

Mochila de Emergencia de 72 Horas

Una mochila de emergencia debe estar lista para usarse en cualquier momento. Aquí te mostramos una lista de elementos esenciales que debe contener para garantizar tu seguridad durante las primeras 72 horas de una emergencia:

Agua: Al menos un litro por persona por día.

Alimentos no perecederos: Comida enlatada, barras energéticas, frutos secos, etc.

Botiquín de primeros auxilios: Curitas, gasas, antisépticos, medicamentos esenciales.

Linterna y baterías: Linterna con baterías de repuesto o recargable.

Radio portátil: Radio a baterías o de manivela para recibir información de emergencia.

Ropa y abrigo: Ropa extra, guantes, gorro y mantas térmicas.

Encendedor o cerillos: Para encender fuego si es necesario.

Silbato: Para pedir ayuda en caso de emergencia.

Herramientas multiusos: Navaja suiza o herramienta multiuso.

Documentos importantes: Copias de identificaciones, pólizas, contactos en bolsa impermeable.

Dinero en efectivo: Billetes y monedas en pequeñas denominaciones.

Higiene personal: Papel higiénico, toallas húmedas, jabón, cepillo de dientes.

Mascarillas y guantes: Protección contra polvo, humo o contaminantes.

Mapa local: Mapa físico de la zona con rutas de evacuación.



Cargador portátil: Power bank para dispositivos electrónicos.

[Creado por: SeruhioCode30](#)