

Guía de Respuesta en caso de Emergencia en la Comunidad de Fairfax County

2019 ESPAÑOL





LOS DESASTRES OCURREN.

No ocurren a menudo o en todos lados, pero sí ocurren a veces y en algunos lados.

En algunos casos, son predecibles, en cambio, en otros son inconcebibles. Los tornados tocan tierra, los huracanes llegan a la costa, las inundaciones suben el nivel del agua, los incendios queman, los servicios se interrumpen y los terroristas atacan.

Pero con planificación y preparación, puede hacer la diferencia. Puede reducir los efectos que un desastre puede tener tanto en usted, en su familia como en su comunidad. Puede salvar vidas, casas y medios de vida.

La Oficina para el Manejo de Emergencias de Fairfax County es un recurso para la comunidad. Nuestra misión es hacer que todos estemos más preparados y seamos resilientes ante todas las catástrofes. En una crisis, el gobierno debe enfocarse en aquellos que están en el mayor de los peligros. Cuanto mejor preparado esté cada uno, mejores resultados obtendremos para todos nosotros.

Al leer toda esta guía, ya habrá dado el primer paso en su preparación para lo inesperado. Ahora es el momento de planificar, armar un kit y contribuir a que su familia y su comunidad estén preparados.

Visite www.fairfaxcounty.gov/emergency/readyfairfax para conocer más recursos y obtener información útil.





ÍNDICE

| | |
|---|-----|
| Introducción: ¿por qué planificar? | 9 |
| La Oficina para el Manejo de Emergencias de Fairfax County y usted | 11 |
| Catástrofes en Fairfax County | 13 |
| Las “cuatro fases” del manejo de las emergencias | 14 |
| Preparación (antes) | 17 |
| Respuesta (durante) | 27 |
| Recuperación (después) | 31 |
| Mitigación (antes y después) | 35 |
| Anexos sobre catástrofes | 37 |
| Apéndices | 55 |
| A. Programas de voluntariado/oportunidades | 56 |
| B. Cómo elaborar el Plan de preparación familiar (plantilla) | 58 |
| C. Cómo elaborar el Plan de preparación comercial (plantilla) | 66 |
| D. 5 Pasos para la preparación vecinal (guía práctica) | 78 |
| E. 5 Pasos para la preparación comunitaria: Plan vecinal en caso de desastre (plantilla) | 96 |
| F. 5 Pasos para la preparación vecinal: encuesta para vecinos | 116 |
| G. Lista de verificación para el kit de emergencia | 122 |

Ayúdenos a mejorar este documento completando la encuesta en línea y descargando una copia digital en:

www.fairfaxcounty.gov/emergencymanagement/cerg



INFORMACIÓN DE CONTACTO IMPORTANTE

CONTACTOS EN CASO DE EMERGENCIA

| AGENCIA | NÚMERO DE TELÉFONO | SITIO WEB |
|--|--------------------|--|
| Emergencia (Policía o Bomberos) | 911 | |
| Mensaje de texto al 911 | 911 | |
| Policía - Fuera del área de emergencia | +1-703-691-2233 | www.fairfaxcounty.gov/police |
| Control toxicológico | +1-800-222-1222 | www.aapcc.org/ |

EN CASO DE EMERGENCIA O RIESGO DE VIDA,

MARQUE 911



CONTACTOS PARA CASOS DE NO EMERGENCIA

| AGENCIA | NÚMERO DE TELÉFONO | SITIO WEB |
|---|--------------------------------------|--|
| Policía - no emergencia | +1-703-691-2131 | www.fairfaxcounty.gov/police |
| Policía - Investigación de delitos | +1-703-691-8888 | www.fairfaxcrimesolvers.org/ |
| Departamento de Bomberos y Rescate | +1-703-246-2126 | www.fairfaxcounty.gov/fire-ems/ |
| TTY/TDD | +1-703-877-3715 o +1-571-350-1939 | |
| Oficina para el Manejo de Emergencias | +1-571-350-1000 | www.fairfaxcounty.gov/emergencymanagement |
| Obras Públicas y Servicios del Medio Ambiente | +1-703-324-5033 | www.fairfaxcounty.gov/dpwes |
| Departamento de Salud | +1-703-246-2411 | www.fairfaxcounty.gov/health |
| Refugio de Animales | +1-703-830-1100 | www.fairfaxcounty.gov/animalshelter/ |
| Fairfax Alerts | | www.fairfaxcounty.gov/alerts |
| Blog sobre emergencias | | www.fairfaxcounty.gov/emergency/blog |
| Departamento de Policía de Herndon | +1-703-435-6846 | |
| Departamento de Policía de Vienna | +1-703-255-6366 | |
| Policía de la Ciudad de Fairfax | +1-703-385-7924 | |

