

Tabla de Contenidos

1. ¿Por qué es importante estar preparado para un desastre?
 2. ¿Sistema de Aviso y Avisos?
 - a. 911
 - b. EPN/Reverso 911
 - c. Servicio Meteorológico Nacional
 - d. Oficina de Emergencias del Condado de Grand
 - e. Code Red (Código Rojo)
 6. Planeamiento Básico para Emergencias
 8. En Caso de una Evacuación
 10. Refugio
 12. Desastres Específicos/Tormentas de Nieve
 15. Incendios/ Incendios Forestales
 20. Deslizamiento de Rocas
 21. Avalanchas
 22. Brote de Enfermedades
 23. Materiales Peligrosos
 25. Tormentas Y Relámpagos
 27. Inundaciones
 28. Tornados
 29. Terremotos
 30. Ataques terroristas
 34. Qué hacer después de un desastre
 35. Cuidado de Emergencia y Primeros Auxilios
 36. Lista de Preparación para una Emergencia
- Tapa Interior Números Telefónicos de Emergencia

¿Por qué es importante estar preparado para un desastre?

Un desastre puede ocurrir en cualquier momento sin previo aviso y esto puede dificultar la vida de miles de personas anualmente. Un desastre puede tener efectos largos, puede provocar que usted tenga que vivir sin sus necesidades básicas o evacuar su hogar. Mucha gente muere o sale lastimada en los desastres. Además, los desastres pueden ocasionar la pérdida de billones de dólares en daños a las viviendas, pérdida de los servicios esenciales, problemas en la comunidad y en las tiendas, daños ambientales y angustia.

En el caso de que ocurra un desastre, los trabajadores de emergencias tratarán de trabajar lo más pronto les sea posible pero a lo mejor ellos no puedan comunicarse con usted inmediatamente. USTED debe estar preparado para esto. El conocimiento de los pasos a seguir en una emergencia reduce el peligro y la angustia.

Esta guía lo ayudará a entender mejor la forma en la cual se debe estar preparado, cómo responder y cómo recuperarse de la mayoría de los desastres naturales o artificiales. Esta guía le dará números de teléfono y sitios de Internet en los cuales usted podrá obtener más información y ayuda además de la ayuda e información que esta guía le proporciona a usted y a su familia.

ESTE PREPARADO: lea esta guía con su familia. Toda su familia debe planificar la forma en la cual se debe estar preparado para saber qué hacer y qué esperar en una emergencia. Entender esta información y hacer cosas para prevenir riesgos puede reducir el daño que causan los desastres.

Sistemas de Aviso

911

¿Cómo funciona el 911? El Condado de Grand usa el 911 para comunicar emergencias. A través del 911, los oficiales se pueden comunicar con la policía, los bomberos, los paramédicos o EMS y la organización Búsqueda y Rescate. Es MUY importante solo llamar al 911 cuando hay una emergencia para no ocupar todas las líneas de 911. Cuando hay emergencias en su condado, usted puede escuchar la radio local, ir a página de Internet de la oficina de emergencias, ver las noticias en la televisión o esperar a que las autoridades le digan qué hacer en vez de usar el 911 y ocupar todas las líneas. Así funciona el 911:

Desde el teléfono de su casa

1. Su llamada llega al departamento del alguacil.
2. La persona que contesta la llamada del 911 se fija en su computadora para obtener información sobre el distrito y el lugar desde donde usted llama.
3. La persona que contesta la llamada verifica si la información que ve en su computadora es correcta , por eso le preguntará a usted su nombre y dirección para confirmar que la información que ve en la computadora sea la misma que usted le están diciendo por si la llamada se desconecta.
4. El oficial le preguntará la razón de su llamada y llamará a la oficina correspondiente para poder ayudarlo. (Policía, bomberos etc.)
5. Dependiendo de la razón de su llamado y si usted puede quedarse en la línea o no, el oficial no cortará la comunicación con usted hasta que llegue a su casa la ayuda necesaria para asegurarse de que hayan encontrado su casa y posiblemente darle más instrucciones.

Desde un teléfono celular

Cuando usted marque 911 desde su teléfono celular el oficial verá en su computadora la torre de teléfonos celulares más cercana a la que usted está llamando. Es muy importante darle al oficial el lugar exacto donde usted se encuentra y el número de teléfono de su celular.

¡NO llame al 911 a menos que sea una emergencia!

EPN/ Reverso 911

¿Qué es el EPN/ Reverso 911?

El EPN (Emergency Preparedness Network) o Red de Emergencias es un sistema para comunicar emergencias que se usa solo para llamar a teléfonos de la casa y NO a teléfonos celulares.

Así funciona esta Red:

1. La agencia que quiere llamar a la población graba un mensaje corto (en el condado de Grand esa agencia es el Departamento del Alguacil)
2. Gracias a esta Red se pueden hacer llamadas a las áreas que la agencia quiera.
3. Esta Red llama a todos los números de teléfono de la lista de la agencia y deja el mensaje cuando la persona o la contestadora contesta el teléfono.
4. Si el teléfono da ocupado, la Red sigue intentando llamar. Si nadie se encuentra en la casa, este mensaje se deja en la contestadota.
5. Si se encuentra una señal TDD, la Red dejará un mensaje en el TDD. TDD es una señal para gente que no escucha bien.

Recibiendo una llamada EPN/ Reverso 911

Cuando usted reciba una llamada EPN, escuche atentamente la información del mensaje. Este mensaje tendrá:

- El **nombre de la agencia** que grabó el mensaje.
- **Información** sobre la emergencia.
- Lo que usted debe **hacer**.
- Si usted tiene o no tiene que llamar a la agencia que grabó el mensaje.

Por favor, llame a la agencia solamente si la grabación así se lo indica. Esta agencia estará muy ocupada tratando de resolver la emergencia. Usted podrá escuchar más información en las radios locales, posiblemente en la televisión o en el sitio de Internet www.gcemergency.com

Lo que usted debe saber si el sistema EPN se activa

1. Si usted tiene su teléfono bloqueado o tiene un sistema para bloquear llamadas de comerciantes, usted no podrá recibir llamadas del sistema EPN.
2. NO llame al 911 si recibe una llamada reversa 911 a menos que el mensaje del reverso 911 así lo indique, ya que esto hace que las líneas del 911 se congestionen para otras emergencias.
3. Solo siga las instrucciones del mensaje.
4. Cuelgue cuando el mensaje se acabe y no antes de que termine.

CODE Red (Código Rojo)

El Code Red es un sistema que está usando la Oficina de Emergencias del Condado de Grand y que se usa para llamar a los teléfonos celulares en caso de emergencias en el condado.

Este sistema se usa para comunicar emergencias solamente. Para recibir emergencias en su celular, usted debe registrarse en el sitio de

Información de Emergencias del Condado de Grand,
<http://www.gcemergency.com>.

Servicio Meteorológico Nacional

El canal de radio NOAA es el que da la información más exacta sobre el clima. Las estaciones de radio son operadas por las oficinas del servicio meteorológico que se encuentran en todo el país y dan información sobre las condiciones climáticas locales. Se da información sobre vientos fuertes, granizo, tornados, inundaciones y tormentas de nieve. Existen recibidores que pueden advertirnos sobre cualquiera de los ejemplos antes mencionados.

Las siguientes son las Estaciones de Radio Meteorológicas NOAA en Colorado.

