

## Preparados: Preparación para Huracanes

26/04/2018 - 12:26

Independientemente del momento en que se formen y de la ubicación geográfica en que se encuentren, los huracanes dejan un camino de destrucción que tenemos que reparar. En situaciones como esta, lo único que podemos hacer es prepararnos para el huracán antes de que llegue.

La preparación incluye la salud emocional

A medida que los sobrevivientes del huracán María se preparan para el pico de la temporada de huracanes, muchos continúan sobrellevando el estrés y los sufrimientos de la temporada pasada.

Es normal sentirse abrumado y ansioso por la seguridad de su familia. Algunas reacciones comunes a los desastres son la desconfianza o el estado de shock o conmoción, el miedo y la ansiedad, la tristeza y la depresión y sentimiento de impotencia. A veces, el daño emocional puede ser más devastador que las dificultades financieras causadas por los daños o la pérdida de la propiedad.

El proceso de sanación de cada persona es diferente y la mayoría de estas reacciones son pasajeras. Enfóquese en sus fortalezas y destrezas para seguir hacia adelante. A continuación algunos consejos que pueden ayudarle.

- Prepárese para cualquier emergencia relacionada con un desastre.

- Si puede, ayude a otros.

- Hable sobre su experiencia.

- Mantenga la comunicación con sus familiares y amigos.

- Busque un grupo de apoyo.

- Familiarícese con su estado emocional y el de su familia.

- Pida ayuda cuando la necesite.

- Establezca prioridades.

- Comience o reestablezca sus rutinas.

- Practique comportamientos saludables.

- Mantenga una actitud optimista.

Si su estado emocional empeora o persiste por largos periodos de tiempo, sería beneficioso buscar asistencia de un consejero o ayuda profesional. Por otra parte, las personas que tienen condiciones emocionales preexistentes deben coordinar una cita con un profesional de la salud. También puede buscar ayuda comunicándose con la Línea PAS al 800-981-0023, TTY 888-672-7622.

La Línea de Ayuda de Emergencias en Desastres de la Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental (SAMHSA, por sus siglas en inglés) brinda asesoramiento en momentos de crisis y apoyo a personas que experimentan angustia emocional relacionada con desastres naturales o causados por el hombre.

## Planifique para mejorar su seguridad

Durante un desastre, la seguridad debe ser su prioridad. No espere a que suceda una emergencia para planificar.

Hay muchas maneras sencillas de prepararse, desde tener un plan hasta verificar sus alrededores. A continuación presentamos ejemplos que le podrían ayudar a estar preparado y seguro.

### Personal

Para evitar tropiezos o caídas, retire artículos que obstruyan o restrinjan acceso a puertas, pasillos o salidas.

Planifique los pasos a seguir si necesita desalojar, practique las rutas de desalojo y conozca cuáles son los refugios más cercanos.

Mantenga su kit de emergencia familiar equipado con suministros esenciales, como agua y alimentos para por lo menos diez días por cada miembro de su familia, y asegúrese de que esté en un lugar fácil de encontrar.

Tenga un kit de primeros auxilios que incluya vendajes, gasas esterilizadas, termómetro y medicamentos recetados y sin receta.

Conozca sus alternativas para purificar el agua potable. Para más información, visite [www.cdc.gov/healthywater/emergency/pdf/make-water-safe-sp.pdf](http://www.cdc.gov/healthywater/emergency/pdf/make-water-safe-sp.pdf). Tenga una copia impresa de las instrucciones en caso de que haya un fallo en las comunicaciones durante la emergencia.

Los adultos mayores y las personas con discapacidades siempre deben llevar puesta su chapa de identificación o su brazalete médico de alerta, y empacar su información médica y dispositivos médicos en su kit.

De ser necesario, inscríbase en el Registro de Poblaciones con Necesidades Funcionales y de Acceso para obtener ayuda en caso de emergencia. Su información se compartirá con la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias (FEMA, por sus siglas en inglés) y con el Negociado para el Manejo de Emergencias y Administración de Desastres. Inscribese en:

[registros.salud.gov.pr/RegistrosPublicos/PoblacionesEspeciales/FunctionalAccessRegistry](http://registros.salud.gov.pr/RegistrosPublicos/PoblacionesEspeciales/FunctionalAccessRegistry)

No olvide tener consigo artículos importantes para los infantes y niños en su familia.

### Hogar

Conozca cómo desconectar los servicios de agua y luz.

Conozca el nivel de elevación de su hogar y corrobore si se encuentra en una zona inundable.

Identifique diques y represas cerca de su área y determine si representan un riesgo para usted y su propiedad.

Prepare un cuarto seguro en su hogar, como un baño o habitación, y mantenga ahí su kit de emergencia con suministros.

Instale tormenteras permanentes o paneles de madera contrachapada para proteger las ventanas y las puertas corredizas.

Si su casa es de madera, verifique sus conexiones estructurales. El techo, las paredes, el piso y sus cimientos tienen que interconectarse con anclajes de metal. De no poder utilizar anclajes, use amarras, cables de tensión o ganchos adicionales para sujetar el techo de manera segura al armazón de la estructura.

Si tiene que desalojar, cierre todas las puertas y ventanas. No deje las llaves de su hogar en lugares obvios, como el buzón.

## Alrededores

Pode los árboles y arbustos alrededor de su vivienda.  
Recuerde guardar dentro de su hogar todos los muebles de patio.

## Propiedad

Estacione su vehículo en un lugar seguro y, de ser necesario, llévelo a otro lugar lejos de áreas que pudieran inundarse y donde puedan caer escombros.

Utilizando los anclajes correspondientes, fije todos los paneles solares, antenas satelitales, cisternas y calentadores de agua.

## Generadores portátiles y otros equipos

Instale protectores de cambios de voltaje para evitar sobrecargas a sus equipos electrónicos por fluctuaciones de electricidad.

Al utilizar generadores portátiles, siga cuidadosamente las instrucciones del fabricante.

Identifique un lugar en el exterior donde colocará su generador portátil. Manténgalo lo más alejado posible de áreas comunes, áreas de trabajo, ventanas, puertas o rejillas de ventilación.

Utilice un cable de extensión de corriente adecuado y asegúrese de que su capacidad de voltaje exceda el total de vatios de todos los enseres conectados al mismo. Inspeccione el cable para asegurarse de que no esté dañado.

Instale detectores de monóxido de carbono que funcionen con baterías dentro de su hogar.

No almacene combustible dentro de su hogar. Cuando reabastezca el combustible, considere utilizar recipientes pequeños de alta calidad para gasolina y trate de evitar derrames y desbordamientos.

Si usted utiliza algún equipo médico que necesita electricidad para su funcionamiento, planifique tener un sistema de respaldo. También se puede comunicar con su proveedor de salud para preguntarle sobre algún plan alternativo o de emergencia.

