Esta información, tiene como objetivo iniciar un proceso de educación y aprendizaje acerca del estado de preparación de nuestros ciudadanos ante lo inesperado. Para obtener información y recomendaciones actualizadas,

Diríjase al sitio web:

www.listo.gov

o llame al:

1-800-237-3239

para recibir un folleto gratuito.

En asociación con:

UNITED STATES POSTAL SERVICE

THE SALVATION ARMY

citizen corps

Para aprender cómo usted puede ayudar a preparar su comunidad, visite:

www.citizencorps.gov

U.S. Department of Homeland Security
Washington, DC 20528

Prepararse tiene sentido.

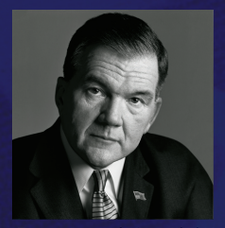
Prepárese ahora.

www.listo.gov

Homeland Security

Listo Trifold.indd 1

1/31/2005 12:31:17 PM

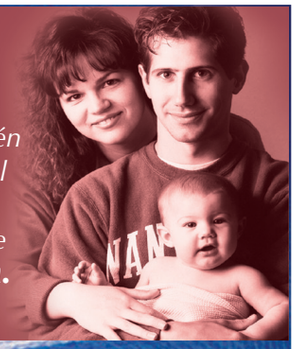


"El terrorismo nos obliga a elegir.
No tema.
Esté listo."

— Secretario Tom Ridge,
Departamento de Seguridad Nacional de los Estados Unidos

Prepararse tiene sentido.

Si su casa se incendiara, la supervivencia de su familia no sólo dependería de la habilidad de los bomberos, sino también de que usted tuviera un detector de humo en buenas condiciones, así como un plan de escape. Lo mismo sucede en el caso de un ataque terrorista. Debemos contar con las herramientas y los planes necesarios para poder sustentar solos, al menos por un período de tiempo, sin importar dónde ni cuándo ocurra el desastre. Al igual que tener un detector de humo en buenas condiciones, también tiene sentido prepararse para lo inesperado. ***Prepárese ahora.***



1

Prepárese para improvisar y usar lo que tenga a la mano para valerse por sí mismo durante por lo menos tres días o más.

Hay muchas cosas que usted puede considerar como importantes, pero piense primero en el agua potable, alimentos y aire limpio.

Considere contar con dos equipos de suministros. En el primero, ponga todo lo que necesita para poder quedarse donde esté y sustentarse solo.

El segundo debe ser un equipo más pequeño y ligero que pueda llevar consigo en caso de que tenga que irse a otro lugar.

Prepare un Equipo de Suministros para Emergencias

Necesitará un galón de agua por persona por día. Incluya en el equipo de suministros comidas secas y/o enlatadas que sean fáciles de almacenar. Si vive en un clima frío, incluya ropa abrigada así como una bolsa de dormir para cada miembro de la familia.

Empiece juntando suministros básicos para emergencias: una linterna, un radio a pilas, pilas de repuesto, botiquín de primeros auxilios, artículos de higiene personal, medicinas y otros artículos que su familia necesite.

Muchos ataques terroristas pueden esparcir pequeñas partículas que contaminan el aire. Muchas de estas partículas sólo pueden hacerle daño si entran en su organismo, así que piense en crear algún tipo de barrera entre usted y cualquier agente contaminante.

Es necesario tener algo para cada miembro de la familia que cubra la boca y la nariz. Para esto puede utilizar dos o tres "capas" de camisetas de algodón, pañuelos o toallas. O bien, puede usar máscaras como las que se encuentran disponibles en cualquier ferretería y que están clasificadas según su nivel de filtración. Es muy importante que lo que decida utilizar se ajuste lo más que se pueda a la boca y a la nariz para no permitir el ingreso de partículas por los espacios libres alrededor de la máscara. Haga todo lo posible para que la máscara quede bien ajustada a los niños.

Incluya también cinta adhesiva industrial ("duct tape") y bolsas gruesas para basura o láminas de plástico que puedan ser usadas para sellar puertas y ventanas y así crear una barrera que impida el contacto entre usted y cualquier posible contaminación que se encuentre afuera.

www.listo.gov

2

Planee con anticipación lo que hará en caso de una emergencia.

Esté preparado para evaluar la situación, usar su sentido común y utilizar lo que tenga a la mano para protegerse a sí mismo y a sus seres queridos.

Dependiendo de su situación y de la naturaleza del ataque, la primera decisión que debe tomar es la de quedarse donde está o irse a otro lugar. Usted debe entender y planear para ambas situaciones.