Colorado Springs	162.475 MHz
Denver	162.550 MHz
Longmont	162.475 MHz

La Oficina de Emergencias

En el condado de Grand, la mejor manera de obtener información sobre emergencias es en la página de Internet:

www.gcemergency.com

Planificación Básica de Emergencia

Puede ocurrir que en el caso de una emergencia se corten los servicios como la luz, el gas y el teléfono y que usted tarde en recibir ayuda. Por eso es importante saber qué hacer en caso de una emergencia para poder proteger a su familia.

Crear un Plan de Emergencias Básico

Uno de los pasos más importantes a seguir para estar preparado para una emergencia es tener un plan. Saber QUE hacer y COMO hacerlo puede ayudarlo a usted y a su familia a pasar por una emergencia sin temores, preocupaciones o inseguridades.

- Platique con su familia sobre lo que haría en un caso de emergencia.
- Platique con sus empleadores y directoras de la escuela de sus niños para saber cómo funciona el plan de emergencias de ellos.
- Dibuje un plano de su casa y marque todas las salidas de emergencias posibles.
- Platique con su familia y determine un lugar lejos de su casa para encontrarse en caso de que haya una emergencia y no puedan volver a su casa.
- Platique con un amigo o familiar que no viva en su barrio para que esa persona sea el punto de contacto en el caso de que usted no pueda encontrar a los miembros de su familia en caso de una emergencia.
- **Tenga números de emergencia a mano** al lado de todos los teléfonos de su casa y enséñele a su familia cuándo y cómo llamar al 911.
- Sepa cómo cortar el agua, el gas y la electricidad de su casa.
- Planifique cómo ayudar a los ancianos, a los vecinos con discapacidades o a los niños pequeños.

- Concurra a una clase de Primeros Auxilios o CPR (resucitación pulmonar y cardiaca) Llame al EMS (oficina de las ambulancia), al departamento de bomberos o a la Cruz Roja para averiguar dónde y cuándo se dan estas clases en el condado de Grand.
- Proteja la salud de su familia, sus finanzas y sus propiedades asegurándose de que todos los seguros estén al corriente. Haga copias de toda la documentación importante y póngala en un lugar seguro o en una caja de seguridad.
- Tenga una caja de ahorros para emergencias en el banco y cheques de viajero o un poco de dinero a mano.

Planificación de emergencias para personas con necesidades especiales.

Si usted, un miembro familiar o un vecino tiene alguna necesidad especial, usted debe tomar precauciones extras para protegerse a usted mismo y a su hogar. Estos son algunos de los ejemplos:

- **Contacte y Regístrese**
- **Personas sordas.:** Estas personas deben recibir un aviso especial en el caso de una emergencia.
- **Personas con poca movilidad.** Estas personas deben recibir asistencia especial para poder ir a un refugio en el caso de una emergencia.
- **Madre o padre soltero:** Las madres o padres solteros pueden necesitar ayuda durante una emergencia.
- **Personas que no hablen inglés:** Estas personas pueden necesitar ayuda en planificar y estar preparadas para una emergencia. Existen grupos comunitarios y culturales que pueden mantener informadas a las personas que no hablen inglés.
- **Personas sin carros:** Estas personas pueden necesitar ayuda para poder transportarse.

- Personas con dietas especiales: Estas personas deben tener los alimentos adecuados para poder seguir con la dietas en caso de una emergencia.

Tenga un grupo de amigos, familiares, vecinos o compañeros de trabajo para ayudarse mutuamente en caso de una emergencia. Esta es una buena forma de conocer a otra gente y saber sobre los problemas a los que uno se puede enfrentar en un caso de emergencia.

En Caso de una Evacuación

Puede ser posible que en caso de una emergencia, usted deba evacuar su hogar por varios días. Ya que algunos desastres ocurren sin previo aviso, usted debe estar preparado para salir de su casa en el momento en que se lo indiquen. Cuando toda una comunidad debe evacuar, los oficiales locales dan información a la comunidad a través de los medios de comunicación u otros métodos como sirenas o llamadas telefónicas. Las evacuaciones ocurren con frecuencia y es importante saber los pasos a seguir en el caso de una evacuación.

- Usted debe localizar, por lo menos, dos rutas de evacuación en su casa y en su trabajo. A veces, pueden ocurrir desastres que afecten todo el barrio donde usted viva o todo el pueblo o ciudad. Determine **dónde** irá usted en el caso de que su comunidad sea evacuada.
- Infórmese sobre los planes de evacuación de las escuelas de sus niños.
- Platique con su familia sobre la posibilidad de una evacuación.
- Fíjese de que su equipo de emergencia esté completo. Usted debe tener suficiente agua, comida, ropa y artículos de emergencia que le duren **por lo menos** de 3 a 5 días.

- Asegúrese de que su carro tenga gasolina ya que la gasolina puede escasear en una emergencia.

Cuando las autoridades le digan que evacue

- **Lleve su equipo de emergencia**
- **Pongase zapatos y ropa fuerte**
- **Proteja su casa**
 1. **Desenchufe los electrodomésticos**
 2. **Cierre con llave las puertas y las ventanas.**
 3. **En el caso de haber temperaturas muy bajas, cierre la llave principal del agua y abra las llaves para sacar el agua de las cañerías. Cierre las válvulas internas de las llaves externas y abra las llaves para sacar toda el agua.**
 4. **Cierre las llaves del gas, el agua y la electricidad.**
- Informe a otras personas sobre el lugar hacia donde se dirige llamándolos por teléfono o dejándoles una nota. Asegúrese de decirle a un amigo a familiar dónde estará en las próximas horas o días.
- **Siga las rutas de evacuación recomendadas. NO TOME atajos ya que estos pueden estar bloqueados, puede haber líneas eléctricas caídas u otros peligros.**

Mascotas

- No se debe abandonar a las mascotas en el caso de una emergencia pero NO arriesgue su propia seguridad al tratar de encontrarlas si usted debe evacuar su casa inmediatamente.
- Póngale a su mascota una etiqueta con el nombre y la dirección de su mascota.
- Haga una lista de los refugios o lugares en su zona donde pueda dejar a sus mascotas en caso de que usted tenga que evacuar.
- Arme un equipo de emergencia para su mascota. En este equipo ponga un botiquín de primeros auxilios, platos, cajas, una correa, medicamentos, comida, el historial veterinario y agua.

Si usted va a un refugio público

- Tenga en cuenta que no en todos los refugios públicos no permiten bebidas alcohólicas, mascotas (con excepción de los perros que guían a los ciegos o ayudan a personas discapacitadas) ni armas de fuego.
- Trate de ser paciente y coopere ya que las situaciones de emergencias pueden ser estresantes y confusas. Es un desafío compartir el espacio con otras personas.
- Quédese en el refugio hasta que las autoridades le digan que puede irse.

Recuerde que en el caso de que las autoridades no le den instrucciones de evacuación, usted debe evacuar si cree que usted y su familia están en peligro.

Quedarse en su Casa

En algunos casos, es más seguro quedarse en su casa. Esto significa que usted y su familia vivirán solos en su casa por un periodo de tiempo y que usted debe cuidar a su familia durante esos días. Quédese en su casa hasta que las autoridades le informen que puede salir. Asegúrese de que usted tiene formas para comunicarse con las autoridades. Túrnese con su familia en escuchar la radio para recibir noticias y emisiones especiales. Puede ser posible que usted se tenga que quedar en su casa por un periodo corto o largo de tiempo. A continuación, se explica la mejor manera de usar los recursos.