## Preparación en el salón de clases

Los esfuerzos para compartir información que salve vidas siempre son bienvenidos. Este año escolar, los educadores juegan un papel importante en ayudar a los estudiantes a aprender sobre la preparación para huracanes.

Al hablar con los niños sobre los desastres es importante permitirles expresar sus sentimientos. Los maestros deben estar atentos a información errónea, los conceptos erróneos y los temores o preocupaciones subyacentes y luego abordarlas.

Es importante responder a sus preguntas de manera simple y directa. Estar informado puede ayudarles a sentirse mejor. La cantidad de información que será útil para los niños dependerá de su edad y nivel de desarrollo. Al igual que los adultos, los niños son más capaces de hacer frente a una crisis si sienten que la entienden.

Aquí hay algunas recomendaciones generales que los maestros pueden considerar cuando regresen al salón de clases:

Cree un ambiente seguro. Los niños deben sentirse seguros al hablar de sus experiencias pasadas y sus preocupaciones acerca de esta temporada de huracanes. La participación en el intercambio de experiencias siempre debe ser voluntaria.

Escuche los temores y preocupaciones de los niños. Tome en serio sus temores y trate de responder a sus preguntas de manera simple y honesta. Preste atención a cualquier señal de angustia emocional grave.

Comparta algunas de sus propias experiencias. Esto crea una conexión y les ayuda a darse cuenta de que no están solos.

Concéntrese en lo positivo. Comparta ideas sobre la preparación y cómo pueden ayudar a otros necesitados.

Mantenga las rutinas diarias tan normales como sea posible. Las rutinas dan confianza a los niños, les ayudan a establecer buenos hábitos y les ofrecen estabilidad durante momentos de estrés.

Involucre a los estudiantes en actividades creativas. Jugar o dejar que escriban historias o dibujen les da la oportunidad de expresar sus sentimientos.

Deles herramientas que puedan compartir con sus padres. Hable sobre la preparación y cómo pueden ayudar a su familia a estar lista en caso de un desastre.

Motívelos a participar en actividades de preparación. Por ejemplo, empodere a los estudiantes discutiendo lo que pueden necesitar en un kit de emergencia.

Para el beneficio de los educadores y estudiantes de Puerto Rico, la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias (FEMA, por sus siglas en inglés) preparó varios materiales y hojas de actividades que los maestros pueden usar en el salón de clases para estimular la conversación de preparación. Con la ayuda de los personajes Pablo y Paola, los niños pueden aprender sobre la preparación para huracanes de manera divertida y útil.

Hablemos de...HuracanesCuando se trata de preparación para huracanes, debemostratar de aprender lo más que podamos para estar listos.Lo que sé de los huracanes Lo que necesito saber para prepararme para un huracán1.2.3.4.5.1.2.3.4.5.

Algunos de los materiales son:

Folleto de Herramientas para Educadores con ideas para que los maestros las desarrollen con sus alumnos de preescolar, primaria y secundaria.

Hoja informativa con información importante sobre cómo abordar algunas de las necesidades emocionales del estudiante.

Varias hojas de actividades para ayudar a los estudiantes a participar de una manera más activa.

Ten un Plan Familiar

Hablemos de... Huracanes

Busca palabras - Temporada de huracanes

Busca palabras - Antes de la tormenta

La planificación para desastres debe ser un asunto familiar. Hacer que cada miembro forme parte del plan es una oportunidad para hablar sobre un tema difícil en un ambiente menos estresante.

Los planes bien hechos reducen la toma de decisiones durante una crisis real, por lo que es una buena idea prepararse con anticipación.

Los niños pueden ser particularmente vulnerables al estrés como resultado de los desastres e incluso pueden sufrir de ansiedad debido a la interrupción de las rutinas familiares. Cuando los niños se sienten seguros, esto da tranquilidad a los padres.

### Helping Children coping with Disasters

Los siguientes consejos pueden ayudar a las familias a preparar a los niños para la temporada de huracanes.

#### Bienestar general:

Anímelos a hablar. Deje que hablen sobre el desastre y hagan preguntas. Aborde sus dudas lo mejor que pueda.

Comprenda sus miedos. Tome en serio sus miedos. Dígale que está bien sentir temor.

Manténgalos informados. Explique la información en palabras sencillas. No los abrume con actualizaciones repetidas de noticias y limite su acceso a los medios que muestran información de manera gráfica.

#### Proceso de preparación:

Inclúyalos en la elaboración del plan familiar de emergencia. Hacer planes con anticipación ayudará a que todos en la familia se sientan más preparados cuando ocurra un desastre.

Ayúdelos a hacer su kit de emergencia. Enséñeles lo que deben incluir. Deje que escojan algunas de las cosas que quieran poner en su kit, como sus peluches favoritos, juegos de mesa, libros y lápices de colores.

Enséñeles qué hacer en caso de una emergencia. Si sus hijos tienen la edad suficiente para usar un teléfono, enséñeles a marcar el 9-1-1 y cuándo deben hacerlo. También enséñeles que para otras situaciones podría ser mejor enviar un mensaje de texto porque es posible que las llamadas no se puedan completar.

#### Salud y nutrición:

Mantenga un menú balanceado en sus suministros. Abastézcase de alimentos no perecederos que también sean nutritivos como nueces, frutas secas, cereales, barras de cereales, compota de manzana, fruta enlatada, etc. Tenga suficiente agua potable.

Presénteles nuevos alimentos ahora. Comience a mostrarles alimentos no perecederos que pueden ser nuevos para ellos ahora. De esa manera no tienen que lidiar con demasiados cambios de dieta después de la emergencia.

Hable con su pediatra. Hable con su pediatra u otros profesionales médicos sobre sus planes de emergencia. Pídales que le recomienden un pediatra alterno para emergencias y pida copias de los archivos médicos de sus hijos, por si acaso.

#### Refugio:

Prepárelos para la experiencia. Explique lo que significa desalojar a un refugio.

Traiga algo que les dé seguridad. Es importante que sus hijos traigan su manta, peluche o juguete favorito al refugio.

#### Niños con necesidades especiales:

Considere el equipo especial necesario. Si su hijo usa equipo médico, como un ventilador, considere la posibilidad de tener un generador eléctrico de reserva si se va la electricidad y combustible para el generador.

Recuerde los detalles que marcan la diferencia. Para los niños y las personas con autismo, puede ser útil incluir un juguete, una pelota blanda o un artículo similar en su kit de emergencia.

Si es necesario, prepare un kit sensorial. Un kit sensorial para niños puede incluir chalecos con peso, pulseras y manta, juguetes para masticar, juguetes para personas inquietas, cepillos sensoriales, pelotas blandas, sistemas de comunicación por el intercambio de imágenes, audífonos que impiden que se transmita el sonido, casetas de campaña estilo pop-up y túneles para gatear.