RECURSOS DE LOS SERVICIOS PÚBLICOS

| AGENCIA | NÚMERO DE TELÉFONO | SITIO WEB |
|--|--------------------|--|
| Fairfax Water | +1-703-698-5613 | www.fairfaxwater.org |
| Dominion Energy | +1-866-366-4357 | www.dom.com |
| Northern Virginia Electric Cooperative | +1-703-335-0500 | www.novec.com |
| Washington Gas | +1-800-752-7520 | www.washgas.com |
| Columbia Gas of Virginia | +1-800-544-5606 | www.columbiagasva.com |
| Comcast | +1-800-934-6489 | www.comcast.com |
| Cox Communications | +1-703-480-2830 | www.cox.com |
| Verizon | +1-800-837-4966 | www.verizonwireless.com |
| AT&T | +1-800-288-2020 | www.att.com |

RECURSOS REGIONALES

| RECURSO | NÚMERO DE TELÉFONO | SITIO WEB |
|--|--------------------|--|
| Capital Alerts | | www.Capitalert.gov |
| ReadyNOVA | | www.ReadyNOVA.org |
| Departamento de Transporte de Virginia | 511 | www.511virginia.org |
| 211 | 211 | www.211virginia.org |
| Virginia Relay | 711 | varelay.org |

RECURSOS NACIONALES

| RECURSO | SITIO WEB |
|---|--|
| American Red Cross | www.RedCross.org |
| Agencia Federal para el Manejo de Emergencias (Federal Emergency Management Agency, FEMA) | www.FEMA.gov |
| Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades | www.cdc.gov |
| Ready | www.Ready.gov |
| Citizen Corps | www.ready.gov/citizen-corps |
| Servicio Meteorológico Nacional | www.weather.gov |
| Centro Nacional de Huracanes | www.nhc.noaa.gov |

RECURSOS PARA RECUPERACIÓN

| RECURSO | TIPO DE RECURSO | SITIO WEB |
|---|---|--|
| Elegibilidad para el Programa de Asistencia en caso de Desastre, incluyendo la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias (FEMA) | Asistencia en caso de desastre | www.disasterassistance.gov/ |
| Agencia de Protección del Medio Ambiente | Limpieza posterior a inundaciones/ prevención contra la formación de moho | www.epa.gov |
| Administración de Seguridad y Salud Ocupacional | Limpieza posterior a catástrofes | www.osha.gov |
| Departamento de Trabajo | Ayuda de desempleo a causa de un desastre | www.dol.gov |
| Servicio de Impuestos Internos | Asistencia en caso de desastre y ayuda de emergencia para individuos y negocios | www.irs.gov |
| Administración de Pequeños Negocios | Asistencia con préstamos por desastre | www.sba.gov |
| Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias | Salud mental | www.samhsa.gov/ |

En lugar de pensar
“nunca me sucederá”,
use esta Guía para prepararse ante una
emergencia, de modo que sepa qué hacer
cuando ocurre un desastre.



INTRODUCCIÓN: ¿POR QUÉ PLANIFICAR?

Los desastres ocurren y pueden afectarlo a usted, a su familia y a su comunidad. Según la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias (FEMA), el número de desastres en los Estados Unidos aumenta cada año. Fairfax County está expuesto a muchas catástrofes. Algunas son difíciles de predecir, otras aparecen sin ningún tipo de advertencia. En los últimos años, nuestra comunidad respondió a tormentas fuertes, huracanes y cortes del suministro eléctrico. En lugar de pensar “nunca me sucederá”, use esta Guía para estar preparado ante una emergencia, de modo que sepa qué hacer ante un desastre.