Agua

- El agua es importante para sobrevivir y para estar sano. Si usted sabe que se acerca un desastre, llene jarras, jarros, botellas y hasta su tina de agua por si se corta el agua.

- Si no sale mucha agua de las llaves, usted puede usar el agua de las cubiteras, del calefón, del tanque del inodoro (no del bowl del inodoro) o el líquido de los alimentos enlatados. NO use agua de los radiadores, camas de agua o albercas ya que esta agua no es segura para tomar.
- La cantidad de agua que usted y su familia deben tomar depende de su edad, actividad física, condiciones físicas y la estación del año. Por lo general, la gente necesita POR LO MENOS dos cuartos de agua por día. NUNCA tome menos de un cuarto de agua por día.

Comida

Usted debe racionar la comida de su casa con EXCEPCION de los niños y las mujeres embarazadas. La mayoría de la gente puede sobrevivir con la mitad de la comida que come regularmente o puede sobrevivir sin comer durante algún tiempo. Estos son algunas de las comidas que hay que tener en cuenta:

- Comidas ya preparadas
- Frutas y Verduras
- Jugo, leche o sopa en lata o en caja.
- Crema de cacahuete, mermelada, galletas con poca sal, barras de granola, nueces y semillas.
- Vitaminas
- Comidas para bebés o para personas que estén bajo alguna dieta en especial o que tengan alergias.
- Galletas/Dulces
- Café instantáneo, cereal o leche en polvo.
- Use formula para bebés.

No coma alimentos que estén en latas agujereadas o comida que huelga mal o se vea en mal estado. Usted debe chequear/remplazar los alimentos de su equipo de emergencia cada seis meses. Escriba la fecha de elaboración de cada producto con un marcador permanente.

Si se corta la electricidad

- Trate de conservar la energía para que las compañías eléctricas no tengan que cortar la luz.
- Siempre tenga el tanque de gasolina de su carro por lo menos la mitad lleno con gasolina ya que las estaciones de gasolina operan con electricidad y si estas no tienen electricidad usted no podrá llenar su tanque del carro.
- Aprenda a abrir la puerta de su garaje manualmente.
- Proteja los electrónicos de su hogar con un protector eléctrico.
- Si se corta la luz, revise la caja de los fusibles o los tapones y contacte a su vecino para ver si el corte de luz es solo en su casa o en todo el barrio.
- Apague todos los electrónicos que usted estaba usando cuando se cortó la luz pero deje una luz prendida para saber cuando vuelve la luz.
- Trate de abrir el refrigerador y el congelador lo menos posible para no desperdiciar el frío que ellos contienen.
- Si usted sabe que no va a haber luz por un tiempo largo, busque un refugio en su comunidad o contacte a amigos o familiares.

Desastres Específicos

En este folleto usted ha leído sobre la importancia de tener un plan de emergencia y un equipo de emergencia que lo ayudará en casi cualquier tipo de desastre. Sin embargo, cada situación requiere una preparación y una acción específica. En esta sección del folleto, usted encontrará información sobre varios peligros que podrían ocurrir en nuestra comunidad y cómo prepararse para saber qué hacer en cada caso.

En esta sección se dará información sobre los siguientes desastres que pueden ocurrir en nuestra comunidad.

- Tormentas de Invierno
- Incendios/Incendios Forestales
- Caída de Rocas/ Avalanchas

- Brotes de Enfermedades
- Materiales Peligrosos
- Tormentas/ Relámpagos
- Inundaciones
- Tornados
- Terremotos
- Ataques Terroristas

Tormentas de Invierno y Temperaturas muy Bajas

Las tormentas de invierno pueden provocar nevadas, vientos fuertes y mucho frío que puede afectar una comunidad entera. Esto puede causar que se cierren las carreteras, las calles, se caigan árboles, las líneas telefónicas y emergencias médicas como la hipotermia. Usted puede protegerse a usted mismo y a su familia si planifica con anterioridad.

Antes de una tormenta de invierno usted debería familiarizarse con los siguientes términos utilizados por los meteorólogos:

- **Lluvia congelada-** Esto ocurre cuando la lluvia se congela cuando toca el suelo y causa que las calles, los árboles y las líneas telefónicas se congelen.
- **Aguanieve-** Lluvia que se convierte en pelotitas de nieve antes de llegar al suelo y que ocasiona condiciones de hielo.
- **Posible tormenta de invierno-** Puede haber una posible tormenta de invierno en el área donde usted vive.
- **Alerta de tormenta de invierno-**Una tormenta de invierno puede ocurrir en el área donde usted vive.
- **Alerta de Viento-** Fuertes vientos de hasta 35 millas por hora o más y caída de nieve (lo cual reduce la visibilidad a menos de un cuarto de milla) pueden durar tres horas o más.
- **Alerta de Heladas-** Se pueden esperar temperaturas bajo cero.

En el caso de una tormenta de nieve, usted debe tratar de sobrevivir por su cuenta por lo menos tres días. Prepare un equipo de emergencia y asegúrese de tener productos para derretir el hielo para

los caminos de la entrada a su casa, arena para que exista más tracción, palas de nieve, equipo para sacar nieve, agua y comida extra. Usted debe prepararse para poder vivir sin estar en contacto con otras personas. Es importante tener una segunda fuente de energía durante las tormentas de invierno para protegerse a usted y a su familia del frío extremo. Prepare su casa para que contenga el calor de la misma de la siguiente manera:

- Poner aislante en las paredes y el ático de su casa.
- Poner protección alrededor de puertas y ventanas para que no pase el aire frío.
- Instalar ventanas a prueba de tormentas o cubrir las ventanas con plásticos.

Si usted está tomando algún medicamento, asegúrese de tener medicamentos extras. Si usted está siendo tratado por un médico debido a alguna condición médica como diálisis o quimioterapia o está por someterse a una cirugía, planifique con anterioridad o haga los arreglos necesarios con su médico para que él/ella pueda ir a visitarlo a su casa en caso de que sea necesario.

Durante una tormenta de invierno es importante estar al tanto de lo que pasa en su área. Para estar informado, usted puede escuchar la radio; escuchar el servicio meteorológico en la televisión y en nuestra comunidad usted puede obtener información sobre emergencias en el sitio de Internet www.gcemergency.com. Asegúrese de ponerse ropa abrigada, comer seguido, tomar mucha agua y no se sobrecargue paleando nieve ya que esto puede ocasionarle un ataque al corazón. Tenga cuidado de que no le de hipotermia o congelamiento.

En el invierno, trate de manejar solo cuando sea necesario y trate de hacerlo de día en lo posible. Trate de no manejar solo y si lo hace dígame a su familia/amigos dónde va y **no tome atajos**.

Estas son las cosas que usted debe tener en cuenta cuando maneja en el invierno:

- **Prepare su carro para el invierno**

- Esto incluye chequear la batería, el anticongelante, los limpia parabrisas, el líquido para limpiar el parabrisas, la llave, el termostato, las luces, las luces de emergencia, el caño de escape, la calefacción, los frenos, el aceite y las ruedas. Se recomienda poner ruedas de nieve en el invierno. En algunas áreas se usan cadenas en las ruedas.

Siempre tenga el tanque de gasolina LLENO.

