



5 de diciembre de 2011

A TODO EL PERSONAL

Lic. Bernador Vazquez Santos
Director Ejecutivo

PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIA

Ante la actividad sísmica experimentada en días recientes es necesario reiterar la importancia de los planes de acción para garantizar la seguridad de vidas y propiedades.

Es vital para todos los que vivimos en comunidad tomar las medidas de precaución necesarias en el ámbito personal, familiar y laboral. En la medida que estemos preparados para lidiar con los resultados de eventos naturales imprevistos, el funcionamiento como agencia, gobierno y sociedad será menos impactado. Por ello, les exhorto a ser diligentes en la revisión y reestructuración de sus respectivos planes familiares de emergencia.

La elaboración y activación del plan familiar de emergencia contribuye no solo a salvaguardar vidas, sino que además permitirá el sostenimiento de sus familias con esa ayuda inmediata en tanto las agencias locales responsables del manejo de emergencia toman control de las eventualidades surgidas.

Les exhorto a considerar las guías en el documento adjunto, las cuales facilitará la elaboración de su plan familiar. Además, cada municipio cuenta con un departamento u oficina de manejo de emergencias con las cuales pueden comunicarse o visitar para obtener información que les ayude a practicar medidas de seguridad para cualquier emergencia.

Estar bien preparados puede salvar vidas.



He aquí los aspectos esenciales de su plan y cómo usted debe iniciar el proceso de prepararse.

Formular un plan

Tendrá que formular un plan familiar para los casos de emergencia/desastre. Involucre a todos los miembros de la familia (los que estén en condiciones de participar), así como a otras personas allegadas, en la elaboración de su plan, el cual deberá cubrir los temas siguientes:

Preguntas que deberá hacerse y contestar al elaborar su plan

- ¿Cuáles desastres o emergencias son los más probables?
- ¿Cuáles agencias son responsables de los planes para casos de desastre o emergencia en su comunidad?
- ¿A quién tendrá que llamar? ¿Tiene los números de teléfono necesarios?
- ¿Cuáles son sus vías de escape?
- En caso de que se separe de su familia, ¿cuál será su punto de reunión?
- ¿Tiene recogida en un sólo lugar la información y los documentos vitales suyos y de los demás miembros de su familia?
- ¿Sabén todos los miembros de su familia qué deben hacer?
- ¿Cuáles suministros necesitarán? ¿Tiene lista una mochila o botiquín de suministros vitales?
- ¿Cuántas mochilas debo preparar? Deberá considerar una para el trabajo, casa y carro por componente familiar.

Ejecución del plan

- Desarrollar una lista de control
- Preparar las mochilas o bultos de suministros
- Elaborar una lista de números de teléfono de emergencia
- Asegurarse de saber cómo cortar los servicios públicos (agua, luz, gas), en caso de que resulte necesario
- Practicar simulacros de reuniones o rutinas

Preguntas que deberá hacerse y contestar al formular su plan

Las emergencias (y los desastres potenciales) más comunes son los que pueden suceder en su hogar, entre ellos los incendios y las fugas de gas. Luego vienen las emergencias relacionadas con el estado del tiempo, como las inundaciones o las tormentas, marejadas ciclónicas que sean típicas de la región donde usted vive. Definitivamente querrá estar preparado para un incendio u otra emergencia en el hogar y tomar precauciones orientadas a disminuir el riesgo. Asimismo, su familia también debe saber cómo actuar en caso de presentarse una emergencia de esta naturaleza.

Cada municipio tiene un departamento u oficina de manejo de emergencias. Posiblemente existan también otras agencias locales responsables del manejo de emergencias en su municipio. Las oficinas de manejo de emergencias en su municipio o comunidad son excelentes recursos que le ayudarán a conocer los diferentes aspectos del plan para emergencias que existe en su municipio.

Estas oficinas también deberían de tener materiales impresos y otra información que le ayudará a practicar medidas de seguridad y a prepararse para cualquier emergencia.

Con la ayuda de su familia, sus amigos y otras personas importantes en la vida de su familia, proceda a elaborar su plan para desastres.