Cuando nos estamos preparando para un evento como un huracán, todos debemos tener nuestro propio kit de emergencia. ¡Prepara el tuyo! Colorea la mochila como más te guste. Luego, circula 7 artículos que incluirías en tu kit de emergencia.

#### Cree su plan de preparación familiar para huracanes

Planificar con tiempo puede ayudar a los sobrevivientes a sentirse mejor preparados. Tener a la mano lo que necesitamos para cuidarnos, a nuestros seres queridos y a nuestros hogares reduce el nivel de estrés en la emergencia.

Asegúrese de que su familia esté preparada con estos tres pasos claves:

#### Prepare un Kit

Las familias e individuos deben tener en cuenta sus necesidades específicas para asegurarse de tener los suministros adecuados para subsistir solos durante los primeros diez días después de un desastre.

Guarde un galón de agua por persona por día, para tomar y para saneamiento. En caso de que su suministro de agua se termine, tenga identificadas fuentes de agua, use filtros de agua o hiérvala si no está seguro de qué tan limpia esté. Tenga vasos desechables y recuerde limpiar los contenedores de agua luego de usarlos.

Reúna suministros de comida no perecedera para por lo menos 10 días para cada persona en el hogar. Las personas con dietas especiales y alergias necesitarán atención particular así como los bebés, niños pequeños y las personas mayores. Las madres lactantes podrían necesitar fórmula líquida. Parte de la compra de suministros para 10 días debe incluir productos de limpieza para la casa y para las personas.

La comida dietética enlatada, jugos y sopas pueden ser convenientes para personas enfermas o mayores de edad.

Tenga suficiente desinfectante de manos, antibiótico en ungüento, productos de higiene, pañales y toallas húmedas desechables disponibles para niños y personas mayores.

Asegúrese de tener agua y comida para su mascota. Asegúrese de que su mascota tenga un collar con identificación actualizada con el nombre de la mascota, el nombre del dueño, la dirección y el número de teléfono.

Tenga a la mano algún juguete favorito, peluche, libros y libros de colorear con crayones para los miembros más jóvenes de la familia.

Cree un plan de comunicación familiar

Puede que las carreteras queden intransitables y el servicio de celular podría verse interrumpido, identifique maneras alternas de mantenerse en contacto con sus seres queridos.

Elija a un amigo o familiar que no viva cerca como punto de contacto.

Decidan un lugar para reunirse en caso de que no puedan regresar a casa.

Mantenga los documentos importantes y números de teléfono con usted todo el tiempo.

Asegúrese de que sus hijos sean parte de las conversaciones de preparación y asegúrese de que se memoricen los números de contacto de emergencia o que los guarden en un lugar seguro.

Identifique el refugio más cercano en caso de que le ordenen desalojar su hogar, e informe a su familia dónde queda ubicado.

Manténgase informado

Escuche la información actualizada, antes, durante y después de un desastre.

La prensa local le proveerá órdenes de desalojo, detalles sobre las rutas de desalojo y la ubicación de los refugios

Asegúrese de que su radio de baterías funcione y de que tiene baterías adicionales.

Descargue la aplicación de FEMA en [fema.gov/es/aplicacion](https://fema.gov/es/aplicacion) para recibir alertas sobre condiciones inestables del clima, consejos de cómo mantenerse seguro y mucho más. Manténgase informado con alertas sobre el clima del Servicio Meteorológico Nacional de Estados Unidos.

Este es el momento de informarnos y prepararnos para actuar. Cuando tenemos todo lo que necesitamos estamos listos, y eso nos ayuda a mantener nuestro bienestar.

Piense en sus mascotas

Al prepararse para una emergencia, recuerde: lo que es bueno para usted, es bueno para su mascota.

Los huracanes Irma y María revelaron que las vacunas y las chapas de identificación son medidas importantes para mantener seguras a sus mascotas. Mantenga las vacunas actualizadas para reducir su riesgo de contraer enfermedades bacterianas que pudieran ser letales. También, mantenga su información de contacto actualizada, incluso considere un implante de microchip con su información en su mascota.

Al preparar las mascotas para la temporada de huracanes, considere lo siguiente:

### Cree un plan

Tenga un cuarto seguro en su hogar para sus mascotas. Debe estar libre de objetos peligrosos como herramientas, escombros o productos tóxicos.

Busque un refugio cercano. Pregunte sobre los tipos de mascotas que aceptan, cualquier límite de tamaño u otras restricciones específicas a las mascotas.

Elija a alguien que cuide de su mascota. Considere una persona de confianza que ha interactuado anteriormente con su mascota.

Consiga una jaula o bulto de transporte apropiado. Considere esto como una inversión, no un gasto.

Prepare un Kit de Emergencias (para 10 días o más si no hay servicios básicos). Debe incluir:

Comida y agua.

Kit básico de primeros auxilios. Incluya guantes de látex y ungüento con antibiótico.

Medicamentos y documentos importantes.

Collar o arnés con chapa de identificación, chapa de vacuna antirrábica y una correa. Las mascotas deben usar sus collares en todo momento.

Higiene. Tenga papel de periódico y bolsas de basura a la mano.

Objetos conocidos. Juguetes, galletas y su cama preferida pueden ayudar a reducir el estrés.

Una foto de usted y su mascota juntos. Puede ayudar a documentar que usted es el dueño y a identificar su mascota.

### Otros tipos de animales

Caballos. Mueva materiales peligrosos o inflamables fuera de las salidas y pasillos de los establos.

Aves. Déjele puesta la banda de identificación en la pata y transpórtelos en jaulas de viaje apropiadas.

Animales pequeños. Güimos, hámsteres y otros roedores deben tener suficiente material para su cama al igual que comida y agua.

Animales de granja. Planifique por adelantado para un posible desalojo.

### Otras recomendaciones generales

Siempre tenga sus mascotas dentro del hogar cuando hay una amenaza de desastre.

Nunca deje una mascota amarrada, ya sea afuera o adentro.

Coloque una calcomanía o letrero de emergencia a su puerta o ventana, indicando que hay mascotas en el hogar. Quite la calcomanía cuando desaloje junto a su mascota.

Si necesita viajar por avión con su mascota, llame la aerolínea para conocer los requisitos específicos.

### Prepárese Para 10 Días de Suministros



Los sobrevivientes deben prepararse con suministros esenciales para por lo menos 10 días. Esto significa tener suficiente comida, agua y otros artículos de primera necesidad para mantener a su familia.

Se exhorta a los residentes de Puerto Rico a tomar en cuenta las áreas donde viven y las necesidades particulares de su familia al momento de reunir los suministros. Las personas con discapacidades o con necesidades de cuidado de salud especiales deben considerar esas necesidades personales al momento de planificar.