- **Tenga un equipo de emergencia en su carro con lo siguiente:**
 - Pala, raspador de nieve para parabrisas, radio a pilas, linternas, pilas extras, agua, comida, guantes, gorros, frazada, soga o cadena, cadenas para las ruedas, bolsa con arena o sal para derretir la nieve, bandera fosforescente, cables para prender las baterías, mapas, reflectores de emergencia y algún medio de comunicación como un celular o radios.
- **Si usted se tiene que quedar en el carro debido a una tormenta:**
 - Salga de la carretera, encienda las luces de emergencia y cuelgue la bandera de emergencia en la ventana del carro.
 - No salga del auto a menos que usted vea alguna casa cercana a la que pueda ir para pedir ayuda. Recuerde que si usted no puede ver a la gente que pasa por la ruta, es muy probable que ellos TAMPOCO lo puedan ver a usted.
 - Encienda el motor por diez minutos cada hora para no sentir frío. Cuando el motor está encendido, abra un poco la ventana para ventilar el auto. Esto prevendrá la intoxicación con monóxido de carbono. Limpie la nieve que se acumule en el caño de escape.
 - Haga ejercicio para mantener la temperatura del cuerpo pero trate de no transpirar. Use mantas o los cubridores de los asientos para no tener frío.
 - Túrnese para dormir. Asegúrese de que alguien siempre esté despierto para ver si vienen para ayudarlos.
 - Tome líquidos para evitar deshidratarse.
 - Trate de no desperdiciar la batería al usar las luces, la calefacción o la radio.
 - Durante la noche, encienda una luz adentro del carro para que puedan localizarlo fácilmente.

- Una vez que pase la tormenta, usted puede dejar el vehículo y caminar para encontrar ayuda.

Incendios/Incendios Forestales

Los incendios afectan aproximadamente 350.000 hogares cada año. Existen algunos pasos que usted puede seguir para que su casa no se incendie ni usted se lastime en un incendio fuera o dentro de su casa.

Esté fuera de peligro en su casa

- Tenga un plan de escape de emergencia y practíquelo dos veces al año de día y de noche.
- No abra puertas que estén muy calientes. Toque las parte de arriba o el cerrojo de las puertas con la parte de atrás de su mano para ver si están calientes.
- Asegúrese de que no es peligroso sacar una ventana o una barra de seguridad.
- Tenga una escalera para poder evacuar la casa especialmente si usted vive en un apartamento o en una casa con segundo piso.
- Abandone la casa inmediatamente. NO pierda tiempo tratando de salvar alguna cosa material y siempre use la salida más segura. Recuerde **UNA VEZ QUE SALIO DE LA CASA, NO VUELVA A ENTRAR.**

Esté Preparado Antes de un Incendio

- Asegúrese de tener detectores de humo y matafuegos en todos los pisos de su casa.
- Pruebe y limpie los detectores de humo una vez por mes y reemplace las pilas por lo menos dos veces al año.
- Revise el indicador de los matafuegos una vez por mes. Asegúrese de que los matafuegos estén cerca de una salida y sepa cómo funcionan.
- Planee dos salida de emergencia de cada sala con todos los miembros de su familia y practíquela.
- No tenga muchos papeles ni revistas en su casa.
- Revise los cables eléctricos y los electrónicos de su casa. Reemplace todos los cables dañados. Asegúrese de no enchufar

muchos electrodomésticos en un solo enchufe o poner cables debajo de las alfombras.

- Nunca use gasolina, benceno, nafta adentro de la casa. Asegúrese de tener todos los líquidos inflamables lejos de cualquier fuente de calor.
- Contrate a un profesional para que revise su chimenea, horno y otra fuente de calor una vez por año. En la primavera, cuando se derrite la nieve, revise su medidor de gas, sistema de ventilación y las cañerías de gas/propano para ver si estas están dañadas. NO trate de arreglarlos si están dañadas. Contrate a un especialista.
- Mantenga los calentadores a kerosén, leña o carbón lejos de los muebles y las cortinas; por lo menos a 3 pies (casi 1 metro) de distancia.
- Mantenga los fósforos fuera del alcance de los niños.
- Sepa dónde están y cómo se apagan las válvulas de gas, de luz y los fusibles en caso de una emergencia. Si usted tiene que cortar el gas por alguna razón, llame a un especialista de la compañía de gas local para volver a encenderla.

Qué hacer en Caso de un Incendio

- Apague un incendio pequeño con agua o con un matafuego.
- Nunca trate de apagar un incendio de algún electrodoméstico con agua.
- Si un incendio de grasa ocurre en su cocina, póngale bicarbonato o si hay fuego en una sartén póngale la tapa y el fuego se apagará. Nunca use agua porque el aceite o la grasa puede volcarse en su cuerpo ni lleve la sartén afuera ya que usted se puede quemar con facilidad.
- Si se le prende fuego su ropa, TIRESE AL SUELO Y DE VUELTAS hasta que el fuego se consuma. Si usted corre, el fuego se prenderá más.
- Recuerde usar la parte de atrás de su mano para chequear si alguna puerta está caliente. Si está caliente significa que detrás de la puerta hay fuego. NUNCA abra una puerta si usted sabe que hay fuego detrás de ella. Cierre la puerta

cuando usted sale de una sala donde hay fuego para evitar que el incendio pase a las otras salas.

- Si hay mucho fuego, trate de estar cerca del suelo. Siempre hay más humo y gases peligrosos cerca del techo.
- Cuando usted ya está a salvo afuera, llame al 911 y no vuelva a entrar a la casa.

Cómo Proteger su Casa de los Incendios Forestales

Es muy probable sobrevivir un incendio forestal si usted está preparado. Si usted vive cerca de un bosque, use materiales resistentes al fuego en su techo. No use madera ni tejas. Una de las mejores formas para protegerse es asegurarse de que su casa esté protegida de incendios, inundaciones y tornados. Lo mejor es prevenir antes del incendio pero también se pueden hacer cosas después del incendio para evitar un desastre en el futuro. Hay cuatro formas de prevenir peligros:

Las cuatro estrategias son:

1. Cambie el Peligro:
Reduzca o elimine la frecuencia y la intensidad del peligro. Por ejemplo: trate de no tener gasolina en el bosque.
2. Desvíe el Peligro:
Desvíe el peligro. Por ejemplo: desvíe el paso de agua hacia la zona en peligro.
3. Adaptese al Peligro:
Por ejemplo: instale un techo que sea a prueba de heladas, fuego o viento.
4. Evite el Peligro:
Saque a la gente de las áreas peligrosas. Por ejemplo: evite el peligro al crear espacios libres entre las intersecciones del bosque y las ciudades.

Si un Incendio Forestal Amenaza su Propiedad

- Cierre la válvula de gas
- Ponga una manguera en el techo de su casa.
- Moje o saque toda la vegetación que se encuentre a 15 pies de su casa.
- Sumerja en una alberca o estanque las pertenencias de valor que sean a prueba de agua.
- Ponga adentro de su casa los muebles de jardín.
- Cierre puertas y ventanas.
- Si es necesario, prepárese para evacuar. Estacione su carro mirando hacia donde usted va a evacuar. No deje las puertas cerradas con llave y deje la llave en el encendido.

La siguiente lista lo ayudará a prepararse y a reducir el riesgo de que un incendio afecte su casa y lo ponga usted o a su familia en peligro.

Esta lista debe completarse anualmente.