El Botiquín de Suministros Básicos

Su botiquín puede ser muy básico o puede tomar en consideración todas las diferentes emergencias meteorológicas a las que puede estar expuesto, dependiendo del área donde viva. Por ejemplo, si vive en un área donde hay frecuentes apagones eléctricos durante el verano, le convendría asegurarse de tener a mano alimentos que no tengan que ser refrigerados ni calentados antes de consumirse. La Agencia Federal para el Manejo de Emergencias (FEMA, por sus siglas en inglés) recomienda que usted incluya los artículos siguientes en su botiquín de suministros básicos.

- Alimentos no perecederos para tres días
- Platos y utensilios desechables
- Abridor de latas
- Suministro de agua para tres días – un galón de agua para cada miembro de su familia
- Radio o televisor que opere con baterías (con sus baterías)
- Baterías adicionales para todos los aparatos que las requieran

- Lámpara de mano o linterna con baterías
- Mantas o frazadas de dormir
- Botiquín de primeros auxilios
- Artículos sanitarios/higiénicos – toallitas húmedas, gel bactericida para manos (hand sanitizer), papel higiénico
- Silbato - pito

Copias de sus documentos importantes e información necesaria – documentos de identidad, pasaportes, tarjetas de crédito, testamentos, certificados de nacimiento, tarjetas de seguro social, escrituras hipotecarias, pólizas de seguro, registros médicos, documentos bancarios, etc.

- Dinero en efectivo (además de tarjetas de crédito, etc.)
- Medicamentos, anteojos
- Para los bebés – fórmula, pañales, biberones
- Fósforos, recipiente impermeable
- Juego adicional de llaves del automóvil

Cambio de ropa para todos los miembros de la familia – tome en cuenta el clima de donde viven y el tipo de ropa que necesitarán

Hablar con sus hijos y otros miembros de la familia

Es importante que hable con sus hijos mayores sobre la necesidad de estar preparados para una emergencia. Debe hacerlo sin alarmar. Pero cuanto más hable de una manera tranquila sobre este asunto y cuanto más practiquen los simulacros, más natural para ellos será el tema. Si se presenta una emergencia, sus hijos no tendrán tanto miedo y sabrán cómo deben actuar.

Con los niños de menor edad, asegúrese de considerar cómo los sacará de la casa o cómo se asegurará de cuidarlos mientras ejecute los demás pasos de su plan para desastres.

Practique simulacros y funciones con sus hijos

Los simulacros de rutinas de emergencia son recomendables, especialmente para conocer las medidas de seguridad contra los incendios y aprender a salir de la casa de una manera rápida y segura. Se recomienda hacer simulacros de escape para casos de incendio. Enseñe a sus hijos a abrir las puertas con llave y a pasar por ellas en caso de necesidad. Enséñeles reglas de seguridad para casos de incendio, por ej., avanzar gateando cuando hay humo presente y las técnicas de parar, caer y rodar. También deberían de saber usar el teléfono en casos de emergencia.

Hablar con su proveedor de servicios de cuidado de niños y la escuela

Es esencial incluir su servicio de cuidado de niños y su escuela como parte del plan de su familia en caso de un desastre. Necesitará considerar y planear los pasos que tomarán usted y otros adultos si su hijo está con su proveedor de cuidado de niños o en la escuela durante un desastre. Antes de poder hacerlo, necesita conocer el plan de su servicio de cuidado de niños y de la escuela en caso de una emergencia.

Hable con los responsables del cuidado de su hijo y con su escuela. Hágales preguntas. Preguntas que se deberían hacer a los responsables del cuidado acerca de la preparación para un desastre. Tres preguntas principales son: 1) ¿Tiene el programa un plan de preparación para emergencias? 2) ¿Pueden los responsables evacuar a los niños sin incidentes a un lugar seguro y predeterminado? y 3) ¿Cómo les avisarán los responsables a los padres si ocurre un desastre mientras su hijo está en el ambiente de cuidado o en la escuela?

El plan de su programa de cuidado de niños debería de contestar estas preguntas. Asegúrese de que entiende el plan y que tienen la información vital de su hijo, tal como sus necesidades de salud u otras necesidades especiales, y que tienen la información necesaria y actual de contacto. Déjeles saber también el plan de su familia para el caso de un desastre.

Pensar en la posibilidad de un desastre no es agradable, pero es necesario. Para proteger adecuadamente a sus hijos y otros familiares se requiere una buena planificación. Hay disponible mucha información sobre cómo prepararse para casos de emergencia. Cada municipio tiene una oficina de manejo de emergencias.

