- En el jardín del vecino

- *Lea la diapositiva.*
- En caso de emergencia, recuerde tener un lugar de reunión que esté justo afuera de su casa. Puede ser su propio jardín frente a la casa, o si es necesario, otro lugar cercano, como la casa de un vecino.



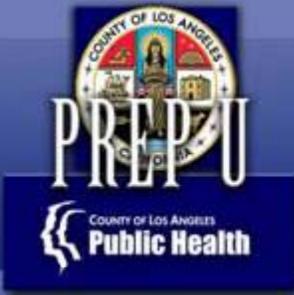
LUGARES DE REUNIÓN SUGERIDOS

Lejos de su casa

(en caso de evacuación)

- **Lugares de adoración tales como iglesias/templos/organizaciones basadas en la fe**
- **Parque**
- **Escuela**
- **Vaya allí**

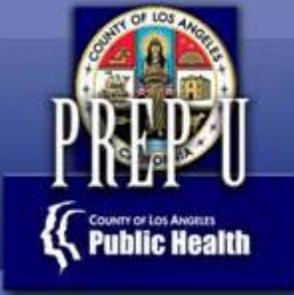
- *Lea la diapositiva.*
- Además de tener lugares de reunión establecidos cerca de casa, debe tener un lugar de reunión lejos de la casa si por alguna razón los miembros de la familia no pueden ir o llegar hasta la casa.



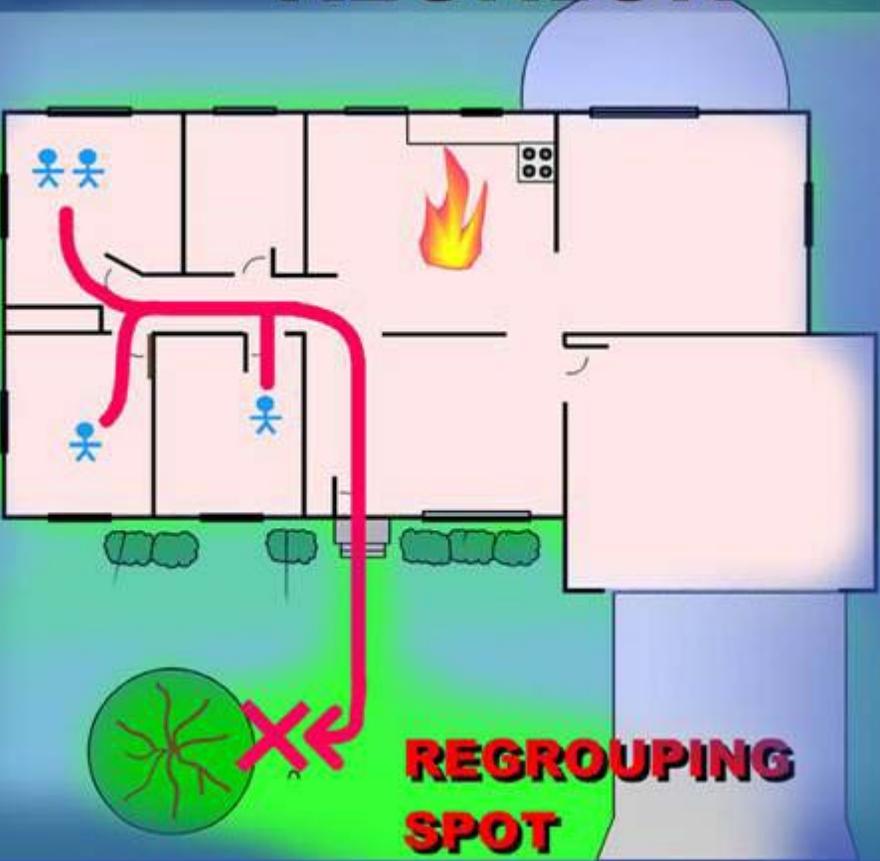
PROCEDIMIENTO PARA EVACUAR EL HOGAR



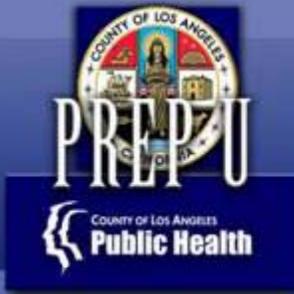
- *Lea la diapositiva.*
- **Éste es un ejemplo de procedimientos para evacuar la casa. Cada casa debe tener por lo menos dos maneras de salir de ella.**
- **Además, si la casa tiene rejas en las ventanas, debe haber un dispositivo de escape en la ventana para poder salir de la casa en caso de emergencia.**
- **Debe haber una escalera de incendio disponible para quienes viven en el segundo piso o más arriba.**
- **Además, se deben diseñar planes de evacuación para quienes tienen necesidades especiales, tales como las personas con discapacidades, los ancianos y los niños.**
- **Asegúrese de que los pasillos estén libres de obstáculos.**
- **Asegúrese de que las rutas de evacuación no puedan quedar bloqueadas por objetos que caen.**



LUGAR DE REUNIÓN



- *Lea la diapositiva.*
- También debe haber un lugar de reunión establecido afuera de la casa donde la familia se puede reunir después de un desastre.



**SI SE VE OBLIGADO A
EVACUAR....**

**¿Qué desea llevar con
usted?**

¡Planee con anticipación!

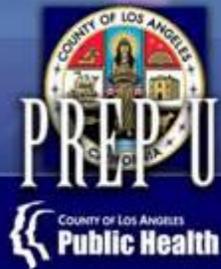


Además de determinar dónde reunirse, debe decidir qué se llevará consigo.

¡Recuerde, en un incendio, concéntrese SÓLO en salvar a toda su familia!

Le mostraremos una lista de provisiones que debe almacenar, pero aparte de esas provisiones ¿qué cosas de valor se llevaría consigo en caso de emergencia? ¿Están a la mano estas cosas?

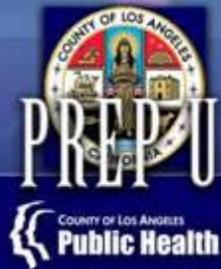
Recuerde: Puede ser que su tiempo y espacio sean limitados. La prioridad debe ser asegurarse de que todos estén a salvo. Los artículos pueden tener un valor sentimental y/o monetario.