- Asegúrese de que los árboles y arbustos que se encuentran cerca de su casa estén podados. Saque las hojas y ramas que usted cortó de su propiedad.
- Las alcantarillas y el techo no deben tener residuos.
- Saque las ramas que están en el techo y en la entrada de la chimenea.
- Las pantallas de la chimenea deben estar en buenas condiciones.
- Corte el pasto.
- Si usted tiene una llave afuera, asegúrese de tener una manguera conectada a la llave lo suficientemente larga para que llegue a todos los lugares de la casa.
- Los matafuegos deben estar en buenas condiciones y usted debe revisarlos en forma regular.
- El camino de la entrada de su casa debe ser ancho.
- El número de su casa se puede ver desde la calle.
- En caso de incendio, las hachas, rastrillos y azadas deben estar al alcance.
- Usted debe practicar con su familia la forma de evacuar y debe saber qué hacer en caso de un incendio.

- Todos los miembros de la familia deben saber dónde ir, qué hacer y dónde encontrarse en el caso de que se produzca un incendio.
- Las ventilaciones del ático, techo y sótano deben estar en buenas condiciones. Los patios deben estar en buenas condiciones.
- No debe haber basura ni ramas cerca de la casa.
- En la casa debe haber una lista de las cosas que se deben hacer y tener en caso de un incendio. Este tipo de lista se puede encontrar en cualquier oficina de bomberos.

Deslizamiento de rocas

El deslizamiento de rocas es un peligro que se da con frecuencia en casi todos los Estados Unidos. El deslizamiento de rocas puede poner en peligro la vida humana pero muy frecuentemente lo que provoca es la interrupción de los servicios diarios. Las rocas pueden bloquear los caminos, las vías del tren, los drenajes de agua y pueden contaminar el agua también.

En un deslizamiento de rocas

Si usted se encuentra adentro de un edificio:

- No salga del edificio donde se encuentra.
- Póngase abajo de un escritorio, mesa o cualquier otro tipo de mueble.

Si usted está en el exterior o en un carro:

- Corra o maneje hacia el lugar donde no hay rocas
- Si las rocas se dirigen hacia donde usted se encuentra, busque refugios bajo algún edificio o grupo de árboles.
- Si usted NO tiene manera de evacuar, tírese al piso y cubra su cabeza.

Después de un deslizamiento de rocas

- Recuerde que puede haber una inundación.
- Manténgase lejos de la zona donde hubo el derrumbe ya que pueden ocurrir otros deslizamientos de rocas.
- Fíjese si hay personas heridas o atrapadas bajo las rocas y ayúdelas.

- Recuerde ayudar a los vecinos que necesitan asistencia especial como niños, ancianos, bebés y personas con necesidades especiales.
- Use la radio, la televisión o el sitio de Internet de la Oficina de Emergencias para obtener información.
- Fíjese si las líneas de los servicios se encuentran dañadas. Si es así, llame a las compañías de servicios para que reparen los daños.
- Fíjese si hay algún daño en el edificio o en los alrededores.
- Repare los daños del suelo ya que estos pueden ocasionar más peligros.

Avalanchas

Las avalanchas son causadas cuando hay un problema en el suelo y ellas pueden alcanzar velocidades de hasta 200 millas por hora. Las avalanchas pueden derribar edificios, árboles grandes y sacar a los carros de la carretera debido a la fuerza de las mismas. A veces pueden matar personas. A veces se puede predecir cuando va a haber una avalancha pero debido al tipo de clima de este condado las avalanchas pueden ocurrir sin previo aviso. Es importante que en el invierno, cuando usted maneja o haga deportes al aire libre, tenga en cuenta que puede haber avalanchas y que ellas pueden bloquear las carreteras, las vías y otros caminos. A continuación se presentan algunas de las cosas que usted debe tener en cuenta:

Si usted está manejando

- Esté alerta cuando maneje en zonas de avalanchas.
- Preste atención en carreteras peligrosas.
- Siempre esté preparado para afrontar la peor situación. Es importante tener un equipo de primeros auxilios en su carro por si usted se encuentra atrapado en una avalancha o por si necesita ayudar a personas que están atrapadas. Algunas de las cosas que usted puede tener en el equipo de primeros auxilios son:

Una pala

- ❖ Frazadas

- ❖ Gorros, guantes botas de nieve
- ❖ Ropa abrigada

Cuando usted está en el una zona de nieve

- Asegúrese de que TODAS LAS PERSONAS que estén con usted estén preparadas.
- Tome una clase sobre avalanchas. En todo el estado se dan clases sobre avalanchas.
- Siempre tenga el equipo adecuado para avalanchas. Algunas de las cosas que usted debería tener cuando se encuentra en una zona de avalanchas son:
- Una pala y una sonda de avalanchas.
- Ropa apropiada para el clima. El clima siempre cambia en forma repentina en Colorado.
- Una baliza de avalanchas. Usted y las personas que estén con usted deben saber cómo funciona la baliza para avalanchas.
- Trate de viajar siempre con alguien, nunca viaje solo.
- Tenga a mano un celular o radios.

Después de una avalancha

Póngase en contacto con las autoridades para informarles lo que ha ocurrido y de información sobre el lugar donde ocurrió, si la ruta está bloqueada, si hay alguien atrapado, si se está ayudando a alguna persona herida etc. Recuerde que usted se encuentra en una zona donde podrían ocurrir otras avalanchas. Por eso es importante que trate de alejarse de la zona donde ocurrió la avalancha. Si usted sabe que hay personas debajo de la nieve y que no es peligroso buscarlas, hágalo y ayúdelas con su equipo de primeros auxilios.

Brote de Enfermedades

Los brotes de enfermedades en el condado de Grand pueden ser peligrosos debido a los turistas que visitan cada año este condado. Muchos de estos turistas viajan frecuentemente a diferentes lugares del país y contagiar a otras personas. Afortunadamente, no ha habido ningún brote de

enfermedades en el condado, sin embargo, las autoridades han implementado protocolos y planes para identificar y saber qué hacer en el caso de un brote de enfermedades. Contacte a la oficina de salud pública local para reportar algún brote de alguna enfermedad. Si ocurriera algún brote en el condado de Grand, la mejor manera de saber qué hacer y qué va a ocurrir es seguir las instrucciones de su oficina de salud pública local. Para obtener información, escuche la radio, mire la televisión o vaya a la página de Internet de la Oficina de Emergencias del condado. NO llame al 911 a menos de que sea una emergencia. Si usted llama al 911, habrá personas que no se podrán comunicar con el 911 para reportar una emergencia.

Materiales Peligrosos

Los materiales peligrosos pueden ser químicos industriales, basura tóxica, detergente de cocina y desodorante de ambientes. Los materiales peligrosos afectan la vida urbana, suburbana y rural. Los materiales peligrosos son sustancias químicas y debido a la naturaleza química, arriesgan la vida, salud o propiedad de las personas o animales. La producción de los materiales peligrosos se puede llevar a cabo durante la producción, almacenamiento, transporte, uso o eliminación de esos materiales. Las plantas químicas son una fuente de materiales peligrosos como también lo son las estaciones gasolineras locales, los hospitales y las grandes compañías que usan materiales peligrosos y con la que estamos en contacto diariamente.

Antes de un Incidente de Materiales Peligrosos

1. Sepa cuál es el plan de alerta de emergencia de su área. Si usted tiene preguntas llame a la Oficina de Emergencias del condado de Grand o visite la página de Internet de la misma. Estos son los diferentes tipos de alerta:
 - Sistema de Alerta de Emergencias (EAS). Esta es la información que se obtiene a través de la radio y la televisión.

