



Cuidados y Preocupaciones en caso de Huracán

Guía de Preparación

Antes de la Tormenta

Lista de Preparación para Sobrevivir a un Huracán

Si usted vive en una casa móvil, **VÁYASE**. Vaya a la casa de un amigo, a un hotel o a un refugio. Si no vive en una casa móvil y los oficiales locales no le han pedido que evacue, usted puede permanecer en su casa durante un huracán. Asegúrese de abastecer su casa con los siguientes artículos durante la temporada de seis meses de huracanes (**Junio-Noviembre**):

- _____ Efectivo o cheques de viajero. (En un apagón, los cajeros automáticos y los sistemas de “pague en la bomba” no sirven.)
- _____ Un radio operado con baterías y baterías de repuesto
- _____ Una linterna para cada persona con baterías de repuesto
- _____ Faroles de batería
- _____ Suministros para una semana de agua embotellada, al menos 1 galón por persona diario.
- _____ Un extintor
- _____ Suministros de alimentos no percederos, por al menos para una semana. Al menos suministros para una semana de alimentos no percederos, un abre latas manual, platos de papel, vasos y utensilios plásticos. Una buena elección de alimentos incluye, pan, galletas, crema de cacahuete, fruta enlatada, uvas pasas y otras frutas secas, frijoles enlatados, bebidas tales como jugos de frutas y leche en latas y cajas, sopa enlatada, barras de granola, cereal frío, café instantáneo, dulces duros, bolsas de té, galletas dulces, condimentos, estofado enlatado, atún enlatado, y otras carnes enlatadas.
- _____ Suficientes contenedores plásticos para guardar los alimentos secos, baterías de repuesto, cinta aislante, fósforos, etc.
- _____ Abastecimiento para cuatro semanas de medicamentos recetados en sus botellas originales
- _____ Un botiquín
- _____ Ropa para lluvia
- _____ Bolsas de basura
- _____ Fósforos en un contenedor a prueba de agua
- _____ Comida para mascotas
- _____ Repelente contra insectos
- _____ Una fuente de cocina alterna tal como una parrilla de carbón vegetal (no olvide el carbón), una estufa de acampar o un asador de gas. Use siempre estos aparatos al aire libre y lejos de garajes, vehículos, y chimeneas.
- _____ Algo de hielo en un enfriador
- _____ Capa o lona plástica y una grapadora con grapas
- _____ Blanqueador sin fragancia, tabletas de yodo u otros purificadores de agua
- _____ Abastecimientos para bebés, incluyendo fórmula (en líquido) previamente mezclado.
- _____ Bloqueador solar.

- _____ Una cámara y rollo (usted talvez quiera tomar fotos del interior y exterior de su hogar con el propósito del seguro.)
- _____ Papel higiénico
- _____ Toallas de papel
- _____ Toallitas húmedas
- _____ Cinta adhesiva de tela
- _____ Cajita para coser
- _____ Un sombrero y guantes de trabajo
- _____ Gafas de sol
- _____ Un recipiente impermeable para los documentos importantes y fotografías irremplazables. Necesitará proteger los documentos de las vacunas de sus niños, los pasaportes, los testamentos, las pólizas de seguros, las escrituras, los contratos, los valores y bonos, las tarjetas de seguro social, copias de las declaraciones de impuestos mas recientes, los certificados de nacimiento y matrimonio.
- _____ Ropa de cama o saco de dormir
- _____ Un detector de monóxido de carbono que sirva
- _____ Ropa extra
- _____ Papel y bolígrafos
- _____ Una caja básica de herramientas
- _____ Artículos personales de higiene, como un cepillo de dientes y champú
- _____ Lentes de contacto extras y / o anteojos y una copia de su prescripción, si la tiene
- _____ Cosas para limpiar como desinfectantes, toallas, cubos, trapeador, etc.
- _____ Por si acaso, una lista de refugios y las rutas de evacuación cercanas