Un kit básico de suministros de emergencia incluye:

Agua – un galón por persona por día, para beber y para propósitos sanitarios o 10 galones por persona

Comida – suficientes alimentos no perecederos para por lo menos 10 días por persona

Abrelatas manual

Alimentos para mascotas y agua adicional

Toallas húmedas desechables, bolsas de basura y papel toalla

Medicamentos recetados y sin receta

Teléfono celular con cargadores y batería externa

Gas propano

Baterías

Linternas o lámparas solares

Dinero en efectivo en billetes grandes y pequeños

Documentos importantes de la familia

Video

Gráfica con fondo azul y número diez escrito en amarillo, cuyo mensaje anuncia la necesidad de estar preparados con 10 días de suministros ante la temporada de huracanes.

El trabajo de recuperación progresa constantemente. Sin embargo, la próxima tormenta podría causar otra interrupción prolongada de servicios vitales, como el agua, la electricidad y las comunicaciones.

Los equipos locales de respuesta a emergencia estarán disponibles para proporcionar asistencia tan pronto como las condiciones del clima y las carreteras lo permitan. Mientras tanto, las familias e individuos deben asegurarse de tener los suministros adecuados para abastecerse durante los primeros 10 días después de un desastre.

Proteja su Hogar

Evalúe el riesgo si decide quedarse en su hogar. ¿Vive en un área especial de riesgo de inundación? ¿Su hogar aguantará vientos fuertes?

Revalúe sus pólizas de seguro del hogar y de inundación

Proteja o refuerce las ventanas y puertas

Selle y sujete el techo y asegúrese de que esté en buenas condiciones

Pode los árboles y ramas

Almacene materiales inflamables en un lugar seguro

Sujete los paneles solares, antenas de satélites y sistemas de agua con un anclaje para techos

Verifique y limpie los desagües

Si vive en una zona inundable, mueva el carro a un lugar más alto en caso de una tormenta  
Recoja cualquier escombros cerca de la casa  
Guarde los muebles de patio, herramientas y equipo que estén afuera

Proteja su HOGAR para la temporada de huracanes 2018  
Revalúe sus pólizas de seguro del hogar y de inundación  
Proteja o refuerce las ventanas y puertas  
Selle y sujete el techo y asegúrese de que esté en buenas condiciones  
Pode los árboles y ramas  
Almacene materiales inflamables en un lugar seguro  
Sujete los paneles solares, antenas de satélites y sistemas de agua con un anclaje para techos  
Verifique y limpie los desagües  
Si vive en una zona inundable, mueva el carro a un lugar más alto en caso de una tormenta  
Recoja cualquier escombros cerca de la casa  
Guarde los muebles de patio, herramientas y equipo que estén afuera  
Evalúe el riesgo si decide quedarse en su hogar  
¿Vive en un área especial de riesgo de inundación?  
¿Su hogar aguantará vientos fuertes?  
Preparación para huracanes si vive en un apartamento

Vivir en un complejo de apartamentos significa que hay que tener consideraciones particulares al momento de prepararse para un huracán. Compartir sus paredes y áreas comunales implica que algunas acciones dependen de usted, mientras otras recaen sobre sus vecinos y la administración.

Los consejos a continuación ayudarán a los inquilinos a estar preparados en caso de una tormenta.

Proteja su hogar

Asegúrese de que su apartamento está en buenas condiciones y que es seguro refugiarse allí.

Mueva muebles, tiestos y otros artículos del patio y los balcones al interior de su apartamento.

Tenga tormenteras o paneles para sus puertas corredizas y ventanas de cristal. Pregunte al administrador del edificio o al dueño si se requiere algún estilo en particular. Si usted alquila, pregunte si el dueño del apartamento las provee y quién las colocará antes de la tormenta.

Identifique cuál es la habitación más segura, probablemente un dormitorio interior, baño o pasillo, y quédese ahí cuando se vea amenazado por las condiciones del viento.

Si vive en un piso alto, considere refugiarse en un apartamento en un piso más bajo

Almacene suministros para diez días

A menudo, los apartamentos no cuentan con mucho espacio de almacenaje, y podría ser difícil almacenar sus suministros. Si su cocina es pequeña, haga espacio en un armario, debajo de la cama o detrás del sofá. Llene las bañeras y la lavadora con agua para bajar los inodoros y para sus necesidades de limpieza.

Manténgase alejado de las ventanas

No se acerque a las ventanas durante la tormenta, y mantenga sus cortinas recogidas. El Centro Nacional de Huracanes advierte que no se debe usar cinta adhesiva en los cristales ya que puede causar un falso sentido de seguridad y ocasionar que, si se rompen los cristales, haya pedazos grandes y peligrosos volando por su apartamento.

Verifique su cubierta de seguro

Confirme con la administración del apartamento qué cubre su seguro. Comuníquese con su agente de seguros para asegurar su propiedad personal (contenido) y comprar seguro de inundación, si no lo tiene.

Conozca a sus vecinos

Es importante saber quién podría necesitar o dar una mano en caso de una emergencia. Es posible que los residentes se reúnan en áreas comunales y trabajen juntos para ayudarse entre sí a sobrellevar la emergencia.

Sugiera hacer un fondo de emergencia

Establecer un fondo de emergencia o redirigir el dinero de las cuotas de mantenimiento podría ayudar a cubrir artículos como generadores y otras reparaciones de emergencia en áreas comunes.

Estacione su vehículo en un área segura

Evalúe el área de su estacionamiento y, de ser necesario, lleve su carro a otro lugar lejos de donde se pueda inundar o puedan caer escombros.

Comuníquese con el administrador o la asociación de residentes de su edificio.

Independientemente de si vive en un condominio, una cooperativa o complejo de walk-ups, el administrador o la junta del complejo maneja los reglamentos, la información y los fondos para administrar el edificio. Verifique que el plan de preparación incluya:

- Asignar líderes para ayudar a compartir la información y verificar a los residentes con necesidades especiales.

- Recopilar los contactos de emergencia de los residentes.

- Proveer los contactos de la administración y gerencia a los residentes.

- Hacer un plan de comunicaciones para los residentes en caso de que los teléfonos no funcionen.

- Informar a los residentes cómo funcionarán los portones de acceso en caso de que no haya electricidad.

- Asegurarse de que el mantenimiento del generador esté al día con suministros adicionales disponibles (filtro, aceite, combustible).

- Programar la recolección de desperdicios y la limpieza de las alcantarillas.

Evalúe sus necesidades de refugio

En Puerto Rico, las inundaciones y deslizamientos de terreno a causa del huracán María alcanzaron áreas nunca antes afectadas. Como consecuencia, la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias (FEMA, por sus siglas en inglés) exhorta a los residentes de Puerto Rico a reevaluar sus necesidades de refugio. Las personas con discapacidades y necesidades especiales médicas, de acceso o funcionales también deben dar prioridad a sus necesidades de refugio al hacer sus planes de emergencia.