SEGURIDAD EN EL HOGAR

- **Actualice su casa, su oficina y otros edificios.**
- **Asegure los muebles que pueden caerse, los calentadores de agua, los televisores y otros artículos con tiras especiales.**

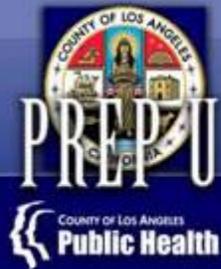
- *Lea la diapositiva.*
- Es importante reforzar o mejorar la calidad de las casas y/o edificios de oficina y su capacidad de soportar un desastre.
- Además, es importante asegurar objetos tales como los televisores o calentadores de agua, ya que pueden caerse en caso de un desastre tal como un terremoto.



SEGURIDAD EN EL HOGAR

- **Asegure todos los gabinetes con albadillas.**
- **Asegure los objetos pequeños y valiosos con masilla para terremotos.**
- **Empiece esta noche misma a mover los objetos pesados a lugares más bajos.**

- *Lea la diapositiva.*
- Los gabinetes deben estar asegurados con albadillas en caso de que los artículos que contienen se muevan en un incidente tal como un terremoto.
- Los objetos pequeños deben asegurarse con masilla para terremotos.
- Asegúrese de mover los objetos pesados a niveles más bajos lo antes posible. Los objetos tales como los televisores y estéreos pueden caerse en un terremoto o en otro desastre.

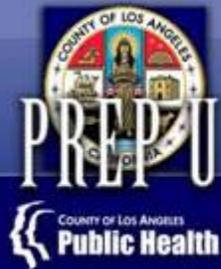


PRACTIQUE Y MANTENGA AL DÍA SU PLAN FAMILIAR

Por lo menos cada seis (6) meses:

- **Revise los planes de comunicación.**
- **Hable con sus hijos.**
- **Realice ejercicios de práctica en su hogar (evacuación e incendio)**

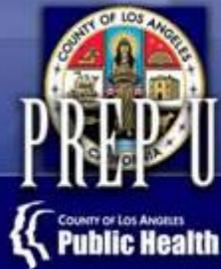
- Una vez que haya un plan establecido, es importante practicar cómo lo implementarán usted y su familia si llegase a ocurrir un desastre.
- Tómele prueba a sus hijos cada seis meses o más seguido. (¡Dependiendo de la capacidad de atención de sus hijos!)
- Realice ejercicios de evacuación.
- Utilice el cambio de horario cada primavera y otoño como recordatorio para hacerlo.



FIJE UNA FECHA EN SU CALENDARIO

- **Actualizar plan de comunicación**
- **Reemplazar el agua y la comida almacenadas y las provisiones con fecha de vencimiento en el equipo de emergencia cada seis (6) meses**
- **Probar los detectores de incendios y recargar su extinguidor de incendios**

- *Lea la diapositiva.*
- Asegúrese de actualizar su plan de comunicación según sea necesario.
- Reemplace la comida, el agua y los demás artículos que puedan vencerse cada seis meses. Planifique hacerlo cuando ocurra el cambio de horario en primavera y en otoño.
- Asegúrese de probar sus extinguidores y detectores de incendios para comprobar que funcionan bien.

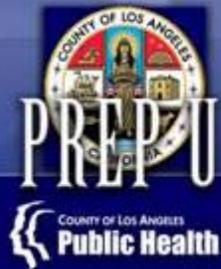


LOS PAPELES DE CADA MIEMBRO DE LA FAMILIA

- **Aprenda cómo cortar o cerrar los servicios públicos.**
- **Sepa cómo usar los extinguidores de incendio.**
- **Desarrolle un plan de evacuación para mascotas y animales de servicio.**
- **Prepare un equipo de provisiones de emergencia.**



- *Lea la diapositiva.*
- Los miembros de la familia deben aprender cómo cerrar o cortar los servicios públicos y usar extinguidores de incendio. Mantenga las herramientas en un lugar accesible.
- Si tiene una discapacidad, muéstrele a su vecino o a otra persona cómo apagar los servicios públicos y utilizar el extinguidor de incendios.
- Se debe establecer un plan para evacuar a las mascotas.
- Es importante preparar un equipo de provisiones de emergencia.



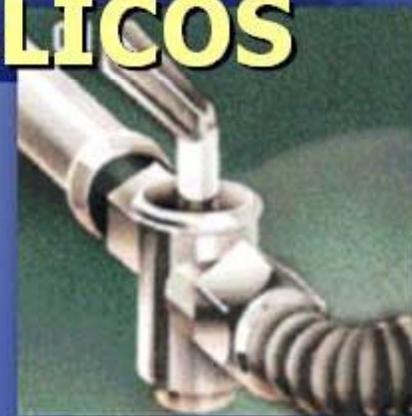
CÓMO APAGAR LOS SERVICIOS PÚBLICOS

Válvula para apagar los electrodomésticos de gas

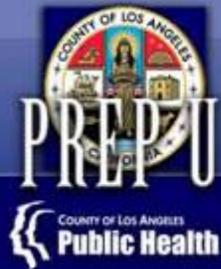
Para cortar el gas en el electrodoméstico, haga girar la válvula un cuarto de vuelta.

Válvula para cortar el servicio de gas

Para cerrar la válvula de gas general, use una llave de 12 a 15 pulgadas o llave inglesa ajustable y haga girar la válvula un cuarto de vuelta en cualquier dirección.

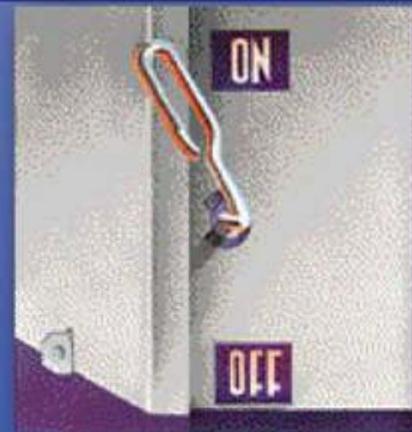


- **Muy bien. Ahora usted y su familia están a salvo. ¿Qué puede hacer ahora para poner a salvo su hogar?**
- ***Lea la diapositiva.***
- **¿Sabe usted dónde cerrar los servicios públicos en su hogar? En caso de emergencia ¿qué tiene organizado el dueño de la propiedad?**
- **Si los participantes necesitan más información, pueden comunicarse con su compañía local de servicios públicos.**
- **Recuerde que para cerrar la válvula de gas general se necesita una llave de 12-15 pulgadas o una llave ajustable.**



CÓMO CORTAR LA ELECTRICIDAD

Sepa dónde está el interruptor eléctrico principal de su casa para cortar rápidamente el abastecimiento eléctrico a toda su casa en caso de emergencia.