Lista de Preparación de Evacuación Planeada

Si usted sabe de antemano que evacuara durante la tormenta, haga lo siguiente antes de irse:

- _____ Llene el tanque de gasolina de su carro.
- _____ Almacene los químicos para el cuidado del hogar y del césped en un lugar por encima de las áreas que se pueden inundar.
- _____ Corte el servicio de agua de la casa. (Contacte a su empresa de servicios públicos para más instrucciones)
- _____ Siga las instrucciones proporcionadas por la empresa de servicios públicos o los oficiales de preparación para emergencias locales para el corte de los servicios de electricidad y gas.
- _____ **NO** corte el gas natural en el medidor. Si usted cree que su casa va a inundarse, corte el gas en los aparatos.
- _____ Cierre los tanques de propano.
- _____ Desconecte todos los electrodomésticos menos el refrigerador y el congelador.

Antes de la Tormenta

Lista de Preparación de Evacuación Planeada (continuación)

- _____ Avísele a las personas cuando usted se va y a donde va.
- _____ Asegure las ventanas y puertas.
- _____ Coloque bolsas plásticas sobre el televisor, equipos de sonido, lámparas, computadores, etc.
- _____ Llene los fregaderos y las tinas con agua para bañarse, lave la ropa y eche agua cuando llegue.
- _____ Empaque alguna ropa y zapatos en bolsas plásticas y almacénelas en estanterías alta.
- _____ Encuentre un lugar seguro para los botes o carros secundarios.
- _____ Corte las ramas débiles de árboles y arbustos.
- _____ Cubra ventanas y puertas con contraventanas de contrachapado, si es posible.
- _____ Guarde o de lo contrario asegure artículos al descubierto como alimentadores de pájaros, bicicletas, parrillas y macetas.
- _____ Lleve con usted la prueba de residencia, tarjetas del seguro social, actas de nacimiento y matrimonio, acciones, bonos u otros certificados financieros, fotografías irremplazables, testamentos, escrituras y copias de la declaración de impuestos reciente.
- _____ Asegúrese de que sus vecinos tengan transporte seguro.
- _____ Lleve el abastecimiento de supervivencia con usted en el carro.
- _____ Lleve un mapa, una lista de los refugios y las rutas oficiales de evacuación.
- _____ Lleve efectivo y/ o cheques de viajero. (Recuerde, los cajeros automáticos y los servicios de “pago en la bomba” no funcionan en un apagón.)

Lista de Preparación para Evacuación de Emergencia

Si usted tiene poco tiempo para prepararse antes de irse, ¡Tome lo más que pueda de las siguientes cosas y váyase!

- _____ Medicamentos, dentaduras postizas, anteojos, ayudas auditivas prescritas, medicamentos que se compran sin receta que usted toma regularmente, y artículos de higiene personal
- _____ Linternas, baterías, un radio de baterías, un botiquín y agua embotellada.
- _____ Una muda de ropa, y una bolsa de dormir o sábanas y almohada para cada miembro del hogar
- _____ Las llaves del carro y, si las tiene, la llaves del lugar a donde va

Consejos para Refugios

Si usted planea evacuar a un refugio comunitario de la Cruz Roja lleve estos artículos con usted:

- _____ Almohadas y sábanas o bolsas de dormir
- _____ Un flotador o colchón de aire, si quiere (Recuerde, probablemente tendrá que dormir en el suelo.)
- _____ Medicamentos prescritos en su botella original
- _____ Una linterna y baterías
- _____ Jabón y toallas
- _____ Cepillos de dientes, abastecimientos para dentaduras postizas y otros artículos de higiene personal

