



# do **1** thing

*La misión de Do 1 Thing es lograr que las personas, las familias, las empresas y las comunidades se preparen para enfrentar todo tipo de peligros y puedan recuperarse en caso de sufrir una catástrofe.*

**OBJETIVO:** Saber cómo actuar de forma segura cuando recibe instrucciones sobre cómo evacuar un lugar o buscar refugio.

## Refugio

En caso de una catástrofe, es posible que le pidan que evacue o se refugie en el lugar. En la conmoción de una catástrofe, puede resultar difícil centrarse en lo que está haciendo. Sepa qué hacer para mantener segura a su familia. Ponga en práctica sus planes de seguridad para casos de tornados o incendios. Si su familia ha practicado, se sentirá más cómoda en caso de que ocurra una situación de emergencia real.

**Escoja una de las siguientes opciones para hacer este mes y estar mejor preparado:**

- Identificar el mejor refugio contra tormentas de su casa y practicar cómo acceder al refugio con su familia.**

No siempre es fácil elegir el mejor lugar de su casa o de su lugar de trabajo para refugiarse en caso de un tornado. Muchos de los edificios más nuevos no cuentan con un área de refugio realmente adecuada. Utilice estas reglas básicas para encontrar el mejor refugio contra tornados posible:

- Manténgase alejado de ventanas y claraboyas.
- Refúgiense hacia “abajo y adentro”. Asegúrese de que haya la mayor cantidad de paredes posible entre usted y el exterior (piense en el techo como una pared).
- Evite las habitaciones con techos muy amplios.
- Busque un lugar lo suficientemente grande para que todos puedan permanecer cómodos durante al menos 45 minutos.

Si vive en una zona propensa a los huracanes, esté preparado para proteger a su familia y su propiedad. Cubra las ventanas con madera contrachapada o postigos contra huracanes cuando se emita una advertencia de la llegada de un huracán (no utilice cinta). Si le aconsejan la evacuación, hágalo. De lo contrario, permanezca adentro y alejado de las ventanas hasta que la tormenta haya pasado por completo.

## **Saber cómo refugiarse en el lugar de forma segura.**

En caso de una situación de emergencia, como un derrame de productos químicos, es posible que le soliciten que se refugie en el lugar. Esto significa hacer que el lugar donde se encuentra sea un lugar seguro donde permanecer hasta que el peligro haya pasado. Los pedidos de refugio en el lugar se realizan cuando podría ser peligroso para usted salir al exterior.

Notificación: en caso de un incidente con materiales peligrosos, es probable que se activen las sirenas de alarma que se encuentran en la calle para alertar a los residentes de la zona que no es seguro permanecer afuera. Es probable que el personal de emergencia vaya puerta por puerta de la zona afectada o utilice los altavoces de los vehículos de la policía o de los bomberos para impartir instrucciones. También se brindará información por la radio y la televisión a través del Sistema de alertas de emergencia.

Qué hacer ante un incidente con materiales peligrosos: la primera cosa que hay que hacer ante una fuga de productos químicos u otro incidente con materiales peligrosos es pedir información. Si el personal de respuesta a emergencias no se encuentra en la zona impartiendo indicaciones, encienda la televisión o la radio y averigüe si su zona se encuentra afectada o qué pasos debe seguir. Nunca llame al 911 para obtener información acerca de una situación de emergencia. Solo llame al 911 si está herido o necesita ayuda.

Si le piden que se refugie en el lugar, debe cerrar todas las puertas y ventanas y desconectar los ventiladores y los acondicionadores de aire. Lleve a su familia a una habitación con la menor cantidad posible de puertas y ventanas. Es posible que le pidan que coloque toallas o cinta alrededor de las rendijas de ventanas y puertas. Siga las instrucciones para situaciones de emergencia con cuidado. Asegúrese de llevar una radio que funcione con baterías, así podrá saber cuándo el peligro ha pasado. Es posible que haya cortes de energía eléctrica durante el incidente.

## **Preparar una bolsa de evacuación para llevar a un refugio en caso de emergencia.**

Se abrirán refugios de evacuación para casos de emergencia cuando se evacuen a las personas de sus hogares. En la mayoría de las zonas, los refugios de emergencia están a cargo de la Cruz Roja estadounidense. En un refugio de la Cruz Roja:

<b>La Cruz Roja proveerá</b>	<b>Usted debe llevar</b>	<b>No se permite en el refugio</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Un catre para dormir</li><li>• Comidas y agua embotellada</li><li>• Una enfermera para la atención médica básica</li><li>• Información acerca de la catástrofe por parte de funcionarios públicos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Almohada y una manta</li><li>• Su propia medicación y suministros médicos (o una lista de lo que está tomando, dosis y nombres de los médicos)</li><li>• Identificación</li><li>• Ropa para cambiarse</li><li>• Cartas o revistas</li><li>• Objetos personales</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Armas o bebidas alcohólicas</li><li>• Mascotas (excepto animales de servicio)</li></ul>



*La Cruz Roja nunca brindará información sobre usted a ninguna persona sin su consentimiento. El refugio de emergencia siempre es gratuito.*