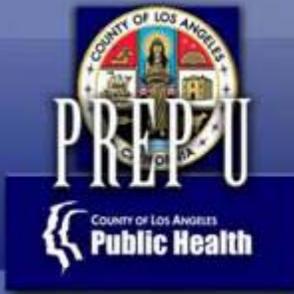


Sepa cómo volver a encender un cortacircuito

Después de apagar o desenchufar los artefactos eléctricos que están conectados al circuito, empuje firmemente el interruptor para colocarlo en la posición "off" (apagado) y luego vuelva a encenderlo.



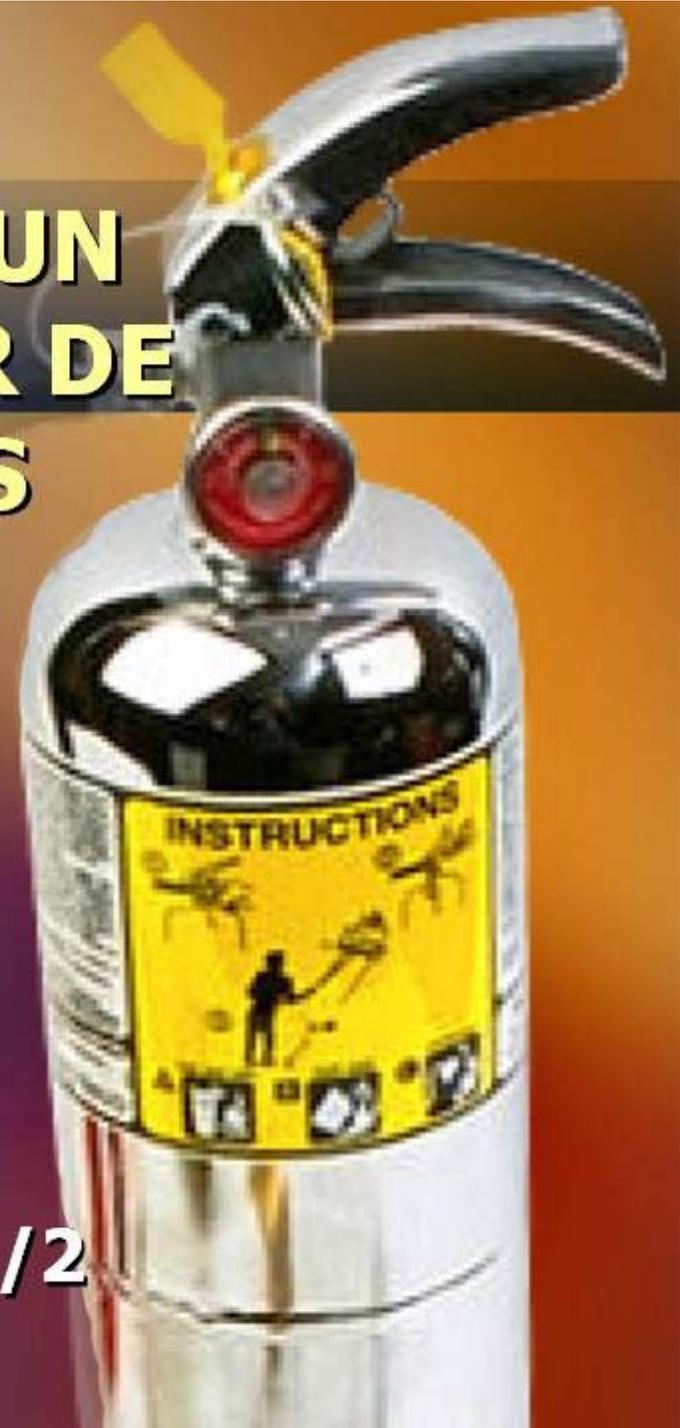
- *Lea la diapositiva.*
- Es importante saber con anticipación dónde está ubicado el interruptor eléctrico principal para cortar la electricidad rápidamente.
- También, para encender un cortacircuitos, coloque el interruptor en posición "off" (apagada) y luego vuelva a encenderlo.
- En general se puede cortar el agua cerrando una llave ubicada afuera de la residencia.



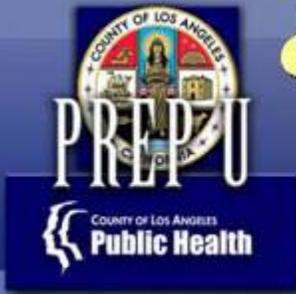
CÓMO USAR UN EXTINGUIDOR DE INCENDIOS

- P – Quite el pin**
- A – Apunte a la base del
fuego**
- P – Presione la manivela**
- U – Utilice movimientos
de barrido de lado a
lado**

**Usando chorros cortos de 1/2
a 1 segundo cada uno**



- ¿Tiene usted un extinguidor de incendios?
¿Sabe dónde está? La mayoría de los extinguidores modernos vienen codificados para ser usados con todo tipo de incendio (A, B y C). Vea de qué tipo es el suyo. Los participantes deben comunicarse con su departamento de bomberos local para obtener más información.
- *Lea la diapositiva.*

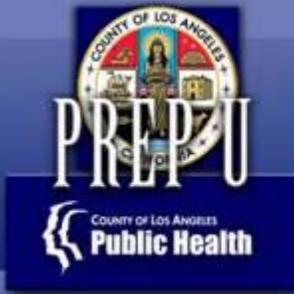


¿QUÉ HAY EN UN EQUIPO DE PROVISIONES DE EMERGENCIA?

- Casa
- Trabajo
- Escuela
- Automóvil



- *Lea la diapositiva.*
- Se debe preparar un equipo de emergencia para cada uno de los lugares mencionados, porque los equipos están diseñados para un lugar distinto de acuerdo a sus necesidades específicas.
- Recuerde, las emergencias pueden ocurrir en cualquier lugar.

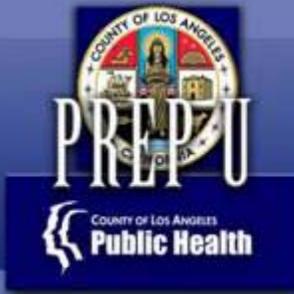


10 ARTÍCULOS ESENCIALES PARA SU EQUIPO DE EMERGENCIA

1. Agua
2. Comida
3. Equipo de primeros auxilios
4. Linternas
5. Radio
6. Medicamentos



- *Lea la diapositiva.*
- Se hablará en detalle de cada uno de estos 10 artículos.