- _____ Toallas de limpieza desechables, tales como toallitas húmedas para bebés, para usar si no hay duchas disponibles
- _____ Alimentos, formulas o suplementos para bebés, ancianos o personas con dietas especiales
- _____ Libros, juguetes silenciosos, y juegos para niños
- _____ Lentes de contacto y anteojos de repuesto
- _____ Merienda no perecederas y agua embotellada
- _____ Provisiones para bebés, incluyendo pañales, formula enlatada previamente mezclada y artículos para dormir al bebé
- _____ Una muda de ropa
- _____ Asientos o camillas plegables livianas, si quiere. (Recuerde, probablemente tendrá que dormir en el suelo.)
- _____ Mapas de caminos y direcciones a los refugios
- _____ Documentos legales importantes, tarjetas del seguro social, prueba de residencia y fotografías irremplazables
- _____ Cualquier numero telefónico que pueda necesitar

Sugerencias Para la Seguridad al Viajar

- Viaje durante las horas del día, si es posible.
- Si usted está planeando viajar en un vehículo contratado como un taxi o ambulancia, haga los arreglos necesarios anticipadamente. (Muchas personas estarán tratando de hacer lo mismo.) Recuerde, sin embargo, que si se ordena una evacuación obligatoria, los conductores y otros empleados de compañías de taxi, limosinas y ambulancias puede que también necesiten evacuar.
- Si usted cree que va a viajar en su propio vehículo, planee irse temprano, durante la etapa de evacuación voluntaria. El ahogarse es la causa de la mayoría de las muertes relacionadas con huracanes, y la mayoría de las personas que se ahogan lo hacen mientras intentas conducir sus vehículos a través de un torrente de agua que crece.
- Si usted está preocupado por quedarse varado, llame al equipo de manejo de emergencias de su condado. Escuche la radio para instrucciones e información de contacto.

Consejos para Mantener Seguras a las Mascotas en una Evacuación

- Usted también tiene que planear para sus mascotas. **NUNCA DEJE UNA MASCOTA DESATENDIDA EN UNA EVACUACIÓN.**
- Los refugios oficiales normalmente no permiten el ingreso de mascotas, así que trate de hacer arreglos alternos para que las mascotas se queden con familiares, amigos, veterinarios o perreras en lugares seguros.
- Busque un hotel que acepte mascotas. Llame a los hoteles en un lugar seguro y pregunte si puede llevar su mascota. Si el hotel tiene política de no aceptar mascotas, pregúntele al Administrador si puede pasar por alto la política durante la crisis. Muy a menudo, los administradores de los hoteles hacen más flexibles las reglas en estas situaciones.
- Asegúrese de llevar la comida para las mascotas, caja higiénica, jaulas o portadores, certificado contra la rabia, correas, collares con etiqueta de identificación, y juguetes favoritos con usted. Llevar una foto de su mascota también es buena idea. En caso de que sea separado de su animal.

Después de la Tormenta

Si su casa está inundada...

Si su casa está inundada, **no coma** alimentos que puedan haber estado en contacto con el agua de la inundación incluyendo:

- Alimentos empacados en papel, tela o cajas de cartón
- Alimentos enlatados en casa
- Harina, granos, azúcar o café en tarros o bolsas
- Carne, pollo o pescado frescos
- Cualquier alimento envuelto en papel aluminio o celofán
- Frutas y vegetales frescos que no tengan cáscara o vaina que puedan ser removidos antes de comer
- Productos con tapas de rosca, tapas de giro, tapas de voltear o cubiertas para romper. Esto incluye productos como sodas, jugos enlatados o embotellados, aderezos, agua embotellada (Ej. mostaza, salsa de tomate, mayonesa), crema de cacahuate y mermeladas

Algunos alimentos o artículos relacionados con alimentos pueden ser limpiados y desinfectados. **Siga los siguientes pasos:**

1. Salvar alimentos comercialmente enlatados sin abolladuras, goteos, o protuberancias, retire el sello, luego lave las latas con agua tibia jabonosa y enjuáguelas con agua limpia. Remójelas por 30 a 60 segundos en una solución de 1 onza de blanqueador de cloro sin olor por seis galones de agua. Finalmente, ponga nuevos sellos en las latas con un marcador permanente, asegurándose de incluir la fecha de vencimiento.
2. Lave y desinfecte todos los artículos que no son alimentos hechos de materiales no porosos, como vajilla, loza, vasos, cubiertos y otros utensilios metálicos.
3. Bote cualquier utensilio plástico, platos de papel o plásticos, tazas de madera, herramientas de cocina, y cualquier otro artículo que no sea alimentos de material poroso.