Durante una emergencia, el servicio de emergencias de Fairfax County hará todo lo que esté a su alcance para ayudar a todas las personas necesitadas. En un desastre de gran envergadura, la prioridad son aquellos en las circunstancias más extremas. Esto significa que todos debemos estar preparados para actuar como nuestro propio “servicio de emergencias” durante los primeros tres a cinco días posteriores a un desastre mayor.

Es por esto que es tan importante que usted haya redactado un **plan de emergencia** y lo haya practicado en su casa, cuente con los **suministros** necesarios en caso de que necesite refugiarse en el lugar donde está o evacuar; sepa cómo obtener **información** sobre la emergencia y, también, sepa cómo **dar apoyo a su comunidad** mediante la ayuda a sus vecinos.

Al prepararse para un desastre, debe tener lo que los profesionales en el manejo de emergencias llaman enfoque “global de los riesgos”. Esto implica hacer los preparativos generales que lo ayudarán a usted, su familia y vecinos, independientemente de la naturaleza de la emergencia.

El **Plan de Operaciones en caso de Emergencia**

da los lineamientos básicos del programa de manejo de emergencias del condado, incluyendo todos los procedimientos y actividades del condado destinados a salvar vidas y minimizar los daños durante los desastres y después. Esta Guía de Respuesta en caso de Emergencia en la Comunidad se adapta al Plan de Operaciones en caso de Emergencia para el uso de los residentes del condado.

PARA MÁS INFORMACIÓN, CONSULTE LA PÁGINA 12.

TODAS LAS CATÁSTROFES

hace referencia a la planificación de amplia aplicación que intenta reducir el riesgo para la vida humana y los bienes ante cualquier tipo de catástrofe.

RESILIENCIA

es la capacidad de sobrevivir, adaptarse y crecer de individuos, comunidades, gobiernos, instituciones, negocios y sistemas sociales, independientemente del tipo de desafíos o desastres que experimenten.

La **Oficina para el Manejo de Emergencias** coordina la mitigación de los riesgos en caso de catástrofes, la preparación para emergencias, respuesta y servicios de recuperación para los residentes de Fairfax County. La Oficina para el Manejo de Emergencias también trabaja para dar apoyo a los residentes a medida que desarrollan resiliencia ayudándolos a estar preparados para las emergencias.

PARA MÁS INFORMACIÓN, CONSULTE LA PÁGINA 12.



34 %

de estadounidenses esperan que el gobierno los ayude dentro de los tres días posteriores al desastre, según los datos de una investigación de la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias.

73 %

dicen que confiarán en sus familias.

Esta Guía de Respuesta en caso de Emergencia en la Comunidad le dará las herramientas que necesita para estar más preparado. Lo ayudará a elaborar:

- ▶ Un plan familiar de emergencia.
- ▶ Un plan de preparación comercial.
- ▶ Un plan de preparación vecinal.
- ▶ Un kit de provisiones para emergencias.

La Guía también incluye:

- ▶ Información de contacto en caso de emergencia y recursos para las tareas de recuperación.
- ▶ Acciones específicas que puede hacer antes, durante y después de cada una de las catástrofes más factibles en Fairfax County.
- ▶ Una lista de cómo puede involucrarse en su comunidad a través de los esfuerzos de voluntariado.
- ▶ Información sobre los vínculos entre usted y los profesionales en el manejo de emergencias del condado.

Al estar preparado, eso representa una ayuda tanto para usted como para su comunidad. Las familias y los negocios preparados se convierten en comunidades resilientes. Los residentes resilientes, autosuficientes, pueden mantenerse seguros y a salvo mientras el servicio de emergencias se ocupa de aquellos en situaciones de mayor necesidad.

Estamos todos juntos en esto.

LA OFICINA PARA EL MANEJO DE EMERGENCIAS DE FAIRFAX COUNTY Y USTED



Al usar los recursos provistos en esta Guía de Respuesta en caso de Emergencia en la Comunidad, los residentes de Fairfax County se tornarán más resilientes y autosuficientes durante una emergencia.