Preguntas para considerar

¿Cuáles agencias son responsables de los planes para casos de desastre o emergencia en mi comunidad?

¿Cuáles desastres o emergencias tienen una mayor probabilidad de presentarse en el área donde yo vivo?

¿A quien tendré que llamar? ¿Tengo los números de teléfono necesarios?

¿Cuáles son mis vías de escape?

¿Tengo recogidos en un sólo lugar la información y los documentos vitales de mi familia?

En caso de separarnos, ¿dónde nos reuniremos o cómo nos comunicaremos?

¿Sabes todos los miembros de mi familia qué deben hacer?

¿Cuáles suministros necesitaremos? ¿Está listo el botiquín de suministros vitales?

¿Qué implica?

Identifique la agencia de manejo de emergencias de su comunidad, y obtenga de ella los números de teléfono a los que puede llamar en situaciones de emergencia.

Obtenga números de teléfono de las agencias de manejo de emergencias, así como otros números e información importante de contacto.

Identifique vías de escape de su casa para casos de necesidad. Determine por lo menos dos vías de escape de su casa. Procure tener por lo menos dos puntos de salida en la casa.

Tenga recogidas en un sólo lugar copias de las necesidades médicas de su familia, así como de las pólizas de seguro de salud y otros documentos de importancia. Verifique y actualice su póliza de seguros del hogar y observe qué realmente le cubre.

Identifique un punto de reunión o de encuentro en caso de que tenga que evacuar su casa, o que no estén todos juntos al presentarse un desastre.

- Sepa qué debe hacer en diferentes situaciones de emergencia y cómo cada una requiere acciones diferentes.
- Asegúrese de saber cómo desconectar los servicios públicos en su casa, si hay tiempo para hacerlo.
- Asegúrese de saber dónde queda la caja de fusibles y las demás líneas principales en su casa.

Aprenda los procedimientos correctos para reaccionar ante diferentes situaciones: incendio, inundación, terremoto, tsunami, huracán, etc. Utilice la lista recomendada de suministros básicos para casos de desastre.

Acción a tomar

Averigüe los detalles del plan para casos de desastre y del plan de evacuación del municipio en que vive.

Comuníquese con la oficina de manejo de emergencias de su municipio o comunidad o con la Agencia Estatal para el Manejo de Emergencias y Administración de Desastres (AEMEAD) para averiguar cuáles desastres naturales son probables en la región donde usted vive, y cómo prepararse y reaccionar ante ellos.

- Averigüe otros números de teléfono, adicionales al 911, para ayuda en casos de emergencia.
- Haga una lista de sus contactos personales, tanto a nivel local como en otros estados, a quienes pueda llamar en caso de una emergencia.
- Incluya los números de teléfono de la escuela de sus hijos o de los responsables de su cuidado.
- Asegúrese de que tanto usted como los miembros de su familia tengan con ellos estos números de teléfono en todo momento.

Coloque cerca de todos los teléfonos en su casa una lista de números de teléfono para casos de emergencia.

- Haga un mapa de su casa en el que se identifiquen las vías de escape.

Practique con su familia simulacros de escape.

- Haga copias – y guárdelas en una caja de seguridad o caja fuerte.

Respecto a la información médica vital, asegúrese de que todos los miembros de la familia tengan una copia de sus necesidades médicas u otras necesidades especiales.

- Para el caso de un incendio, hable sobre dónde usted y los demás miembros de su familia se reunirán fuera de la casa (en un árbol cercano, en la casa de un vecino, etc.).

Tenga convenido un lugar donde podrán hablar unos con otros si se separan durante un desastre.

- Haga simulacros de incendio y de otras situaciones de emergencia por lo menos cada seis meses. Asegúrese de involucrar en estos simulacros a sus hijos mayores de 5 años.

Aprenda cuándo debe usarse el extintor de fuegos y cuándo no debe usarse, y cómo operarlo correctamente.

- Prepare un botiquín de suministros.

Manténgalo abastecido en todo momento y cambie sus baterías cada seis meses.

Además...

- Obtenga información y esté preparado para llevar a cabo medidas y procedimientos de seguridad para el caso de un incendio.

Obtenga información y prepárese para otros desastres también: ataques terroristas, peligros tecnológicos o de otro tipo.