Refugio en el lugar –Si piensa quedarse en su casa durante la tormenta:

Asegúrese de que esté en buenas condiciones y cumpla con las especificaciones para huracanes del código de construcción local. Tenga paneles de madera, tormenteras de metal o aluminio para proteger las ventanas y puertas.

Verifique en cuál zona de riesgo de inundación se encuentra su vivienda según el mapa actualizado de FEMA de Nivel de Inundación Base, cuando se publique. Esto puede ayudarle a determinar qué pasos preventivos debe tomar.

Almacene suministros para al menos 10 días, como un galón de agua y comida no perecedera por persona por día, comidas para dietas especiales, medicamentos y equipo médico.

Mantenga las mascotas dentro de la casa o llévelos a un lugar seguro identificado anteriormente.

Revise su plan de comunicación familiar.

Identifique varios lugares donde pueda ir y varias rutas de desalojo si el desalojo es obligatorio.

**Refugio fuera de su casa – Si decide quedarse con amigos o vecinos:**

Informe a su familia dónde se quedará y revise su plan de comunicación.

Lleve sus suministros consigo. Incluya comida, agua, medicinas y equipo médico.

Si tiene una mascota, identifique un cuidador de mascotas y reserve un espacio.

**Refugio colectivo – Si necesita quedarse en un refugio oficial:**

Conozca cuál es el refugio más cercano. Si los oficiales locales le exigen desalojar, no lo piense dos veces. Váyase temprano.

Mantenga el tanque de combustible lleno en caso de que necesite su carro para salir del área. Si depende de la transportación pública, hable con las agencias locales de emergencias sobre los procesos de desalojo antes de un huracán.

Informe a su familia sobre la ubicación de su refugio y revise su plan de comunicaciones.

Planifique llevar consigo un kit de suministros para desastres. Incluya comidas de dietas especiales, medicamentos y equipos médicos. Tenga una copia de sus recetas en una bolsa plástica sellada por si necesita comprarlas.

Coordine con los vecinos, amigos o parientes para asegurarse de que hay alguien disponible para cuidar o rescatar a sus mascotas si usted no puede.

Empaque una jaula, una cadena, chapa de identificación y certificado de vacunas para su mascota.

**Preparación para Personas con Discapacidades**

Para un menor o adulto que enfrenta retos a causa de una discapacidad, prepararse para un huracán toma tiempo adicional y reflexión.

Planificar puede ser abastecerse de baterías para los aparatos de corrección auditiva, o tener un kit de emergencias dentro o enganchado de un andador o una silla de ruedas. En el caso de un menor o persona con autismo, puede significar empacar algún juego electrónico o audífonos que ayuden a aminorar el estrés. El planificar pudiera significar enseñarles a otras personas a manejar una silla de ruedas.

Los proveedores de cuidado juegan un papel fundamental en la preparación para un huracán para aquellos con discapacidades.

Le damos algunos consejos para ayudar a todas las personas a prepararse:

## Consejos generales

Hable con amigos, familia o un círculo de apoyo sobre cómo mantenerse en contacto.

Guarde los números de teléfono de doctores, asistencia y familiares en una bolsa a prueba de agua.

Empaque espejuelos, lentes de contacto, aparatos de corrección auditiva y dentaduras en un botiquín de emergencias.

Pídale a los vecinos o alguien en su círculo de apoyo que lo mantengan informado.

Planifique transportación accesible por adelantado en caso de que tenga que desalojar.

Asegúrese de identificar el refugio más cercano. En caso de necesitar desalojar su hogar.

Corrobore facilidades médicas cercanas a su lugar de refugio.

Use chapas de alerta médica o pulseras con información sobre sus necesidades médicas.

Planifique y practique para un desalojo, y recuerde empacar sus dispositivos médicos en bolsas a prueba de agua.

Tenga suministros de medicamentos para al menos 10 días con copias de las recetas; haga una lista de todos los medicamentos y las dosis; lista de alergias que padece; lista de restricciones dietéticas.

Haga planes para su animal de servicio, incluya una nota para el equipo de respuesta de emergencias: tengo un animal de servicio llamado \_\_\_\_, quien debe desalojar conmigo.

Tenga suministros de comida para el animal listos para llevar con usted.

## Consejos para personas sordas o con problemas auditivos.

Tenga un radio meteorológico con pantalla de texto y una linterna de alerta.

Abastézcase de baterías extras para aparatos de corrección auditiva y protéjalas en bolsas plásticas.

Lleve papel y lápiz para poder comunicarse con personas que no sepan el lenguaje de señas.

Tenga un cargador solar para su móvil.

## Consejos para personas ciegas o con poca visión.

Lleve consigo una foto de sus familiares para facilitar el proceso de ponerlos en contacto con ellos en caso de una emergencia.

Marque los suministros de emergencias con etiquetas braille o en letra grande. Mantenga una lista de suministros de emergencia en una memoria flash portable o cree un archivo en audio y guárdelo donde se le haga fácil de encontrar y en bolsa plástica.

Mantenga un dispositivo de comunicación sordo/ciego o en braille en un kit de emergencias.

Practique su ruta de desalojo y siéntase seguro de llegar al punto de encuentro familiar.

## Consejos para personas con discapacidad motriz

Asegúrese que todos los dispositivos de asistencia que dependan de electricidad o baterías estén funcionando y en bolsa plástica.

Mantenga un kit de suministros de emergencias en un bulto enganchado a su andador, silla de ruedas o escúter.

Enséñele a otros cómo manejar su silla de ruedas motorizada y adhiera instrucciones. Guarde una copia liviana del manual de instrucciones de la silla de ruedas.

Tenga un bastón o andador adicional para emergencias.

Tenga un cojín de asiento adicional para proteger su piel o mantener el balance, y llévelo consigo en caso de que sea necesario desalojar.

## Consejos para niños y adultos con autismo

Los objetos familiares ayudarán a los niños a sentirse cómodos en nuevos entornos y aminorar el estrés de la transición. Recuerde empacar sus juguetes favoritos, películas y juegos electrónicos.

Los audífonos o tapones auditivos pueden atenuar el ruido en ambientes desconocidos. Considere llevar cinta adhesiva para marcar los perímetros del espacio asignado para su familia en el refugio colectivo.

Los niños con autismo usualmente salen a merodear. Hable con profesores, policías y miembros de la comunidad para desarrollar un plan de emergencia que proteja a los niños de situaciones peligrosas.

## Consejos para personas con condiciones de salud mental

El estrés que acarrea una emergencia puede ser difícil de manejar. Esté listo para proveer información importante específica a su situación, o escríbalo y manténgalo consigo. Por ejemplo:

“Tengo una condición de salud mental y puedo perder el enfoque en una emergencia. Por favor ayúdeme a encontrar un lugar tranquilo. Me sentiré mejor en unos momentos.”

La gama de necesidades es extensa y la planificación efectiva es compleja. Prepárese para la temporada de huracanes y ayude a esos que necesiten asistencia en su vecindario.