En apoyo a los residentes, el condado aporta un importante servicio de emergencia y recursos de recuperación, entre los que se incluye no solo bomberos, rescatistas y policías, sino también los departamentos de Salud, Servicios para la Familia y muchos otros. También es posible solicitar a los recursos estatales y federales que den apoyo ante una emergencia del condado. **La Oficina para el Manejo de Emergencias (OEM) de Fairfax County coordina todos estos recursos.**

OEM coordina todos los servicios de mitigación, respuesta y recuperación posterior a los desastres para los residentes de Fairfax County.

OEM de Fairfax County también trabaja para dar respuesta a los residentes a medida que suman resiliencia en su preparación anticipada para casos de emergencia. Esto incluye:

- ▶ Ready Fairfax (ver más abajo).
- ▶ El envío de mensajes “Fairfax Alert” para mantener informados a los residentes sobre las condiciones de la emergencia.
- ▶ Planificación en caso de emergencia para agencias del gobierno y residentes para todas las operaciones de emergencia, incluyendo las personas con necesidades funcionales y de acceso, y la continuidad de las operaciones.
- ▶ Administración del programa de Citizen Corps del condado.
- ▶ Ejecución de programas de capacitación y ejercicios para las agencias gubernamentales de Fairfax County, en asociación con negocios y gobiernos vecinales locales.

READY FAIRFAX

Ready Fairfax es un programa de preparación de la Oficina para el Manejo de Emergencias de Fairfax County diseñado para educar y empoderar a los miembros de la comunidad para que se preparen y respondan ante una emergencia y puedan recuperarse si alguna llegara a suceder, incluyendo los desastres naturales y aquellos provocados por el hombre. El objetivo del programa

es promover la preparación a través del compromiso público. Esto se logra a través de programas únicos; por ejemplo, Herramientas para la planificación en caso de emergencia destinadas a estudiantes (Student Tools for Emergency Planning, STEP), Fin de semana de concientización sobre la preparación (Preparedness Awareness Weekend, PAW), programas estacionales y las redes sociales.



Los planes para emergencias del condado pueden consultarse en el sitio web de la OEM:
<https://www.fairfaxcounty.gov/emergencymanagement/emergency-plans>

Ready Fairfax necesita que usted y sus vecinos tomen cuatro medidas: (1) estar informados sobre los diferentes tipos de emergencias que podrían ocurrir y las respuestas adecuadas; (2) elaborar un plan de emergencia; (3)

armar un kit con suministros para casos de emergencia; e (4) involucrarse en su comunidad al prepararse para las emergencias.

PLANES DE EMERGENCIA DE LA OEM

Para preparar a la comunidad a que sea capaz de responder a todas las catástrofes, la OEM de Fairfax County trabaja con sus socios a fin de mantener varios planes importantes. Nuestros planes de emergencia básicos están al alcance de los residentes a fin de permitir el entendimiento por parte del público de las operaciones que el condado hace antes, durante y después de un desastre.

Plan de Operaciones en caso de Emergencia (EOP)

El Plan de Operaciones en caso de Emergencia de Fairfax County da los lineamientos básicos del programa de manejo de emergencias del condado, incluyendo todos los programas y procedimientos destinados a salvar vidas y minimizar los daños durante los desastres y después. El Plan establece el marco para la gestión de las emergencias graves, independientemente del tipo de desastre o catástrofe. El Plan esboza los roles y las responsabilidades para las operaciones de emergencia, así como el “concepto de operaciones” para el condado. Se revisa cada año y se actualiza al menos cada cuatro años.

Plan de Recuperación previo al Desastre (PDRP)

El Plan de Recuperación previo al Desastre de Fairfax County establece un marco único, completo para el manejo de las actividades de recuperación en caso de desastres graves que afecten al condado. El Plan de Recuperación previo al Desastre está diseñado para dar una guía para las acciones de recuperación que resultan en una comunidad resiliente, segura, físicamente accesible, sustentable y económicamente sólida.

Plan de Mitigación de Riesgos en caso de catástrofes

El Plan de Mitigación de Riesgos en caso de catástrofes de Virginia del Norte (aprobado por la Junta de Supervisores de Fairfax County) identifica peligros, establece estrategias de mitigación e identifica proyectos que contribuirán a la preparación y reducción de los impactos de los desastres naturales. Este plan permite que el condado entienda mejor su vulnerabilidad ante ciertas catástrofes y las estrategias que puede implementar para reducir el impacto de las mismas.