- Asegúrese también de que sus contactos tengan una forma de comunicarse con usted – se recomienda tener también un teléfono celular, en caso de que las líneas telefónicas terrestres hayan sido interrumpidas.

Averigüe los detalles del plan de la escuela de sus hijos, o de los responsables de su cuidado, para casos de emergencia/ desastre.

Obtenga un brazalete médico u otra forma conveniente para registrar información médica.

Tendrá que involucrar a otras personas – familiares, amigos, vecinos – quienes también deben participar en la elaboración del plan. Todos deben tener la misma información.

Mantenga una llave de tuercas y una linterna o una lámpara de mano cerca de las conexiones de los servicios públicos. Mantenga a mano baterías para los focos de mano y otros artefactos que operen con batería (p. ej., un radio).

- Tenga uno o más teléfonos celulares para uso suyo y de su familia.
- Asegúrese de que en su casa haya suficientes detectores de humo y que estos estén funcionando correctamente.

Asegúrese de tener un extintor de fuegos en buen estado de funcionamiento.

Estar bien preparados puede hacer la diferencia.

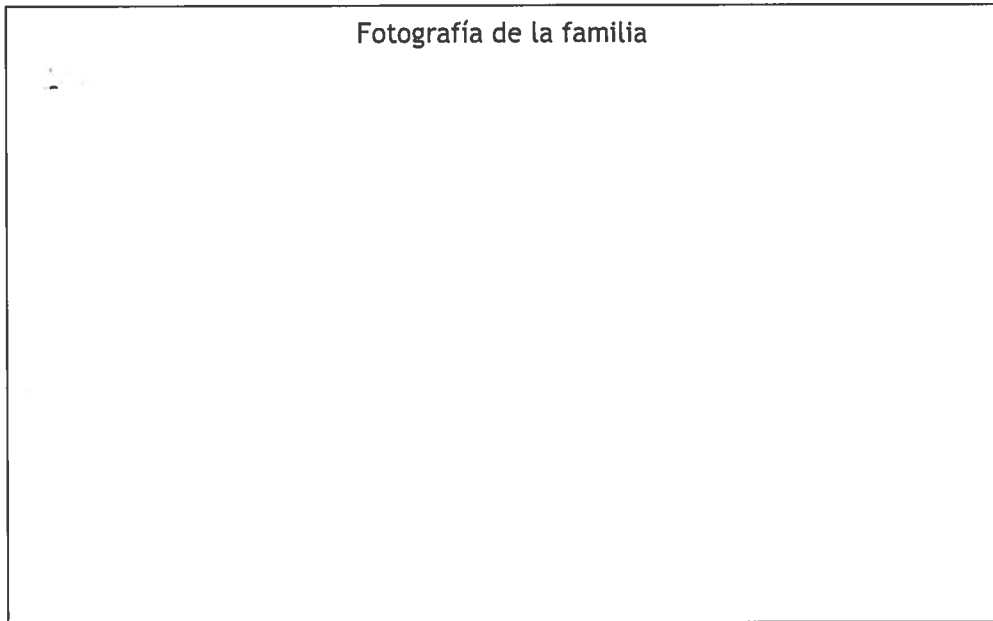
Trabajar en equipo puede salvar vida. ¿Está usted preparado?

Plan familiar para emergencias:

Dirección física:

Dirección postal:

Fotografía de la familia



Municipio:

Barrio:

Sector:

Trabajar en equipo puede salvar vida. ¿Está usted preparado?

Índice:

Introducción	Página 1
Índice:	Página 2
Información personal:	Página 3
Información de Mitigación de desastre:	Página 11
Información del Plan:	Página 13
Información de Suministros:	Página 15
Información del Vecindario:	Página 16

Trabajar en equipo puede salvar vida. ¿Está usted preparado?

Información de los componentes de la familia:

Jefe de Familia:

Apellido Paterno, Apellido Materno, Nombre, Inicial	Fecha de nacimiento	Apodo

Medicamentos e instrucciones	Peso	Estatura
	foto	
Condiciones de salud y a qué es alérgico		

Número de teléfono celular	Número teléfono trabajo	Nombre y dirección del trabajo

Tipo de vehículo que posee (si alguno);

MARCA	MODELO	AÑO	COLOR	NUM TABLILLA

DESTREZAS TECNICAS Y / O PROFESION:

DESCRIPCION

Trabajar en equipo puede salvar vida. ¿Está usted preparado?