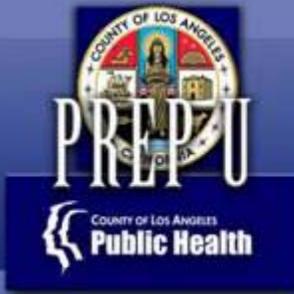


10 ARTÍCULOS ESENCIALES PARA SU EQUIPO DE EMERGENCIA

7. Dinero en efectivo y documentos importantes
8. Ropa y zapatos resistentes
9. Herramientas
10. Provisiones de sanidad e higiene



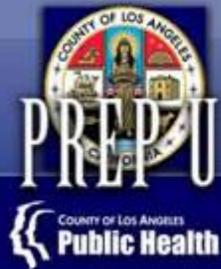
- *Lea la diapositiva.*
- Hablaremos de las provisiones especiales necesarias para los niños y bebés, ancianos, personas con discapacidades y sus animales de servicio o las mascotas al preparar estos equipos de emergencia.



PROVISIONES PARA POR LO MENOS 3 a 7 días o más



- *Lea la diapositiva.*
- Originalmente se sugería preparar provisiones sólo para 3 días, pero ahora se recomienda a la gente tener provisiones suficientes para hasta 7 días.



EQUIPO DE EMERGENCIA

1. Agua –

Un (1) galón/persona por día

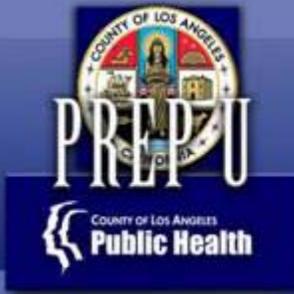
2. Comida –

Comidas con altas calorías, enlatadas, deshidratadas en polvo

- ✓ Recuerde a sus mascotas
- ✓ Abrelatas manual



- *Lea la diapositiva.*
- **Se recomienda que el equipo de emergencia contenga 1 galón de agua por persona por día. Esto es porque el agua no sólo se usa para beber sino también para lavarse los dientes, cocinar, etcétera.**
- **¡No olvide tener agua y comida para sus animales!**
- **Si una familia desea almacenar agua en lugares tales como la bañera, se pueden utilizar tabletas de cloro (blanqueador) o se pueden agregar unas pocas gotas de cloro (blanqueador) para purificar el agua.**
- **Es esencial tener artículos comestibles no perecederos tales como frutas secas, comida enlatada y barras nutritivas (como las que comen los deportistas). También es buena idea almacenar comidas que “nos hacen sentir bien”, en especial para los niños, para ayudarlos a sobrellevar la situación.**
- **Aunque hervir el agua es el mejor método para matar la bacteria y purificar el agua, también se puede usar cloro o blanqueador. Después de dejar que se asiente el agua, agregue 2 gotas de cloro o blanqueador por cada litro de agua, y 8 gotas de cloro o blanqueador por galón de agua.**



EQUIPO DE EMERGENCIA

3. Equipo de primeros auxilios

4. Linternas

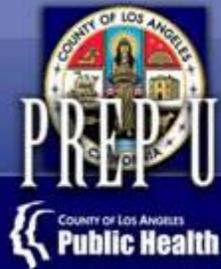
✓ **Con baterías extra**

5. Radio

✓ **Con baterías extra**



- *Lea la diapositiva.*
- Se necesita un equipo de primeros auxilios para las lesiones o lastimaduras menores.
- Asegúrese de tener linternas con baterías demás a la mano.
- Se debe tener una radio con baterías de más a la mano porque lo más probable es que no haya electricidad.
- También hay linternas y radios que funcionan a mano con manivela.



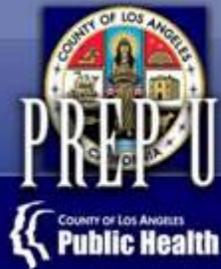
EQUIPO DE EMERGENCIA

6. Medicamentos

- ✓ De venta libre
- ✓ De venta bajo receta
- ✓ Lista de medicamentos para cada miembro de la familia
- ✓ Anteojos o gafas de repuesto



- *Lea la diapositiva.*
- **Es importante tener un abastecimiento de medicamentos de venta libre y de venta bajo receta. Por favor comuníquese con su proveedor de cuidado de la salud para obtener una provisión adicional de medicamentos de venta bajo receta.**
- **También es importante tener a mano una lista de todos los medicamentos, no sólo para pedir más cuando se acaben, sino también para informarles a los trabajadores de rescate o médicos sobre el estado médico de la persona.**
- **También es importante tener un par de anteojos o gafas de repuesto para poder ver y leer.**



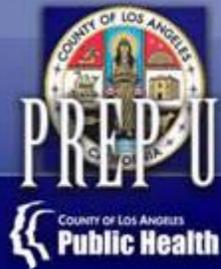
EQUIPO DE EMERGENCIA

7. Dinero en efectivo y documentos importantes

- ✓ Billetes chicos y monedas
- ✓ Copias de la tarjeta médica y de seguro y partidas de nacimiento
- ✓ Fotos de los miembros de la familia
- ✓ Números de teléfono



- *Lea la diapositiva.*
- Asegúrese de tener a la mano suficientes monedas y billetes de \$1, \$5 y \$10.
- Guarde copias de la tarjeta médica y de seguro y de los certificados de nacimiento.
- Tenga a la mano fotos de los miembros de la familia por si necesita encontrarlos y reunirse con ellos.
- Tenga a la mano una pequeña lista con números de teléfono de emergencia ya que tal vez no pueda acceder a ellos en su teléfono celular.



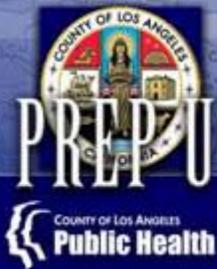
EQUIPO DE EMERGENCIA

8. Ropa y zapatos resistentes para caminar

- ✓ Cobijas/bolsas de dormir, por si tiene que evacuar su hogar



- *Lea la diapositiva.*
- Tenga un cambio de ropa y zapatos resistentes para caminar. ¿Cuántos de ustedes podrían volver caminando a casa con los zapatos que llevan puestos hoy día?