Haga un Plan para Actuar Frente a Una Emergencia

Un Plan de Comunicación Familiar: Su familia quizás no se encuentre junta cuando ocurra un ataque. Por esta razón, **deben planear cómo se van a comunicar, así como qué harán frente a diferentes situaciones.** Considere un plan en el que cada miembro de la familia llame o mande un correo electrónico al mismo amigo o pariente en caso de emergencia. Puede que sea más fácil hacer una llamada de larga distancia que una llamada local, de modo que un pariente o amigo que se encuentre fuera del estado estará en mejores condiciones para comunicarse con los otros miembros de su familia. Puede que tenga problemas en el momento de comunicarse a causa del desastre, pero sea paciente y siga intentándolo.

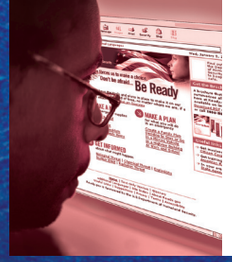
Si Decide Quedarse: Existen circunstancias en las que la supervivencia depende de quedarse en un lugar y crear una barrera de protección entre usted y cualquier agente contaminante. En lo que sea posible, **escoja una habitación que tenga el menor número posible de puertas y ventanas. Puede cortar con anticipación láminas de plástico para sellar las puertas, ventanas y/o entradas de aire.** Recuerde que cada entrada de aire debe ser sellada eficientemente.

Si usted ve grandes cantidades de impurezas en el aire o si las autoridades locales dicen que el aire se encuentra muy contaminado, vaya inmediatamente al lugar de refugio. Enciérrese rápidamente allí con su familia y mascotas, cierre las puertas, ventanas, salidas de aire y el tiro de la chimenea. Apague el aire acondicionado y los sistemas de calefacción. Selle todas las puertas y las ventanas. Vea la televisión, escuche la radio o conéctese a la Internet para seguir las instrucciones.

Si Decide Irse: Planee con anticipación cómo va a juntar a su familia y prepare un plan de escape. **Escoja varios destinos que queden en diferentes direcciones para contar con más de una opción en caso de emergencia**. Si tiene auto, mantenga el tanque lleno hasta la mitad en todo momento. Es importante **familiarizarse con rutas alternativas de escape así como con otros medios de transporte disponibles en el área**. Si no tiene auto, planee cómo escapar en caso de que tenga que hacerlo. Lleve consigo el equipo de suministros para emergencias y deje cerradas con llave las puertas de su casa. Si piensa que el aire puede estar contaminado, maneje con las ventanas cerradas y el aire/calefacción apagadas. Escuche la radio para seguir instrucciones.

Un Plan para la Escuela y el Trabajo: Piense en los lugares en los que usted y su familia pasan el tiempo. Hable con la escuela de sus hijos y con su jefe acerca de los planes de emergencia. Averigüe cómo ellos piensan comunicarse con las familias en caso de emergencia. Si usted tiene empleados a su cargo, asegúrese de tener un plan de emergencia para ellos. Revíselo y practíquelo con sus empleados. En una emergencia, conviene que toda la comunidad trabaje de forma unida. Hable también con sus vecinos acerca de cómo pueden trabajar juntos en casos de emergencia.

3



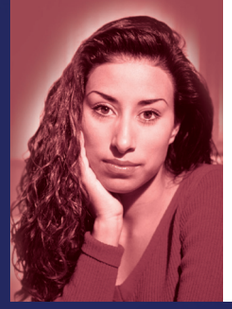
Manténgase Informado

Algunas de las cosas que usted puede hacer para prepararse ante lo inesperado incluyen tener un equipo de suministros y elaborar un plan de comunicación familiar, tanto para desastres naturales como para aquellos producido por el hombre. Sin embargo, existen diferencias entre los varios tipos de ataques causados por terroristas, tales como ataques químicos, biológicos, nucleares y radiológicos, que afectarán la forma en que deberá responder.

Llame al:
1-800-237-3239
para recibir un folleto gratuito,

o visite:
www.listo.gov
para aprender más acerca de posibles amenazas terroristas.

4



Conserve la Calma

Prepárese para adaptar esta información de acuerdo con sus necesidades y trate de seguir las instrucciones de las autoridades locales. **Quédese calmado, sea paciente y piense antes de actuar.**

Con estas instrucciones sencillas, usted puede estar listo para lo inesperado. Si tiene un detector de humo que funciona, esto muestra que ya entiende la importancia de estar preparado.

Prepárese ahora.

Listo Trifold.indd 2 1/31/2005 12:31:22 PM