Si su Casa no Tiene Energía...

Contacte a todas las compañías de servicios públicos para recibir orientación y para que le digan cuando y como volver a reestablecer los servicios de agua, electricidad y gas natural.

Alimentos en el Refrigerador

- Si mantiene la puerta de su congelador cerrada lo más que pueda, los alimentos pueden permanecer congelados de uno a tres días, dependiendo de:
 - La duración de tiempo que el congelador está abierto
 - La cantidad de alimentos en el congelador. (Cuando está empacados compactamente, los alimentos permanecen congelados mas tiempo.)
 - La temperatura del cuarto en el cual está el congelador; y
 - El sistema de aislamiento del congelador
- Los alimentos congelados que se han descongelados pero que están todavía completamente fríos (no más de 40 grados Fahrenheit) deberían estar:
 - Cocinados, y luego congelados, o
 - Preparados y consumidos, o
 - Desechados

- Los alimentos que están congelados parcialmente como frutas, vegetales o carne que todavía tienen cristales de hielo pueden volver a ser congelados.
- No vuelva a congelar helados o cenas congeladas.
- Use bloques de hielo o hielo seco si está disponible para preservar los alimentos congelados. Veinticinco libras de hielo seco mantendrán un congelador de 10 pies cúbicos congelado de tres a cuatro días. Póngase guantes secos y gruesos al manejar el hielo seco.

Alimentos en el Refrigerador

- Mantenga cerrada la puerta del refrigerador lo más que pueda. Esto puede permitir que la comida permanezca fría de cuatro a seis horas.
- Deseche cualquiera de los siguientes alimentos que han estado a temperatura ambiente por dos o más horas:
 - Carne, pollo, pescado, pizza con carne o almuerzos con carne frescas o congeladas
 - Cazuelas, sopas o estofados
 - Leche, crema, yogurt, quesos suaves y requesón
 - Mayonesa, salsa tártara y aderezos cremosos
 - Pasta, papas, arroz y ensaladas cocinadas
 - Masa para galletas
 - Huevos y sustitutos de huevos
 - Natillas, pasteles rellenos de crema, chifón y pastel de queso.
 - Salsa
- Deseche cualquier alimento que tenga olor, color o textura inusual.
- **¡NO PRUEBE ESOS ALIMENTOS!** Usted **no** siempre puede detectar bacterias por el olor, sabor o viéndolas.
- Los siguientes alimentos pueden ser almacenados a temperatura ambiente por dos o tres horas y todavía estar a salvo mientras no hayan sido tocadas por las aguas de la inundación:
 - Mantequilla y margarina
 - Quesos duros y procesados
 - Frutas y vegetales frescos
 - Jugos de frutas
 - Frutas y coco secos
 - Hierbas y especias frescas
 - Frascos abiertos de aderezos para ensalada a base de vinagre, crema de cacahuate, mermelada, condimento, mostaza, salsa de tomate, aceitunas y salsa barbecue
 - Harina y nueces
 - Pasteles de fruta
 - Pan, rollos, tortas, muffins y bagels

Cocinando sin Electricidad

Siga estas simples instrucciones para poder preparar sin incidentes alimentos sin el uso de electricidad o gas

- Los asadores de carbón o gas o estufas de acampar son alternativas muy buenas, pero manténgalas **al aire libre**, lejos de garajes, vehículos, carpas o chimeneas. **NUNCA LAS USE EN INTERIORES.** Pueden causar un incendio o envenenamiento con monóxido de carbono.