Información de los componentes de la familia:

Cónyuge:

Apellido Paterno, Apellido Materno, Nombre, Inicial	Fecha de nacimiento	Apodo

Medicamentos e instrucciones	Peso	Estatura
	foto	
Condiciones de salud y a qué es alérgico		

Número de teléfono celular	Numero teléfono trabajo	Nombre y dirección del trabajo

Tipo de vehículo que posee (si alguno);

MARCA	MODELO	AÑO	COLOR	NUM TABLILLA

DESTREZAS TECNICAS Y / O PROFESION:

DESCRIPCION

Trabajar en equipo puede salvar vida. ¿Está usted preparado?

Información de los componentes de la familia:

Hijo (a):

Apellido Paterno, Apellido Materno, Nombre, Inicial	Fecha de nacimiento	Apodo

Medicamentos e instrucciones	Peso	Estatura
	foto	
Condiciones de salud y a que es alérgico		

Numero de teléfono celular	Numero teléfono trabajo	Nombre y dirección del trabajo

Tipo de vehículo que posee (si alguno);

MARCA	MODELO	AÑO	COLOR	NUM TABLILLA

DESTREZAS TECNICAS Y / O PROFESION:

DESCRIPCION

Trabajar en equipo puede salvar vida. ¿Está usted preparado?

Información de los componentes de la familia:

Hijo (a):

Apellido Paterno, Apellido Materno, Nombre, Inicial	Fecha de nacimiento	Apodo

Medicamentos e instrucciones	Peso	Estatura
	foto	
Condiciones de salud y a que es alérgico		

Numero de teléfono celular	Numero teléfono trabajo	Nombre y dirección del trabajo

Tipo de vehículo que posee (si alguno);

MARCA	MODELO	AÑO	COLOR	NUM TABLILLA

DESTREZAS TECNICAS Y / O PROFESION:

DESCRIPCION

Trabajar en equipo puede salvar vida. ¿Está usted preparado?

Información de los componentes de la familia:

Hija (a):

Apellido Paterno, Apellido Materno, Nombre, Inicial	Fecha de nacimiento	Apodo

Medicamentos e instrucciones	Peso	Estatura
	foto	
Condiciones de salud y a qué es alérgico		

Número de teléfono celular	Número teléfono trabajo	Nombre y dirección del trabajo

Tipo de vehículo que posee (si alguno);

MARCA	MODELO	AÑO	COLOR	NUM TABLILLA

DESTREZAS TECNICAS Y / O PROFESION:

DESCRIPCION

Trabajar en equipo puede salvar vida. ¿Está usted preparado?

Información de los componentes de la familia:

Familiar que vive bajo el mismo techo:

Apellido Paterno, Apellido Materno, Nombre, Inicial	Fecha de nacimiento	Apodo

Medicamentos e instrucciones	Peso	Estatura
	foto	
Condiciones de salud y a qué es alérgico		

Número de teléfono celular	Número teléfono trabajo	Nombre y dirección del trabajo

Tipo de vehículo que posee (si alguno);

MARCA	MODELO	AÑO	COLOR	NUM TABLILLA

DESTREZAS TECNICAS Y / O PROFESION:

DESCRIPCION

Trabajar en equipo puede salvar vida. ¿Está usted preparado?

Información de los componentes de la familia:

Familiar que vive bajo el mismo techo:

Apellido Paterno, Apellido Materno, Nombre, Inicial	Fecha de nacimiento	Apodo

Medicamentos e instrucciones	Peso	Estatura
	foto	
Condiciones de salud y a qué es alérgico		

Numero de teléfono celular	Numero teléfono trabajo	Nombre y dirección del trabajo

Tipo de vehículo que posee (si alguno);

MARCA	MODELO	AÑO	COLOR	NUM TABLILLA

DESTREZAS TECNICAS Y / O PROFESION:

DESCRIPCION

Trabajar en equipo puede salvar vida. ¿Está usted preparado?

Mascotas:

Nombre	Años	Tipo de mascota y raza
Medicamentos e instrucciones		Peso
		foto
Condiciones de salud		

Mascotas:

Nombre	Años	Tipo de mascota y raza
Medicamentos e instrucciones		Peso
		foto
Condiciones de salud		

Trabajar en equipo puede salvar vida. ¿Está usted preparado?