- El sistema EPN o el Code Red
 - Periódicos
 - Información/alerta de las autoridades de puerta en puerta.
2. Participe en las juntas de la comunidad o pregunte sobre los planes de la comunidad en caso de que haya una emergencia debido a materiales peligrosos.
 3. Esté atento a las etiquetas de los productos que compra. Sepa cómo se usan y cuánto tiempo se los puede almacenar.
 4. Esté preparado para evacuar con poco o sin aviso.

Durante un Incidente de Materiales Peligrosos

1. Llame al 911 si usted es testigo o está involucrado en un accidente o derrame de un material peligroso.
2. Escuche la radio o la televisión local para obtener información y seguir las instrucciones de los oficiales de seguridad pública si ha habido algún derrame de materiales peligrosos.
3. No se acerque a la zona del incidente para evitar contaminarse. Si es posible, quédese en su casa y cierre las puertas y las ventanas, cierre la llave de la calefacción, las cortinas y entre a sus mascotas a la casa. Si usted se encuentra en el exterior, trate de ir hacia donde viene el viento ya que los materiales peligrosos son transportados con facilidad por el viento y el agua. Como regla general, trate de estar en una zona a por lo menos una milla y media de la zona de peligro.
4. Si usted está manejando un carro, pare y busque un refugio en algún edificio. Si usted no encuentra un refugio, quédese en su carro con las ventanas y la ventilación cerrada.
5. Si le dicen que tiene que evacuar su casa, hágalo INMEDIATAMENTE. Cierre todas las ventanas y las ventilaciones y apague la calefacción/aire acondicionado para que no haya contaminación.
6. **NO** tome agua o coma alimentos que puedan estar contaminados.

Después de un Incidente de Materiales Peligrosos

1. Si las autoridades le dieron la orden de evacuar, NO vuelva a su casa hasta que le digan que puede hacerlo.
2. Cuando vuelva a su casa, abra las ventanas, la ventilación y encienda los ventiladores para que haya más ventilación en la casa.
3. Si usted está contaminado, **siga las instrucciones de las autoridades.**
4. Averigüe y sigas las instrucciones de las autoridades sobre cómo limpiar su casa.
5. Asegúrese de llamar a las autoridades si usted ve algún vapor.

Tormentas/ Relámpagos

Es muy normal que haya tormentas y relámpagos en Colorado y esto puede afectar a la gente. TODAS las tormentas son peligrosas y muchas tormentas producen relámpagos. Existen otros desastres naturales que están relacionados con las tormentas como los tornados, los vientos fuertes, el granizo y las inundaciones.

Antes de una Tormenta

Terminología usada por los pronósticos relacionadas a las tormentas

Vigilancia de Tormentas Severas. Indica cuándo y dónde habrá una tormenta severa. Esté atento al cielo y escuche la radio y la televisión por si hay alguna alerta.

Alerta de Tormentas Severas. Esto indica que se acerca una tormenta inminente. Estas alertas se producen cuando los radares detectan una tormenta aproximándose.

Las tormentas:

- Las tormentas se pueden dar de a una, en grupos o una después de la otra.
- Para saber qué cerca está la tormenta de usted, cuente los segundos que hay entre el relámpago y el trueno que sigue. Divida

ese número por 5. El resultado es el número de millas en la que la tormenta se encuentra de usted.

- La mayoría de las tormentas más severas ocurren cuando solo una tormenta afecta una zona por un periodo largo de tiempo.
- El 10% de las tormentas que se dan en los Estados Unidos anualmente están clasificadas como tormentas severas.

Antes de la tormenta:

- Corte los árboles muertos y saque las ramas de los árboles que estén cerca de su casa.
- Ajuste los objetos que estén afuera de su casa como los muebles de su patio.
- Selle las ventanas y asegure las puertas.

Durante una tormenta:

- Quédese adentro de su casa si después de ver el relámpago usted no puede contar hasta 30 antes de escuchar el trueno.
- NO se duche ni se bañe en la tina. Las cañerías pueden transmitir la corriente eléctrica.
- A menos que sea una emergencia, no use teléfonos que no sean inalámbricos. Es menos peligroso usar celulares o teléfono inalámbricos.
- Desenchufe todos sus aparatos electrónicos, y apague el aire acondicionado.
- Si usted se encuentra en un bosque durante una tormenta, busque un refugio como debajo de árboles bajos. Si usted está en una zona sin árboles diríjase a un lugar bajo como a un barranco o valle pero esté atento a las inundaciones. NUNCA vaya a una colina o montaña alta o en un área sin árboles o en una playa o cerca del agua. No se acerque a materiales de metal y aparatos como cercas, tractores, cañerías y bicicletas. Si usted está navegando o nadando en un lago, océano o río, salga del agua inmediatamente.

Relámpagos

Los relámpagos se dan en forma impredecible, lo cual incrementa el riesgo de la gente y las propiedades. Cada año, los relámpagos lastiman a

aproximadamente 300 personas y matan a 80 personas en los Estados Unidos. Aunque la mayoría de las víctimas de los relámpagos sobreviven, estas víctimas muestran problemas como la pérdida de la memoria problemas de atención, problemas para dormir, mareos y otros problemas. Los relámpagos se dan durante las tormentas y generalmente cuando llueve mucho. Los relámpagos se pueden dar a 10 millas de distancia del lugar donde llueve.

Qué hacer si usted o alguna persona es lastimada por un relámpago:

- Si usted siente que el pelo se le para, esto es una señal de que va a haber un relámpago. Si esto ocurre, agachase y póngase en punta de pies. NO se acueste en el suelo. Cúbrase las orejas con sus manos y ponga la cabeza entre las rodillas.
- Las víctimas de los relámpagos NO se quedan con carga eléctrica pero deben ir al hospital de inmediato. Si la víctima no respira, empiece a darle respiración boca a boca. Si el corazón de la víctima no palpita, una persona que sepa CPR (resucitación cardiopulmonar) debe ayudarla. Si la víctima respira y usted siente que tiene pulso, fíjese si la víctima tiene otras heridas como quemaduras, huesos rotos, pérdida de la audición y si la persona siente sus extremidades.

Inundaciones

Las inundaciones se producen en todo el país y ellas son las causas de las evacuaciones, los daños masivos y hasta la muerte. Las personas que viven cerca de corrientes de agua en lugares bajos son las que más en peligro se encuentran. Sin embargo, muchas otras zonas pueden estar afectadas también. Las inundaciones pueden ocasionar la muerte, contaminar el agua, dañar tubos de gas o cañerías.

Terminología que usa el Servicio Meteorológico Nacional:

Vigilancia de Inundaciones: Puede haber lluvias fuertes y esto puede ocasionar inundaciones. Esté atento. Una inundación puede requerir que usted deba evacuar inmediatamente.

Alerta de Inundaciones: Hay inundaciones en diferentes zonas. Si usted vive en la zona donde se están desatando las inundaciones, usted debe actuar inmediatamente.

Antes de una Inundación

- Sepa cómo ir a zonas más elevadas cerca de su casa.
- Sepa cuáles son las rutas de evacuación en el lugar donde vive.
- Pregúntele a las autoridades cómo puede usted proteger su casa.

Durante una Inundación

- Escuche la radio local, vea los canales de televisión local, siga las instrucciones de las autoridades locales y visite la página de Internet de la Oficina de Emergencias.
- No se dirija a lugares bajos como cañones o canales de drenajes.
- Si su carro se queda estancado en el agua, salga de él y camine hacia lugares más altos.
- Evacue si las autoridades se lo ordenan y vuelva a su casa cuando no haya peligro.