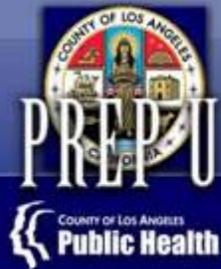


EQUIPO DE EMERGENCIA

9. Herramientas :

- ✓ Llave ajustable para el gas/agua
- ✓ Destornillador y palanca de hierro
- ✓ Cinta para pegar
- ✓ Hojas o láminas de plástico
- ✓ Cuerda
- ✓ Cuchillo
- ✓ Mapas de rutas

- *Lea la diapositiva.*
- Es esencial tener un juego de herramientas básicas en el equipo de provisiones de emergencia.
- Recuerde que necesita una llave ajustable para gas/agua para cortar o cerrar los servicios públicos.
- Se pueden usar láminas de plástico para cerrar puertas o ventanas cuando tenga que resguardarse en el lugar donde está.
- Es especialmente importante tener mapas de las rutas cuando tiene que evacuar.



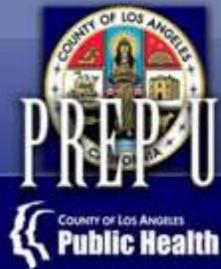
EQUIPO DE EMERGENCIA

9. Herramientas (continuación)

- ✓ Fósforos a prueba de agua
- ✓ Llave ajustable
- ✓ Guantes de trabajo
- ✓ Silbato
- ✓ Extinguidor de incendios para su casa



- *Lea la diapositiva.*
- Es especialmente importante tener fósforos a prueba de agua para casos de inundación, por ejemplo el huracán Katrina.
- También es importante tener un extinguidor de incendios en el hogar. (Vea la diapositiva que explica el método P.A.P.U.).



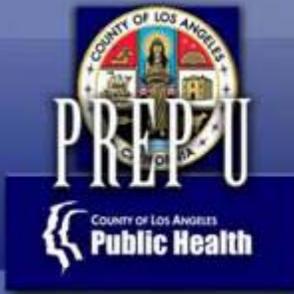
EQUIPO DE EMERGENCIA

10. Provisiones de sanidad e higiene

- ✓ **Papel higiénico / toallas de papel**
- ✓ **Bolsas de basura de plástico**
- ✓ **Gel desinfectante para manos / paños húmedos de bebé**
- ✓ **Pañales y productos de higiene femenina**



- *Lea la diapositiva.*
- Las toallas de papel y el papel higiénico se necesitan para las mismas funciones en una emergencia.
- Se pueden usar las bolsas de plástico no sólo para la basura sino también como inodoro de emergencia.



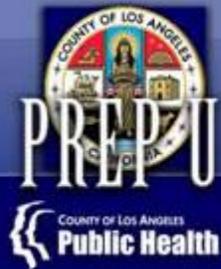
EQUIPO DE EMERGENCIA

Provisiones para:

- ✓ **Bebés**
- ✓ **Ancianos**
- ✓ **Personas con discapacidades**
- ✓ **Mascotas**



- *Lea la diapositiva.*
- **Uno de los principales problemas que pueden enfrentar los ancianos y las personas con discapacidades es la dificultad de acceso. Es por esto que puede ser muy útil una escalera de incendio.**
- **También, es importante cuidar a las mascotas proveyéndoles el alimento y atención médica que necesiten.**
- **En una situación de emergencia, los niños necesitan sentir que todo está bajo control. Inclúyalos en la planificación para emergencias. Además, también puede ser útil tener a mano un juguete o alimento que los haga sentir bien.**

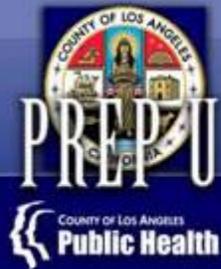


DÓNDE GUARDAR LAS PROVISIONES

- **Mochila, bote de basura, bote de plástico, etc.**
- **Colóquelas en un lugar donde pueda acceder a ellas rápidamente.**
- **Aléjelas del calentador de agua, la secadora a gas, etc.**
- **Cerca de las salidas**

EXIT

- *Lea la diapositiva.*
- Hable sobre dónde guardar estos equipos de emergencia. Recuerde, es posible que tenga que transportar los artículos.
- Manténgalos alejados del calentador de agua o la secadora para evitar dañarlos.
- Deben estar en un área accesible, preferentemente cerca de una salida.

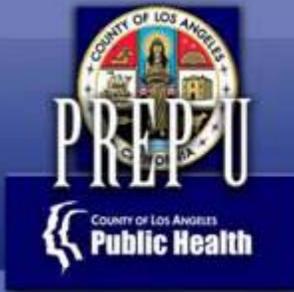


CÓMO PREPARAR SU AUTOMÓVIL

- **Mantenga el tanque de gas por lo menos medio lleno todo el tiempo**
- **Copia del plan de comunicación familiar**
- **Neumático de repuesto**
- **Agua y comida**
- **Equipo de primeros auxilios**
- **Ropa abrigada/cobija**

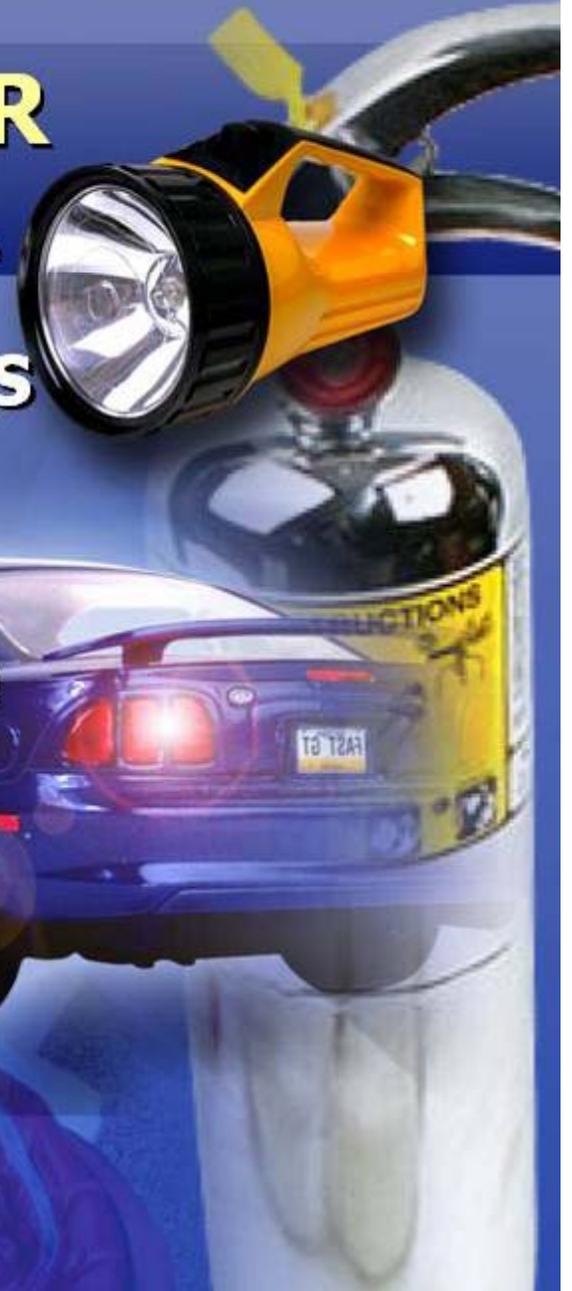


- *Lea la diapositiva.*
- Asegúrese de mantener su tanque de combustible por lo menos lleno hasta la mitad.
- Guarde una copia del plan de comunicación de la familia. Siempre debe tener a mano un neumático de repuesto. Asegúrese de reemplazarlo si se le pincha un neumático.
- Tenga a mano provisiones de comida y agua.
- Tenga a mano un equipo de primeros auxilios.
- Ropa abrigada/manta