Planes de Continuidad de las Operaciones

Un Plan de Continuidad de las Operaciones ayuda a garantizar que los líderes de la comunidad, los negocios locales y las agencias gubernamentales puedan continuar con las funciones, operaciones y actividades de respaldo esenciales con mínima interrupción, en especial, durante una perturbación o amenaza. La planificación de la continuidad garantiza que todas las organizaciones del condado puedan hacer sus misiones básicas en todas las amenazas y condiciones. (En general, los planes de continuidad son accesibles pero no de forma pública). Los planificadores comerciales y de la comunidad emplean principios similares en el desarrollo de sus propios planes para llevar a cabo una planificación informada respecto del riesgo a fin de producir planes integrados, coordinados y sincronizados.

Esta Guía de Respuesta en caso de Emergencia en la Comunidad se adapta al Plan de Operaciones en caso de Emergencia para el uso de los residentes del condado.

CATÁSTROFES EN FAIRFAX COUNTY

El primer paso para ser resiliente a los desastres; independientemente de si reside en el condado o no, o si es un planificador en la Oficina para el Manejo de Emergencias o FEMA, es saber cuáles son las catástrofes para las que debe estar preparado. Otras regiones enfrentan diferentes tipos de desastres. A continuación, se muestran las catástrofes más probables en Fairfax County, agrupadas por sus características comunes; no están clasificadas por orden.

Catástrofes naturales:

- ▶ Tormenta eléctrica
- ▶ Huracán o tormenta tropical
- ▶ Inundación
- ▶ Tormenta de invierno o frío extremo
- ▶ Calor extremo
- ▶ Tornado
- ▶ Terremoto
- ▶ Pandemia de influenza

Catástrofes provocadas por el hombre (incluyendo accidentes y acciones intencionales):

- ▶ Ataque cibernético
- ▶ Disturbio civil
- ▶ Actos de violencia/terrorismo
- ▶ Escape de materiales peligrosos
- ▶ Escape de sustancias químicas, biológicas, radiológicas o nucleares
- ▶ Rotura de presa

Emergencias de "todos los días":

- ▶ Incendio estructural
- ▶ Corte del suministro eléctrico
- ▶ Emergencia médica

Cada una de estas catástrofes presenta diferentes características en cuanto al riesgo: su acaecimiento es más o menos probable; generan impactos más o menos graves en vidas y bienes cuando ocurren; pueden ser más localizadas o regionales; pueden ser más fáciles o difíciles de pronosticar o predecir; y pueden ocurrir aisladas o ser el factor desencadenante de otra catástrofe en una sucesión de hechos con "efecto cascada".

En Fairfax County, un enfoque de preparación global de los riesgos implica adoptar acciones que mejoren la situación durante y después de cualquiera de estas catástrofes, en especial: tener un buen plan, contar con suministros a mano (y tenerlos disponibles) y saber dónde buscar información.

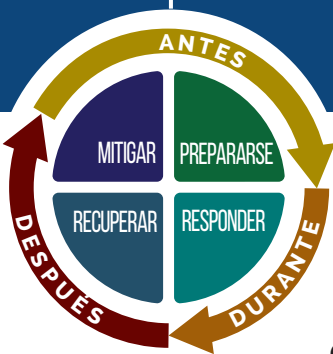
RIESGO es un concepto que se usa tanto en el manejo de las emergencias como en la industria del seguro. Describe la posibilidad de acaecimiento (probabilidad) de una catástrofe, las vidas y los bienes que encuentra en su camino (exposición) y el potencial de destrucción de la catástrofe (impacto).

Para obtener información detallada sobre las catástrofes de Fairfax County, consulte el Plan de Mitigación de Riesgos en caso de catástrofes de Virginia del Norte (www.fairfaxcounty.gov/emergencymanagement/emergency-plans).

Para una guía concisa de qué puede hacer antes, durante y después de cada una de estas catástrofes, consulte los **Anexos sobre catástrofes** de esta Guía, a partir de la página 37.