Después de la Tormenta

- Si usted tiene una chimenea y no se daña durante la tormenta, puede usarla para cocinar.
- Si usted tiene que hacer una fogata al aire libre, hágala lejos de cualquier estructura, incluyendo garajes. Asegúrese de que el fuego este dentro de un barril de metal o rodeado por piedras u otras barreras.

No Tome Agua Hasta que Esté Seguro de que Puede Beberla

Después de un huracán, todas las fuentes de agua deben ser consideradas inseguras hasta que sean probadas y hasta que las autoridades adecuadas le digan que esta BIEN tomarlas. Hasta entonces, siga estos consejos para permanecer saludable:

- Usted puede beber con confianza agua destilada o embotellada que no ha estado en contacto con la inundación.
- Use sólo agua embotellada para preparar la fórmula del bebé.
- Nunca de beber a las mascotas agua no tratada.
- Usted puede hacer que el agua este libre de bacterias de tres formas:
 1. Lleve el agua al punto de ebullición, cúbrala, y hiérbala por lo menos por dos minutos. **ESTA ES LA UNICA FORMA SEGURA DE ELIMINAR LOS ORGANISMOS DAÑINOS.**
 2. Agregue blanqueador de cloro líquido puro y sin fragancia al agua a razón de ¼ de cucharadita por galón. Luego agite y deje reposar por 30 minutos. Un leve olor a cloro se debería detectar. Si usted no puede detectar levemente el olor a cloro, repita el proceso y deje reposar por otros 15 minutos. Usted puede mejorar el sabor del agua agregando una pizca de sal, luego vierta el agua de un recipiente a otro varias veces.
 3. Agregue yodo a cinco gotas por cuarto de agua clara y 10 gotas por cuarto de agua turbia. Deje reposar el agua tratada por 30 minutos.
- Filtre el agua turbia pasándola a través de un trapo limpio.
- No nade o se bañe en ríos, arroyos, riachuelos, lagos o el océano hasta que las autoridades de salud pública anuncien que el agua es segura.

- Cepille sus dientes, báñese, lave los platos y cocine con agua tratada solamente.
- Enjuague los contenedores de agua con una solución con blanqueador antes de usarlos y al volverlos a usar.
- Si al momento de la tormenta usted no tiene provisión de agua clara almacenada, usted puede usar el agua de sus tanques y tuberías de agua caliente, o agua de ríos y arroyos circulantes. El agua de esas fuentes debe ser purificada.

Otros Consejos Vitales de Seguridad

- No use generadores de gas o lavadoras a presión adentro, o en un garaje.
- Permanezca alejado de animales salvajes. Ellos pueden estar trastornados o tener rabia.
- Tenga cuidado con las serpientes. A menudo se esconden en lugares inusuales después de la inundación.
- No deje la comida para mascotas o cadáveres de animales muertos en su jardín. El olor atraerá ratas y otros animales salvajes.
- Si huele gas, cierre la válvula principal del gas, abra todas las ventanas y váyase de la casa inmediatamente. Avise a la policía, al departamento de bomberos y a la compañía de gas y permanezca alejado hasta que un experto le diga que es seguro volver.
- No altere los riesgos químicos potenciales, tales como solventes. Llame al departamento local de bomberos por ayuda.
- Si necesita mover un tanque de propano, del tamaño que sea, pida ayuda al departamento de bomberos.
- Tenga cuidado con los cables de la energía caídos. No maneje a través de agua estancada si los cables de la energía están en el agua.
- Si usted tiene un pozo, puede estar contaminado. No use el agua del pozo hasta que haya sido examinada. Para información de cómo examinar su agua, o como desinfectar su pozo, contacte al **Bureau of Water de DHEC** al 1-888-761-5989. Si tiene acceso al Internet, vaya a <http://www.scdhec.gov/administration/library/CR-003247.pdf>