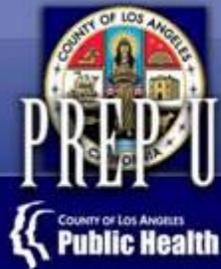


CÓMO PREPARAR SU AUTOMÓVIL

- Extinguidor de incendios
- Reflectores o luces intermitentes
- Medicamentos y lista de medicamentos
- Linterna
- Copia de documentos importantes



- *Lea la diapositiva.*
- Además, tenga un extinguidor de incendios en su automóvil.
- Los reflectores o luces intermitentes pueden ser útiles para hacer que su automóvil sea visible en una emergencia.
- Asegúrese de tener los números de teléfono importantes a mano.
- Guarde copias de los documentos importantes.

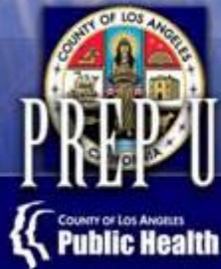


EQUIPO PERSONAL PARA EL TRABAJO

- Agua
- Comida / bocadillos
- Medicamentos
- Zapatos resistentes
- Linterna



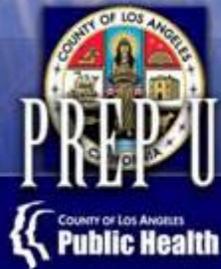
- *Lea la diapositiva.*
- Aunque el botiquín del trabajo es más pequeño, hay ciertos artículos que son esenciales. Tener agua, por ejemplo, todavía es importante.
- También es importante tener una pequeña provisión de comida/bocadillos.
- Es importante tener una provisión de medicamentos, en especial si tiene que quedarse en su edificio de oficinas por un tiempo.
- Tenga a mano una linterna con baterías de repuesto. También se pueden usar linternas que funcionan a mano con manivela.



IDENTIFIQUE LOS PELIGROS EN EL TRABAJO

- **Muebles de archivo y estanterías**
- **Máquinas copiadoras y de fax**
- **Computadoras y artículos colocados sobre la mesa**
- **Televisores y otros electrónicos**
- **Cuadros en la pared**
- **Ventanas**

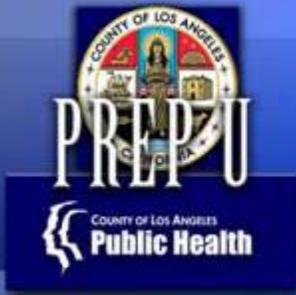
- *Lea la diapositiva.*
- Varios de estos artículos son grandes, pero no están anclados, así que pueden caerse con facilidad.
- Las cosas que pueden caerse, como un archivo o televisor, deben anclarse o estar en lugares que no bloqueen el paso en la oficina.



IDENTIFIQUE LOS PELIGROS EN EL TRABAJO

- **Área de cocina para empleados con refrigerador y microondas**
- **Equipo diverso, armarios y estantes**
- **Artefactos de gas, calentador de agua y llave principal de gas**
- **Ubicación de pinturas y sustancias químicas tóxicas**

- *Lea la diapositiva.*
- **Asegúrese de anclar los artículos que pueden caerse, tales como el refrigerador y el microondas.**
- **Además, asegure los artículos diversos tales como los armarios y estantes.**
- **Asegure los electrodomésticos de gas, los calentadores de agua y la llave principal de gas.**
- **Conozca la ubicación de las pinturas y las sustancias químicas tóxicas.**

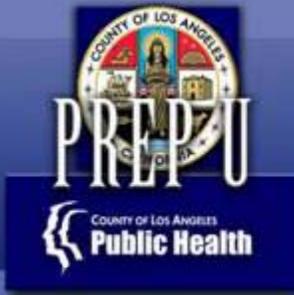


SI TIENE QUE REFUGIARSE DONDE ESTÁ...

**Un método para
mantener el aire
contaminado fuera
de su casa**



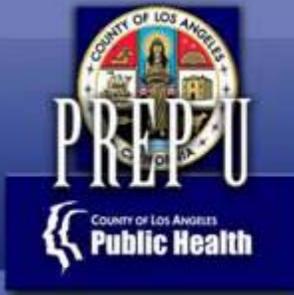
- Pregunte: ¿Qué es refugiarse en el lugar?
- Respuesta: Un método para mantener el aire contaminado fuera de su casa.
- Éste se usa SÓLO si las autoridades le piden que se quede en su casa.
- También es importante escuchar los informes en la radio y televisión.
- *Lea la diapositiva.*



SI TIENE QUE REFUGIARSE DONDE ESTÁ...

- **Cierre y trabe todas las ventanas y puertas.**
- **Apague los ventiladores y sistemas de aire acondicionado.**
- **Planee tener suficientes provisiones de emergencia en casa para por lo menos 3-7 días.**

- *Lea la diapositiva.*
- Cuando tenga que refugiarse en el lugar donde está, asegúrese de cerrar y trabar todas las puertas y cerrar las ventanas.
- Apague los ventiladores y sistemas de aire acondicionado para que el aire externo no entre en la casa.
- Cuando se refugie en el lugar donde está, planifique tener suficientes provisiones para 3-7 días.



SI TIENE QUE REFUGIARSE DONDE ESTÁ...