## Cómo Las Personas de Edad Avanzada Se Pueden Preparar

Cuando se aproxima un huracán, las personas de edad avanzada pueden sentirse especialmente vulnerables. Probablemente tengan su sentido de alerta disminuido, problemas de salud, necesidades de acceso y funcionales y varias otras limitaciones.

Puerto Rico alberga a más de 640,000 residentes de 65 años o más, y alrededor de la mitad viven con alguna discapacidad física o necesidad funcional. A menudo, necesitan ayuda de la familia y los vecinos para prepararse para una tormenta. Mientras sea posible, las personas de edad avanzada deben buscar refugio con la familia o algún proveedor de cuidados.

Las personas mayores que residen en un hogar de ancianos o alguna instalación para adultos, deben hablar con el administrador sobre el plan de desalojo /huracán específico de la misma.

## Kit de preparación para las personas de edad avanzada

Un galón de agua por día. Las bebidas que contienen electrolitos son una buena fuente de hidratación.

Comidas listas para consumo no perecederas, preferiblemente ricas en vitamina B12 y bajas en sodio. Los suplementos vitamínicos pueden ayudar a prevenir las deficiencias nutricionales.

Sábanas, ropa extra y zapatos cómodos.

Espejuelos de repuesto, catéteres, baterías, sistemas de oxígeno, etc.

Kit de primeros auxilios, las tarjetas seguro médico y de Medicaid/Medicare.

Medicinas recetadas y copias de recetas que puedan actualizarse para hasta seis meses.

Chapas o brazaletes de alerta médica con la información sobre sus necesidades de salud.

Una lista de contactos de emergencia para comunicarse con familiares y amigos.

Suficiente dinero en efectivo, ya que el acceso a los bancos y las ATH podría ser limitado.

Copia de expedientes de la familia y otros documentos importantes, como certificados de nacimiento y matrimonio, tarjetas de Seguro Social, pasaportes, testamentos, escrituras, registros financieros, del seguro y de vacunas – todos guardados en una bolsa plástica sellada a prueba de agua.

Un radio de batería y/o un radio del tiempo de NOAA.

Una linterna de baterías o solar.

Un pito para pedir ayuda y un espejo pequeño para reflejar la luz del sol en caso de que tenga que hacer señas a los equipos de rescate.

#### Consejos si va permanecer en un refugio

Lleve con usted los artículos del kit de preparación que pueda.

Avise a la administración cualquier necesidad que pueda tener.

Avise a su familia y a sus contactos fuera de su área dónde se refugiará o dónde se quedará durante la tormenta.

Haga arreglos para el cuidado de su mascota.

Las personas de edad avanzada deben contar con una red de familiares y vecinos que puedan ayudarlos a prepararse para la emergencia.

#### Continuación de atención médica para personas de edad avanzada en caso de tormenta

Los desastres han demostrado que las personas de edad avanzada son particularmente vulnerables, especialmente si necesitan atención médica continua.

Las personas de edad avanzada que toman medicamentos deben considerar obtener recetas con repeticiones de hasta seis meses y de conservar una copia de las recetas, así como información sobre las dosis. Si la persona de edad avanzada está recibiendo algún tratamiento de rutina administrado por un hospital o recibe servicios regulares como atención médica domiciliaria, tratamiento o transportación, debe hablar con sus proveedores de servicios sobre sus planes de emergencia.

Los miembros de la familia que tienen un pariente en un hogar de ancianos, egida o comunidad de retiro, deben preguntar sobre el plan de preparación para emergencias del centro.

A continuación algunas preguntas que debe hacer:

¿Cuál es el plan de desalojo y refugio en el lugar?

¿Cómo se ha coordinado el plan con los voluntarios, la comunidad y el municipio?

¿El personal está capacitado para los procedimientos de desalojo de emergencia?

¿La instalación ha discutido el plan de emergencia con los residentes?

¿Cuál es el número de teléfono o contacto principal para solicitar información?

¿Cómo se comunicará la institución con los miembros de la familia si se interrumpen las comunicaciones?

¿Tiene la instalación un sistema de energía de respaldo o un generador?

¿Cuentan con suministros adicionales de agua, alimentos y medicamentos almacenados en el lugar?

¿Cómo protegen los registros médicos y los suministros de los residentes?

#### Recordatorios para las personas de edad avanzada con diabetes

Alterne su reserva de insulina, use primero las que tienen la fecha de vencimiento más temprana.

Tenga monitores de glucosa adicionales, baterías y tiras reactivas con fechas de vencimiento prolongadas.

La insulina contenida en los viales o cartuchos suministrados por los fabricantes puede dejarse sin refrigerar a una temperatura de entre 59 y 86 grados Fahrenheit hasta un máximo de 28 días.

Las bolsas y paquetes más fríos pueden mantener la insulina fría durante unas horas y hasta varios días.

Siempre que sea posible, obtenga un generador eléctrico para mantener la insulina refrigerada.

#### Recomendaciones para personas diagnosticadas con Alzheimer:

No deje a la persona sola. Incluso aquellos que no son propensos a escaparse podrían hacerlo en entornos o situaciones desconocidas.

Si está desalojando, contribuya a hacer el cambio más llevadero llevándole su almohada y manta.

Si está en un refugio, evite estar cerca de las salidas y elija un rincón tranquilo.

Durante un episodio de agitación, responda a las emociones que se están expresando. Por ejemplo, diga: "Tienes miedo y quieres irte a casa. Está bien. Estoy aquí contigo".

Inscríbase con MedicAlert® + Alzheimer's Association Safe Return®, un servicio de 24 horas a nivel nacional que puede ayudar a los equipos de respuesta rápida a devolver a la persona a su hogar de forma segura. Para más información llame al 888-572-8566 o visite [www.alz.org](http://www.alz.org); tienen asistencia en español disponible bajo petición.

#### Consejos para manejar equipo médico:

Para las personas de edad avanzada que viven en un condominio, una silla de desalojo o de escape permite un transporte rápido y seguro por las escaleras.

Haga un inventario de cualquier artículo especializado y números de modelo, tales como baterías adicionales para sillas de ruedas, oxígeno, catéteres y espejuelos.

Si se necesita oxígeno, consulte con el proveedor sobre los planes de emergencia.

Las personas de edad avanzada pueden dudar sobre pedir ayuda por miedo a parecer vulnerables. Nunca está de más tender la mano y ofrecer ayuda a las personas de la tercera edad, aunque no demuestren ninguna necesidad.

#### Prepare sus Finanzas

La preparación financiera es una parte esencial al planificar para la temporada de huracanes de 2018.

Ahorre \$\$\$ y prepárese para una emergencia. Ingreso mensual, ahorro para emergencias, enero a diciembre y fondo para eventualidades=\$\$\$. Deducible de seguro por riesgo.

