

¿ESTÁ PREPARADO?



No salga durante un desastre: cómo refugiarse en el lugar

Durante algunas emergencias, las autoridades locales pueden pedirle que “se refugie en el lugar.” Si no está familiarizado con esa frase, es hora de que se informe y comience a prepararse para estar protegido.

¿Qué es refugiarse en el lugar?

Refugiarse en el lugar significa protegerse inmediatamente donde sea que esté: en su hogar, en el trabajo, en la escuela o en un medio de transporte. Esta frase normalmente se escucha durante un desastre en el que hay contaminantes químicos o radiológicos presentes en el aire, aunque también se utiliza en otras emergencias y desastres naturales. Es posible que el llamado a refugiarse en el lugar surja con poca antelación y requiera que usted actúe con rapidez, por lo tanto, prepararse con anticipación para refugiarse en el lugar puede ser de suma importancia para su seguridad.



Photo courtesy iStockphoto—Rhienna Cutler



Photo courtesy iStockphoto—FineCollection

Escuche y actúe

Es posible que los sistemas de alerta varíen de una comunidad a otra, en consecuencia, conozca cuál es el tipo de señales de alerta que debe escuchar en su zona. Durante una emergencia, es muy importante escuchar las instrucciones de las autoridades encargadas de las emergencias. Le indicarán cómo protegerse, por ejemplo, si debe quedarse adentro, cómo proceder con mayor precaución para evitar que los contaminantes entren o salgan. Asegúrese de que su kit de reserva para emergencias incluya una radio a pilas o con manivela para que pueda estar informado durante la emergencia.

Si recibe un llamado para refugiarse en el lugar y se encuentra en su hogar, tome medidas inmediatamente. Lleve a toda su familia y a sus mascotas al interior de la casa. Cierre con seguro todas las ventanas y puertas. Apague los sistemas de calentamiento o aire acondicionado y los ventiladores. A menos que se lo indiquen, no intente ir a buscar a sus hijos a la escuela; las autoridades escolares los protegerán. Como parte de sus actividades de preparación, conozca con anticipación los planes de emergencia y para refugiarse en el lugar que se aplican en la escuela. También es importante conocer los planes para refugiarse en el lugar que se aplican en su trabajo. Si en su lugar de trabajo no existe tal plan, considere la posibilidad de ofrecerse a crear uno. Si se encuentra conduciendo cuando escucha la orden de refugiarse en el lugar, diríjase al lugar seguro que tenga más cerca, ya sea su hogar, su trabajo, una tienda o un edificio público.

Cómo prepararse

Photo courtesy iStockphoto—Boris Yankov



Asegúrese de que todos los integrantes de su familia participen de la preparación del plan de su hogar para refugiarse en el lugar. Puede poner en práctica los simulacros en su hogar para saber si todos saben lo que tienen que hacer.

Elija una habitación de su casa donde puedan refugiarse. Se recomiendan las que tengan la menor cantidad posible de ventanas y puertas, y, preferentemente, que estén conectadas a un baño. Organícese de manera que las mascotas también puedan orinar o defecar sin salir de la casa.

Es esencial que la ubicación de su refugio tenga un kit de reserva para emergencias. Su kit debe incluir al menos suministro de agua y alimentos no perecederos para tres días, así como también alimento para sus mascotas. También necesitará un botiquín de primeros auxilios, una linterna, pilas, un teléfono y una radio a pilas o con manivela, algunas vienen con cargadores para teléfonos celulares. No olvide controlar su reserva y actualizarla con regularidad para cambiar los alimentos vencidos.



Photo courtesy iStockphoto—Julia Nichols

Su kit de reserva para emergencias también debe incluir tijeras, cinta adhesiva para conductos, toallas y láminas de plástico en caso de que las autoridades le indiquen que selle su refugio para evitar el ingreso de contaminantes. En ese caso, selle ventanas, puertas, orificios de ventilación, tomacorrientes eléctricos y cualquier otra abertura al exterior.

Permanezca adentro de su refugio hasta que las autoridades indiquen que es seguro volver a salir.



800 I Street, NW · Washington, DC · 20001-3710
202-777-APHA · www.aphagetready.org · getready@apha.org