Descripción del área donde reside:

Posibles problemas que pueden ocurrir en el área durante un desastre:

Información de Mitigación de desastre:

Punto de encuentro o lugar seguro a moverse si es necesario después del desastre:

Información del área de parte de la Oficina del Manejo de Emergencias Municipal

Trabajar en equipo puede salvar vida. ¿Está usted preparado?

Información Adicional:

Teléfonos de Emergencia:

- | | |
|---|------|
| 1. Policía Estatal | 787- |
| 2. Policía Municipal | 787- |
| 3. Bomberos | 787- |
| 4. Oficina Manejo de Emergencia Municipal | 787- |
| 5. Hospitales | 787- |
| 6. Cruz roja- Capítulo Local | 787- |
| 7. Emergencias Médicas: | 787- |
| 8. Emergencias Sociales: | 787- |
| 9. Ofic. Manejo de Emergencias - Zona Estatal | 787- |
| 10. Servicio de ambulancia local | 787- |
| 11. Médico de cabecera: | 787- |
| 12. Médico Especialista de_____: | 787- |

Trabajar en equipo puede salvar vida. ¿Está usted preparado?

13. Servicio al Cliente Emergencia AAA: 787-
14. Servicio al Cliente Emergencia AEE: 787-
15. Familiar contacto en caso de emergencia 787-
Nombre: _____
Parentesco; _____
16. Plomero: (nombre: _____) 787-
17. Electricista:(nombre: _____) 787-
18. Familiar en el extranjero: 787-
Nombre: _____
Parentesco: _____
19. Vecino:(nombre)_____ 787-
20. Vecino:(nombre)_____ 787-
21. Vecino:(nombre)_____ 787-
22. Clínica Veterinaria: 787-
23. Centro de Envejecientes - local 787-
- A. Compañía de Seguro de Desastre:
Tipo de Cobertura:
Teléfono:
- B. Curso de Primeros Auxilios y de CPR:
1. Personas que tienen el curso
 2. Personas que tienen el curso de CPR:

Trabajar en equipo puede salvar vida. ¿Está usted preparado?

Información de suministros:

Suministros de Emergencia	Cantidad requerida	Inventario disponible
Agua (1 galón por persona por día)	1 galón por persona por día	
Desinfectante: Clorox	1 galón	
Desinfectante: Lysol	1 galón	
Desinfectante: alcohol Izopropílico	1 galón	
Desinfectante: Lestoil	1 galón	
Pasta, Cepillos de diente nuevos (uno por persona)	1 por persona	
Alimentos por persona por tres días	1 por persona	
Jabón	1 por persona	
Papel toalla	3 rollos	
Papel sanitario	8 rollos	
Frisas (una por persona)	1 por persona	
Bolsas de basura	20	
Bolsas de cierre plástica	20	
Masking tape	2 rollos	
Cuchilla de bolsillo	1	
Baterías D	8	
Baterías AA	8	
Baterías AAA	8	
Baterías D	2	
Radio de batería	1	
Linternas	2	
Extintor ABC	1	
Soga de ¼"	100'	
Chubs	5	
Pampers para infantes	10	
Depends para envejecientes	10	
Medicamentos para quemaduras	2	
Crema antibiótico para cortaduras y para la piel	1	
Crema para la piel	1	
Gasas	5	
Curitas	20	
Vendajes elásticos	2	
Tela adhesiva	2	
Medicamentos para niños: tylenol liquido	2 frascos	
Medicamentos para niños: para la tos	1	
Medicamentos para niños: para alergias	1	
Medicamentos para niños: para las diarreas	1	
Medicamentos para adultos: para el estomago	1	
Medicamentos para adultos: para acidez estomacal	1	
Medicamentos para adultos: para la tos, Vicks vaporub	1	
Medicamentos para adultos: para el catarro	1	
Alimentos de las mascotas	2	
Mochila para los medicamentos	1	
Bultos o mochila	1 por persona	
Llaves adicional para los vehículos	1	
Set de herramientas tipo Handy Man	1 set	
Aerosol contra los insectos, Medicamentos de mascotas	3 frascos	

Trabajar en equipo puede salvar vida. ¿Está usted preparado?

Información del Vecindario:

NOMBRE	DIRECCION	TELEFONO

Nombre del vecino	Destreza