Estar preparado financieramente significa que usted debe:

Considerar los gastos relacionados con un desastre, como deducibles y gastos de desalojo, y planifique para esos gastos. Prevea gastos iniciales de dinero de su bolsillo para hospedaje, comida, gasolina, entre otros.

Verificar la cobertura de su póliza de seguro. Si usted es dueño de vivienda o inquilino, llame a su agente de seguros para verificar que tenga la cubierta adecuada y que entiende las exclusiones. No olvide la cobertura para su auto y recuerde que la póliza de seguros estándar para propietarios no cubre el seguro de inundación que requiere 30 días para entrar en efecto.



Descargar el Kit de Primeros Auxilios Financieros de FEMA en [www.ready.gov/financial-preparedness](http://www.ready.gov/financial-preparedness). El kit es una herramienta flexible diseñada para ayudarle a recopilar y asegurar la documentación que usted necesitaría para iniciar su recuperación sin atrasos innecesarios.

Tener dinero en efectivo a la mano. Puede que los bancos y cajeros automáticos no estén accesibles si hay apagones o toques de queda.

Ahorrar dinero para emergencias. Hacer esto puede ser difícil dentro de un presupuesto limitado, pero puede valer la pena. Comience ahorrando varios dólares adicionales cada semana y haga sus compras de suministros de 10 días poco a poco para evitar un gasto muy grande de una vez. Mantenga sus fondos de emergencia en una cuenta segura y de fácil acceso.

Guardar una tarjeta de crédito solo para emergencias. Si es posible, designe una tarjeta para usar solo en emergencias. Debe tener suficiente crédito disponible para cubrir los gastos de comida y suministros por una semana o más. Hacer las compras con una tarjeta de crédito le ayudará a documentar los gastos relacionados con el desastre.

Guardar los documentos importantes en envases que no se mojen. Guarde copias de los documentos importantes en bolsas plásticas y envuélvalas dos veces para protegerlas contra daños por agua. También puede subir copias digitales de los documentos importantes a la nube en internet.

Recibir sus beneficios de manera electrónica. Un desastre puede interrumpir el servicio de correo postal por días o semanas. Si usted depende del Seguro Social u otros beneficios regulares, cambiar a pagos electrónicos es una manera simple y significativa para protegerse financieramente antes de un desastre.

Saque tiempo ahora para identificar, recopilar y actualizar sus expedientes y documentos personales y financieros. Le ayudará a estar preparado de antemano, en lugar de tener que actualizarlo todo de prisa durante la situación.

#### Preparación de Huracanes Dentro de su Presupuesto

Cuando se trata de la preparación para huracanes, planificar con tiempo y comprar estratégicamente pueden ayudarle a ahorrar dinero.

A continuación, algunos consejos para ayudarle a crear un kit de preparación con poco dinero:

Haga una lista de artículos esenciales: Tomando en consideración las necesidades de su familia, y cualquier artículo que se le haya agotado luego del huracán María, anote los artículos esenciales que mejor se adapten a sus necesidades y presupuesto.

Distribuya sus compras: Evite esperar hasta el último minuto. Busque especiales y separe los artículos para uso inmediato de los de emergencia.

Use cupones y descuentos: Aproveche los cupones y las aplicaciones de ahorro móviles. Canjee puntos de programas de lealtad por artículos para su kit de preparación.

Compre artículos usados o rebajados: No es necesario comprar ciertos suministros de emergencia, como radios y linternas, nuevos.

Escoja productos genéricos: Desde medicamentos hasta artículos de uso diario, estos suelen ser menos costosos que los de marca.

Compre al por mayor: Haga compras al por mayor de artículos para el kit de emergencia con vecinos, amigos o compañeros de trabajo.

Visite las tiendas de a dólar o de descuento: Estas ofrecen artículos a bajo costo, desde crayones y libros de colorear para los niños hasta productos de limpieza.

Ahorre dinero: Tenga una alcancía en un lugar seguro y añada unos cuantos dólares cada semana.

Quédese en su hogar para ahorrar dinero: Un viaje al cine para una familia de cuatro personas puede costar más de \$50. En cambio, tener una noche de cine en casa puede ayudar a financiar su kit de emergencia.

Regale artículos de preparación: Considere regalar cargadores electrónicos, lámparas solares y otros artículos del kit de emergencia a amigos y familiares para ayudarlos a estar más preparados. Pida regalos relacionados con la preparación para cumpleaños o días festivos.

Almacene agua: Se recomienda comprar agua embotellada comercialmente, pero no siempre es económicamente viable. Use botellas de refresco de dos litros para almacenar agua potable. El agua que no ha sido embotellada comercialmente debe remplazarse cada seis meses.

Recomendaciones sobre cómo proteger su casa sin gastar mucho:

Pague el seguro a plazos: Pague sus pólizas de seguro de propiedad y de inundación mensual o trimestralmente en lugar de pagar la prima completa por adelantado.

Haga un video del inventario de su casa: Use su teléfono inteligente o cámara para tomar fotos y un video de su propiedad. Esto ayudará a simplificar su reclamación al seguro.

Instale protección contra sobrecargas eléctricas: Instale un protector contra sobrecargas a su panel eléctrico y use barras de enchufes múltiples con protector integrado para ayudar a proteger su propiedad.

Consiga paneles de madera contrachapada: El contrachapado (plywood) es una solución poco costosa para proteger las ventanas sin tormenteras contra proyectiles.

Selle puertas y ventanas: Las ventanas y puertas con filtraciones dejan entrar agua, así que asegúrese de que sus ventanas y puertas estén bien selladas. Colocar bolsas plásticas entre las hojas de las ventanas ayudará a que el agua permanezca afuera.

Elimine los escombros del área: Retire o asegure cualquier cosa alrededor de su casa que pueda convertirse en un proyectil. Eso incluye muebles de jardín, juguetes y ramas de árboles que estén colgando.

Limpie los desagües y drenajes: Mantenga sus desagües y drenajes limpios. Estos evitan que el agua se acumule en el techo y alrededor de su casa.

## Cómo Preparar Su Negocio Ante Un Huracán

Los empresarios y dueños de negocios deben considerar el impacto que un huracán podría tener en sus instalaciones y en sus relaciones con los clientes, sus propios empleados y sus resultados finales.

A través de la planificación de continuidad, los negocios pueden evaluar sus operaciones, tanto interna como externamente, para determinar qué personal, materiales, procedimientos y equipos son absolutamente necesarios para mantener el negocio operando. Tomar medidas sencillas ahora podría ayudar a asegurar la continuidad del negocio y la preparación de los empleados.

## Consejos generales para la preparación empresarial

Prevea interrupciones en el suministro de agua, electricidad, telecomunicaciones y otros servicios públicos. Hable con los proveedores de servicios e identifique las opciones de respaldo.

Asegúrese de que sus instalaciones estén en buenas condiciones y cumplan con las especificaciones del código de construcción local para huracanes.