Después de una Inundación

- No se acerque a edificios inundados.
- Tenga cuidado en las zonas donde hay agua.
- Fíjese si hay cables eléctricos sumergidos. Tenga cuidado con los puentes y calles que puedan estar dañados por el agua.
- No toque el agua de la inundación ya que puede estar contaminada.
- Tire a la basura la comida que puede haber estado en contacto con el agua.

Tornados

Un tornado es una tormenta fuerte que gira con vientos que pueden ser mayores de 300 millas por hora. Estos tornados pueden causar daños tremendos. El tornado es como una nube en forma de embudo que gira. El tornado gira y se oye como un rugido. Los tornados no duran mucho tiempo pero pueden destruir muchas propiedades. Debido a que nosotros vivimos en un área de montañas, no es muy probable que haya tornados aunque no es imposible que ocurra en el condado de Grand.

Terminología usada por el Servicio Meteorológico Nacional:

Vigilancia de un Tornado: Los tornados se pueden dar en una zona o cerca de una zona. Escuche la radio o mire la televisión local y siga las instrucciones de las autoridades locales.

Alerta de un Tornado: Se ha detectado un tornado cerca de la zona. Vaya a un refugio inmediatamente para proteger a su familia y a usted mismo.

Durante un Tornado:

- Si usted está en su casa vaya al sótano. Póngase debajo de un mueble pesado. Si usted no tiene sótano, quédese en el medio de la casa, en la primera planta de su casa de la sala más pequeña, un closet o baño o bajo un mueble pesado. No se acerque a las ventanas ya que el tornado puede romper los vidrios y lastimarlo.
- Si vive en un trailer, salga de él.
- Si usted está en la escuela o el trabajo, siga las instrucciones de sus autoridades.
- Si usted está afuera y no puede encontrar un refugio, acuéstese en una zanja pero esté atento a las posibles inundaciones.

Después de un tornado, siga las instrucciones de las autoridades locales. Asegúrese de tener cuidado con las líneas eléctricas o los vidrios rotos que se encuentren en cualquier lugar. Cuando entre en un edificio dañado, asegúrese de que el techo y las paredes están en buenas condiciones, al igual que los pisos.

Terremotos

Los terremotos no ocurren frecuentemente pero ocurren en zonas de montañas. En el condado de Grand, estamos muy cerca de la división del continente, lo cual incrementa la posibilidad de terremotos. El daño ocasionado por los terremotos puede ocasionar daños en una superficie extensa y puede destruir edificios, carreteras, puentes y pasos, dejar las líneas eléctricas bajo tierra, romper cañerías de gas, causar incendios, explosiones y avalanchas de lodo.

Durante un terremoto

- Si usted está dentro de un edificio o en su casa, quédese allí.
- Escóndase debajo de un mueble pesado o póngase junto a una pared.
- Aléjese de las ventanas u objetos pesados que se puedan caer.
- Si usted está afuera, quédese allí. Asegúrese de estar lejos de las líneas eléctricas, edificios o cualquier cosa que se pueda caer.
- Si usted está dentro de un carro, quédese allí. Aléjese de los puentes, de las líneas eléctricas, de los árboles altos o debajo de las carreteras.

Después de un Terremoto

- Los edificios pueden caerse después de un terremoto ya que su estructura puede haber sido afectada.
- Aléjese de las calles.
- Escuche la información que dan las autoridades, la radio y la televisión local.
- Antes de entrar a su casa, fíjese si hay daños en las paredes, pisos y techos, si hay cañerías rotas y tenga cuidado al abrir los armarios.

Ataques Terroristas

En un ataque terrorista se usa la violencia y la fuerza contra la gente o alguna propiedad. Los ataques terroristas son actos criminales en los Estados Unidos. Los actos terroristas son emergencias de seguridad nacional como por ejemplo bombas o hasta ataques biológicos o químicos. Aunque los terroristas frecuentemente usan amenazas para propagar el miedo en la gente, se puede disminuir los daños si uno está preparado.

Cómo protegerse cuando hay un ataque terrorista

- El estar preparado para un ataque terrorista es igual que estar preparado para cualquier otro desastre. Siempre tenga al alcance su

equipo de emergencia y asegúrese de tener agua y comida de más en su casa.

- Siempre esté atento al lugar donde usted se encuentra. Sepa dónde están las salidas de emergencias ya que usted no puede disponer de mucho tiempo para evacuar en el caso de un atentado terrorista.
- Cuando viaje siempre tenga su valija con usted.
- No se quede en un lugar si usted tiene un mal presentimiento o hay algo raro.
- Nunca acepte paquetes de personas extrañas.

Durante una Explosión

- Pretéjase de los escombros que puedan lastimarlo.
- Salga del lugar donde hay humo y aléjese del lugar. Pero trate de no alejarse demasiado para que las autoridades locales puedan encontrarlo y ayudarlo en el caso de que usted esté herido.
- Si usted está atrapado bajo los escombros, trate de no moverse mucho y cúbrase la boca y la nariz con un trapo. Golpee un caño o algo que haga ruido para que las personas puedan encontrarlo. NUNCA prenda un fósforo ni un encendedor ya que esto puede causar otra explosión.

Usted puede sobrevivir un ataque químico, biológico, radiológico o nuclear si recibe una atención médica inmediata. Esto es lo que usted puede hacer:

- Usted puede salvarse si recibe alertas a tiempo y estas son las cosas que pueden ayudar a los rescatadores a ayudarlo lo antes posible. De información sobre: el lugar del incidente, el número aproximado de víctimas, los síntomas que las personas están teniendo, si hay un incendio o hubo una explosión, la hora del incidente, las condiciones climáticas, el lugar donde usted puede encontrarse con los rescatadores y si es posible el tipo de vehículo o cosa que se usó en el ataque.
- QUEDESE TRANQUILO y CALMESE
- NO pruebe, coma ni huela cualquier sustancia.
- Aléjese del lugar del incidente lo antes posible.
- Si es posible, quítese las chamarras o abrigos y siga las instrucciones de las autoridades.

Sustancias Químicas

Las sustancias químicas pueden ser gases, sólidos o líquidos tóxicos que pueden envenenar a cualquier organismo vivo. Estas sustancias se pueden propagar a través de las bombas o pueden ser rociadas por un avión, barco o vehículo o puede ser usada para contaminar el medio ambiente. Algunas sustancias químicas son incoloras e inodoras pero todas pueden tener un efecto inmediato o no. Algunos de los síntomas que una persona expuesta a una sustancia química puede presentar son: visión borrosa, irritación en los ojos, dificultad para respirar y náuseas.

Sustancias Biológicas

Las sustancias biológicas pueden ser bacterias, virus o toxinas que pueden causar enfermedades a los humanos o en el medio ambiente. Se pueden propagar a través de aerosoles, animales (incluyendo los insectos), la comida y el agua contaminada y de persona a persona. En muchos de los ataques biológicos, las personas no se dan cuenta inmediatamente que han sido expuestas ya que esas sustancias son difíciles de detectar y a veces tardan en crecer. Si se produce una propagación extensa de una sustancia biológica, siga las instrucciones de las autoridades locales y evacue o no según lo que las autoridades le indiquen. Si a usted le dicen que ha sido expuesto a una sustancia biológica, preste mucha atención a las alertas oficiales y las instrucciones de lo que debe hacer a continuación.