- **Cierre la ventilación de la chimenea.**
- **Trasládese a una habitación interior que no tenga ventanas.**
- **Selle los espacios alrededor de las puertas y ventanas con cinta adhesiva.**

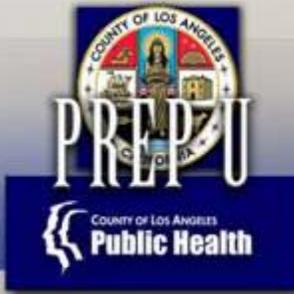
- *Lea la diapositiva.*
- Asegúrese de cerrar la ventilación de la chimenea.
- Trasládese a una habitación interior que no tiene ventanas para evitar exponerse al aire que pueda entrar.
- Selle los espacios con velcro o cinta.



CÓMO OBTENER AYUDA

- **911 y otros números de teléfono de emergencia incluyendo la policía y bomberos LOCALES**
- **Marcar 911 desde un teléfono celular comunica con la patrulla de caminos, no con la policía LOCAL.**
- **Agregue el número de policía LOCAL a su teléfono celular**

- *Lea la diapositiva.*
- Durante la reunión de familia, asegúrese de que todo el mundo sepa cómo obtener ayuda.
- Recuerde, quienes responden primero son los que están ubicados físicamente más cerca. Pero en el caso de una emergencia sepa:
 - Cuando llamar al 911, y,
 - Sepa los números locales de la policía y los bomberos. A veces es más rápido llamar al número directo.
 - Además del 911, la patrulla de caminos de California tiene un número 800, 1-800-TELL-CHP, que pueden usar los usuarios de teléfonos celulares si el 911 está ocupado.

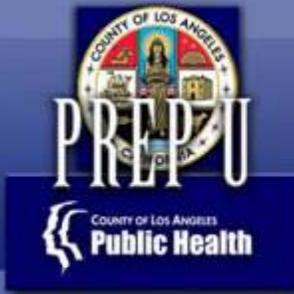


CÓMO LLAMAR AL 9-1-1

- **¡Llame al 9-1-1 SÓLO en casos emergencia!**
 - **Alguien está lastimado y necesita ayuda**
 - **Ve fuego o huele humo**
 - **Ve a alguien que quebranta la ley, como por ejemplo robar o lastimar a otra persona**
- **Si llama al 9-1-1 por accidente, ¡POR FAVOR NO CUELGUE!**

Hable del uso apropiado del 9-1-1

- **Enséñeles a los niños cómo llamar al 9-1-1.**
- **Nota: Un estudio reciente demostró que los niños pequeños confunden el 9-1-1 con 9-11 (cuando se habla del 11 de septiembre de 2001).**
- **Cuando les esté enseñando a los niños, refiérase a buscar ayuda como 9-1-1 y al evento como el 11 de septiembre.**



CÓMO LLAMAR AL 2-1-1

El 211 es la línea de información del condado para casos que no son de emergencia.



- *Lea la diapositiva.*
- 211 es el número que se debe llamar para obtener información en casos que no son de emergencia.



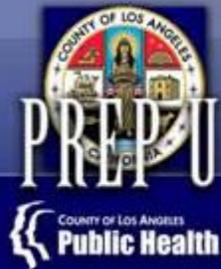
CONOZCA A SU VECINO

“...Alguien fue al lado y sacó a la persona que estaba en la silla de ruedas. Es necesario tener un sentido de comunidad y que los vecinos se cuiden mutuamente”.

Dr. Jonathan Fielding,
Director de Salud Pública y Agente de
Salubridad LA Times 28/09/05



- ¿Qué ha visto, leído u oído sobre vecinos que se ayudan mutuamente durante una emergencia?
- Las primeras personas en responder suelen ser las que están más cerca en el momento. Puede ser un vecino de al lado, o alguien en el asiento o vehículo de al lado. ¿Qué pueden hacer los vecindarios para prepararse?
- Piense quién en su vecindario puede necesitar su asistencia.



MITO/ DATO REAL

MITO

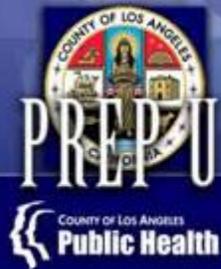
- Los desastres despiertan lo peor de las personas.

DATO REAL

- ...la mayoría de la gente responde espontánea y generosamente

Dr. Eric Joni, M.D., M.P.H

- *Lea la diapositiva.*
- En general, la gente se ayuda mutuamente en los desastres.

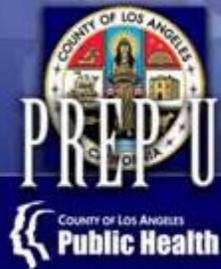


CONSEJOS PARA SU VECINDARIO

- **Vaya a sus vecinos y preséntese a sí mismo y a su familia.**
- **Consiga un mapa de su vecindario.**
- **Hable con el personal de emergencia local de su vecindario.**

COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health

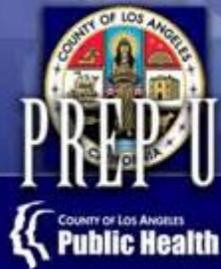
- *Lea la diapositiva.*
- Un mapa puede indicar dónde vive todo el mundo y cuáles son las salidas y entradas del vecindario.
- Las capacidades y equipo especial puede incluir experiencia médica, cuidado infantil, consejeros y mecánicos.
- Entre el equipo se puede incluir un generador.



CONSEJOS PARA SU VECINDARIO

- **Haga una lista de las capacidades de los vecinos y del equipo especial que pueden utilizarse en una emergencia.**
- **Prepare planes alternativos para los niños, ancianos y otras personas del vecindario que puedan tener necesidades especiales.**

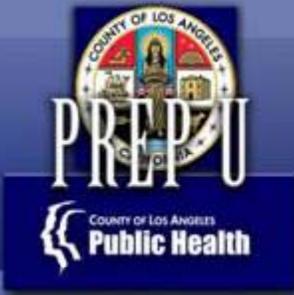
- *Lea la diapositiva.*
- Los vecinos pueden compartir sus planes, o crear planes vecinales juntos, o,
- Crear o participar en un grupo de vigilancia vecinal.
- Sepa dónde están sus vecinos que pueden necesitar su asistencia.



LOS VECINOS UNIDOS

- **Preparan un plan y trabajan juntos**
- **Reducen la ansiedad, las lesiones y los daños a la propiedad**
- **Reducen los peligros secundarios, tales como los incendios**
- **Mejoran muchísimo la recuperación del vecindario**

- *Lea la diapositiva.*
- Los vecinos deberían crear un plan de emergencia que tome en cuenta a todo el grupo.
- Esto puede reducir la ansiedad, las lesiones y los daños a la propiedad. También puede reducir los peligros secundarios, tales como los incendios.
- Puede mejorar muchísimo la recuperación del vecindario, porque todo el mundo trabaja solidariamente.