Desarrolle un programa de preparación para ayudar a identificar formas de proteger las instalaciones, los activos físicos y la información electrónica. Asegúrese de involucrar a las personas con discapacidades y necesidades funcionales y de acceso en su planificación de emergencia.

Cree un plan de comunicación para mantenerse en contacto con los clientes, proveedores y empleados durante y después de una tormenta. Esté preparado para proporcionar a los empleados información sobre cuándo y cómo debe presentarse a trabajar después de una emergencia. Considere los casos en los que podrían trabajar remotamente desde su casa.

Determine qué partes de su negocio necesitan estar en funcionamiento tan pronto como sea posible y planificar cómo reanudar esas operaciones.

Revise las pólizas de seguro para asegurarse de que tiene suficiente cobertura de daños. Un seguro adicional de interrupción de operaciones podría ayudar a cubrir la pérdida de ingresos después de una tormenta.

Visite el Centro de Servicio de Mapas de FEMA, ingrese su dirección y elija Mapa Interactivo (Interactive Map) para ver su zona de inundación. Hable con su proteger su casa y/o negocio con el seguro de inundación.

Guarde copias de expedientes importantes como planos de construcción, pólizas de seguro, información de contacto de los empleados, cuentas bancarias, copias de seguridad de computadoras y otros documentos de prioridad en un recipiente impermeable. Almacene un segundo conjunto de expedientes en otro lugar.

Desarrolle relaciones profesionales con más de una compañía en caso de que su contratista principal no pueda atender sus necesidades.

Identifique y prepárese para cualquier apoyo que sus empleados, clientes y comunidades puedan necesitar.

Los negocios interesados en formar parte del Centro Nacional de Operaciones Empresariales de Emergencia para compartir información y conciencia situacional durante las actividades de respuesta a un huracán, deben comunicarse con [fema-privatesector-4339-pr@fema.dhs.gov](mailto:fema-privatesector-4339-pr@fema.dhs.gov) para obtener más información.

Manténgase informado escuchando las noticias de los funcionarios locales.

Descargue la aplicación FEMA en [www.fema.gov/es/aplicacion](http://www.fema.gov/es/aplicacion) para recibir alertas de mal tiempo, consejos de seguridad y mucho más. Manténgase al tanto de la situación con las alertas relacionadas con el clima del Servicio Meteorológico Nacional de Estados Unidos.

La planificación de continuidad empresarial puede ayudar a su empresa a seguir avanzando y recuperarse rápidamente de cualquier interrupción. Las empresas interesadas en participar en los talleres de Continuidad de Operaciones (COOP, por sus siglas en inglés) de FEMA, pueden enviar su solicitud por correo electrónico a [fema-privatesector-4339-pr@fema.dhs.gov](mailto:fema-privatesector-4339-pr@fema.dhs.gov). COOP es una iniciativa del gobierno federal de los Estados Unidos que asegura que las agencias estatales/federales puedan continuar sus operaciones esenciales bajo una amplia gama de circunstancias.

Para más información sobre la recuperación de Puerto Rico y la preparación de negocios para huracanes, visite <https://www.ready.gov/es/huracanes>.

Administre sus Servicios Públicos

Los huracanes Irma y María hicieron evidente la importancia de prepararse para apagones, interrupciones en el servicio de agua o fallas en las comunicaciones.

A continuación, algunas medidas que usted puede tomar para planificar con anticipación durante esta temporada de huracanes.

Instale protectores contra sobrecargas eléctricas. Ayudan a evitar la sobrecarga de sus equipos electrónicos y los protegen de las fluctuaciones de energía.

Aprenda dónde y cómo desconectar la electricidad de su casa. No espere hasta el último minuto para resolver esto. Desconectar la corriente de electricidad puede evitar situaciones peligrosas.

Desarrolle un plan para el equipo médico. Si un hospital o proveedor de servicios de salud le proporciona el equipo médico, pregúnteles sobre un plan de emergencia o de alguna alternativa.

Planifique la recolección de agua de lluvia. Es posible que la necesite para fines no relacionados con su consumo, como bajar el agua del inodoro, lavar la ropa o limpiar.

Prepare un plan de comunicación familiar. Escoja un lugar de encuentro y elija un amigo o pariente fuera del área donde vive como punto de contacto. Los vecinos pueden ponerse en contacto para identificar las posibles necesidades.

Descargue la aplicación FEMA y otras aplicaciones meteorológicas o de emergencia.

Anote los números de teléfono importantes. Tenga una lista escrita con contactos personales y números de teléfono de emergencia en caso de que su teléfono no funcione.

Considere la posibilidad de instalar un teléfono de línea fija. Los teléfonos tradicionales pueden ser los únicos que funcionen en caso de emergencia, pero asegúrese de que no dependan de la electricidad para funcionar.

Haga una copia de respaldo (backup) de su computadora. Escanee documentos e imágenes importantes y haga una copia de respaldo de la computadora en un jump drive o en la nube para evitar perder información.

A continuación, algunas cosas que pueda necesitar.

## Electricidad

Tenga suficientes linternas y baterías adicionales. Guárdelos en un lugar fácil de encontrar.

Tenga una o más neveras de playa. Pueden ayudar a mantener los alimentos frescos.

Consiga una estufa de gas pequeña y compre gas propano adicional. Usted puede calentar la comida y cocinar comidas pequeñas.

Considere aparatos tecnológicos que no requieran electricidad. Las lámparas solares y los cargadores pueden ser útiles.

Tenga cuidado al utilizar generadores portátiles. Utilícelos solo al aire libre, lea las instrucciones del fabricante y tome las precauciones adecuadas. Tenga aceite y filtros adicionales para varios días.

## Agua

Tenga suficiente agua para por lo menos 10 días. Calcule el consumo de agua para su familia, incluyendo mascotas. Por lo menos un galón por persona por día.

Almacene el agua adecuadamente. Mantenga el agua en recipientes de cristal, plástico o fibra de vidrio para evitar la corrosión. Mantenga los recipientes y tanques de agua limpios, desinfectados y sellados.

## Comunicaciones

Tenga un radio de baterías o de manivela o un televisor portátil que funcione. Se pueden utilizar algunos radios de energía solar o de manivela manual para cargar los teléfonos celulares.

Guarde baterías adicionales para los dispositivos y mantenga un cargador portátil de teléfono en su vehículo.

Impermeabilice sus dispositivos. Si su teléfono no es resistente al agua, considere una caja impermeable o una bolsa de plástico gruesa y sellada donde pueda colocar el teléfono.

En caso de un anuncio de tormenta:

Ajuste la temperatura de su nevera a la configuración más fría antes de una tormenta. Use una nevera de playa para evitar abrir las puertas de la nevera o congelador.

Conozca dónde están ubicados los oasis. Manténgase atento a los medios de comunicación y siga las instrucciones de su municipio.