Qué hacer en el caso de un ataque químico o biológico:

- Escuche la radio, vea los canales de televisión locales o siga las instrucciones de las autoridades locales con respecto al clima o si tiene que evacuar o no.
- Si las autoridades le indicaron que se quede en el lugar donde usted se encuentra, usted debe cerrar todas las ventilaciones, quedarse en una sala sin ventanas y sellar las puertas con cinta adhesiva o plástico. Quédese en un lugar protegido donde no haya peligros de contaminación.
- Siempre tenga a mano una radio portátil o un celular para usar como medio de comunicación.

- Si usted se encuentra en un área desprotegida, trate de estar lejos del área contaminada, trate de encontrar un refugio y esté atento a las instrucciones que le dan las autoridades locales.
- Si usted cree que está contaminado, quítese la ropa o cualquier objeto que esté en contacto con la ropa. Deje las camisas y no las lleve con usted por si están contaminadas.

- Mójese los ojos con mucha agua.
- Lávese las manos con agua y jabón. Límpiense todo el cuerpo con un trapo mojado con agua y jabón y luego limpie el trapo con agua limpia.
- Busque ayuda médica lo antes posible y siga las instrucciones de descontaminación de los especialistas en emergencias.

Ataques Nucleares y Radiológicos

Las explosiones nucleares pueden ocasionar la muerte. Pueden causar ceguera, mucho calor (radiación térmica), radiación nuclear instantánea e incendios. También producen partículas radioactivas que pueden ser transportadas por el viento por varias millas. Lo que más se usa en un ataque terrorista es un dispositivo llamado “la bomba sucia” y se usa para dispersar sustancias radioactivas. Estos dispositivos son una combinación de explosivos convencionales y material radioactivo.

Para protegerse de un ataque nuclear o radioactivo:

- Si usted está en un edificio, vaya al sótano o bajo tierra o a una sala en el medio de la casa en el primer piso del edificio. Trate de estar en una sala donde las paredes y el techo sean gruesos ya que ellos pueden absorber las partículas contaminadas.
- Refúgiase aunque usted se encuentre a varias millas desde donde la explosión ocurrió. Si usted vio la luz de la explosión, ese material radioactivo puede llegar a usted en 20 minutos.
- Quédese en el refugio hasta que las autoridades locales le digan que ya no es peligroso salir al exterior. Esta es una buena razón por la cual es

importante estar preparado para una emergencia ya que podría ocurrir que se tuviera que quedar en el refugio de dos a cuatro semanas.

Después de un Desastre

Es importante seguir ciertos pasos para recuperarse después de un desastre. Estas son las cosas que usted debe hacer para volver a la normalidad:

La salud y la seguridad de su familia

- Esté atento a los peligros que ha desencadenado el desastre como por ejemplo: carreteras destruidas, edificios contaminados, agua y comida contaminada, pérdida de gas, cables dañados y vidrios rotos.
- No trate de hacer muchas cosas de una vez ya que usted estará cansado después del desastre.
- Asegúrese de tomar mucha agua limpia, comer bien y descansar.
- Use botas y guantes fuertes. Lávese las manos frecuentemente con agua limpia y jabón.
- Informe a las autoridades correspondientes sobre cualquier peligro que usted descubra como por ejemplo: derrames químicos, líneas eléctricas destruidas, carreteras dañadas y animales muertos.

Volver a su casa dañada

- Antes de ir adentro de la casa, camine con precaución alrededor de ella. Fíjese si hay cables dañados, pérdidas de gas, estructuras dañadas y si hay agua alrededor. Si usted ve alguna de estas cosas en su casa, NO entre. Llame primero a inspectores para que revisen su casa.
- NO entre a su casa si esta ha sido dañada por un incendio. Llame a las autoridades correspondientes.
- Use una linterna a pilas para inspeccionar su casa. NO use linternas a gas o aceite, ni velas o antorchas ni prenda las luces ya que esto puede producir una explosión.

- Cuando entre a su casa, hágalo CUIDADOSAMENTE. Fíjese si los pisos, el techo y la chimenea están dañados. Si usted ve que el edificio no es estable, salga de él inmediatamente. Si usted huele olor a gas o escucha un zumbido, abra una ventana y si puede cierre la llave del gas y llame a la compañía de gas desde el teléfono de su vecino. Cheque el sistema eléctrico y si hay algún aparato eléctrico mojado. Si es así, cierre la llave de la electricidad y llame a la compañía eléctrica. Cheque el sistema de agua y las cañerías. Si hay cañerías rotas o dañadas, cierre la llave del agua y contacte a las autoridades ya que el agua puede estar contaminada.

- Una vez que sea seguro entrar en su casa, cheque todo. Tire la comida que pueda estar contaminada (recuerde no volver a congelar la comida que haya sido descongelada anteriormente) y los medicamentos o productos de uso diario en la casa. Limpie sustancias que hayan sido derramadas como cloro, gasolina y otros productos de limpieza. Abra las ventanas para que el aire corra y proteja su casa de otros posibles daños.
- Llame a su agencia de seguros, tome fotos de los daños en la casa y lleve un registro de los gastos de la limpieza y reparación de la casa.

Durante la etapa de recuperación, asegúrese de escuchar la radio y mirar la televisión local para obtener información sobre asistencia en su comunidad en el caso de que usted necesite comida y agua, refugio, ropa y asistencia financiera o de primeros auxilios. Los programas de asistencia también le pueden dar información sobre los pasos que usted debe seguir después de un desastre.

Primeros Auxilios & CPR

Durante un desastre es importante poder ofrecer primeros auxilios y CPR (resucitación cardiopulmonar) hasta que los profesionales de emergencia lleguen al lugar donde usted se encuentra para poder ayudarlo. Es posible que, debido a que estos profesionales estén ayudando a otras personas, ellos tarden en llegar. Por eso es importante estar preparado y aprender sobre primeros auxilios y CPR en una clase. En el condado de Grand hay muchas agencias que ofrecen este tipo de clase. Para obtener más información sobre estas

clases como fechas, horas, lugares y costo de las mismas, llame a los siguientes teléfonos:

- Grand County EMS – 970-887-2732
- American Red Cross – 202-303-5000
- Grand Lake Fire – 970-627- 5400

Lista de Preparación de Emergencias

Equipo de Emergencias

- __ Radio a pilas y baterías
- __ Comida no perecedera
- __ Abrelatas manual
- __ Agua (1 galón por persona por día)
- __ Linternas y baterías
- __ Velas y fósforos para emergencias
- __ Medicamentos importantes y botiquín de primeros auxilios
- __ Lentes y lentes de contactos extras
- __ Frazadas o bolsas de dormir
- __ Limpiador de manos
- __ Papel higiénico y toallas de papel
- __ Artículos para el bebé

- __ Platos y vasos de papel
- __ Cucharas, tenedores y cuchillos de plástico
- __ Bolsas de basura
- __ Dinero (en cambio)
- __ Números de teléfono y direcciones importantes
- __ Cuchillo, herramientas básicas y guantes de trabajo
- __ Ropa extra
- __ Juegos para entretenimiento

Números de Teléfono de Emergencias

- Bomberos** _____
- Ambulancia** _____
- Policía** _____
- Hospital** _____
- Doctor** _____
- Cruz Roja** _____

Director de Emergencias _____

Compañía telefónica _____

Compañía eléctrica _____

Compañía de servicios del agua _____

Servicio Meteorológico _____

Parientes _____

Otros _____