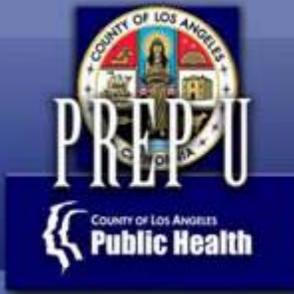


COMUNIDAD



COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health

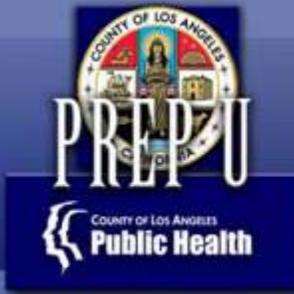
- Ahora que hemos cubierto cómo preparar a sus familias y a sus vecindarios, hablemos de la planificación que se está llevando a cabo en la comunidad de Los Ángeles.
- Para estar preparados a este nivel, todos debemos cumplir con nuestra parte y trabajar juntos.



PREPARÁNDOSE JUNTOS

**En el condado de Los Ángeles
viven más de 10 millones de
personas.**

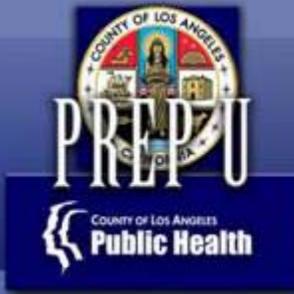
- El Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles es responsable de proteger la salud en nuestra comunidad.
- Hablaremos de los servicios que provee el condado de Los Ángeles.



¿QUÉ ESTÁ HACIENDO EL DEPARTAMENTO DE SALUD PÚBLICA?

- **Actualiza con regularidad su sitio www.labt.org con información y recursos.**
- **Desarrolla mensajes informativos para el público.**
- **Continuamente entrena a los empleados del Departamento de Salud Pública y a la comunidad para que sepan como responder en casos de emergencia.**

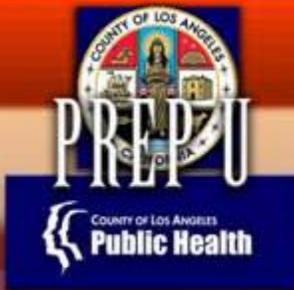
- *Lea la diapositiva.*
- Esto se hace supervisando cuidadosamente temas tales como la calidad del aire, las quejas relacionadas con salas de emergencia y las muertes inusuales.
- El Sistema de Comando para Incidentes (Incident Command System) es una estructura establecida para coordinar lo mejor posible a todo el personal que responde en casos de emergencia.



SEA UN VOLUNTARIO DE SALUD DURANTE UNA EMERGENCIA

- **Centro de voluntarios de Los Ángeles**
www.vcla.net
- **CERT: Equipo de Respuesta para Emergencias (Community Emergency Response Team)** www.citizencorps.gov/cert
- **Hospital / refugio local**
- **Iglesia / sinagoga / templo**
- **Programa de vigilancia vecinal**
- **Cruz Roja local**
- **Red de Emergencias de Los Ángeles (Emergency Network Los Angeles) (ENLA)**

- Lea sobre las agencias de la comunidad y su información de contacto. (Déle al público la oportunidad de copiar la información que haya.)



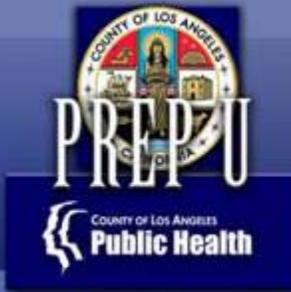
SITIO WEB Y LÍNEA ESPECIAL DE MÚLTIPLES IDIOMAS

- **1-866-999-LABT (5228):**

Línea telefónica especial con operadores que hablan múltiples lenguas y proveen información para estar preparado para casos de emergencia en 7 idiomas distintos y servicio de traducción de ATT para los demás idiomas.

Sitio Web: www.labt.org

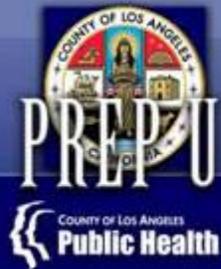
- *Lea la diapositiva.*
- Esto pone información a disposición de quienes hablan otros idiomas y ofrece la oportunidad de comunicarse y ser oído.
- Aunque el 1-866-999-LABT (5228) no ofrezca acceso al sistema TTY para los sordos y personas con problemas de audición, el 911, 311(Ciudad de LA), y el 211(Condado de LA) sí lo ofrecen.
- También lea la dirección de Web:
www.labt.org.



FOLLETOS EN 12 IDIOMAS

- **Tarjetas para la cartera**
- **Folletos para prepara planes de emergencia para la familia**
- **Folletos sobre equipos de provisiones de emergencia**
- **Plan de emergencia (para personas con discapacidades y problemas de movilidad)**
- **Guías para prepararse**

- *Lea la diapositiva.*
- Todos los materiales esenciales para estar preparado en una emergencia, incluyendo aquellos que le muestran cómo preparar un equipo de provisiones de emergencia, están disponibles en 12 idiomas.



RECURSOS LOCALES

- **Condado de Los Ángeles: Marque 211**
- **Ciudad de Los Ángeles: 311**
- **Línea especial del Condado de Los Ángeles para casos de desastre: 800-980-4990**
- **Programa de Supervivencia en Casos de Emergencia del Condado de Los Ángeles (ESP): www.espfocus.org**
- **Organización de Operaciones (EOO): www.lacity.org/epd**
- **Línea de asistencia de la Ciudad de Los Ángeles para casos que no son de emergencia: Dentro de Los Ángeles llame al 311**

- *Lea la diapositiva.*
- (Déle al público la oportunidad de anotar los números.)



RECURSOS NACIONALES Y ESTATALES

- **Oficina de California de Preparación para Casos de Emergencia:** www.dhs.ca.gov/epo
- **Centros para el Control de las Enfermedades:** www.bt.cdc.gov (888-246-2675)
- **Departamento Estadounidense de Seguridad en el Territorio Nacional:** www.ready.gov
- **Línea especial del Centro de Venenos:** 800-222-1222
- **Cruz Roja Americana:** www.redcross.org
866-GET-INFO (866-438-4636)
- **El Ejército de Salvación:** www.salvationarmyusa.org (800-SAL-ARMY)

- *Lea la diapositiva.*
- (Déle al público la oportunidad de anotar los números.)



**¡ESTÉN LISTOS Y
PREPÁRENSE JUNTOS!**

¡Muchas gracias!