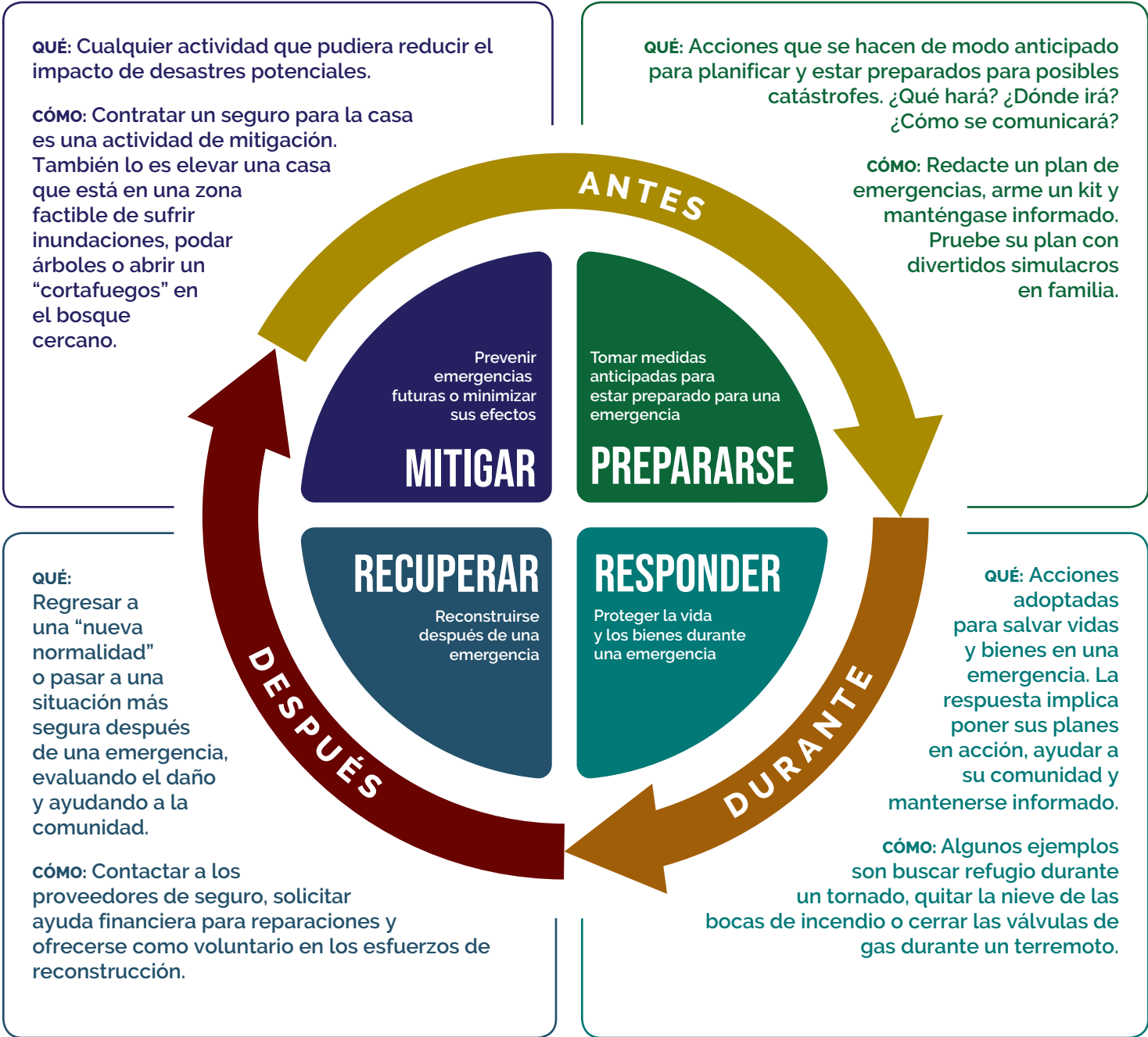


LAS “CUATRO FASES” DEL MANEJO DE LAS EMERGENCIAS

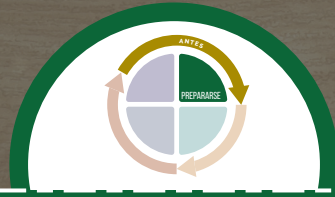


En general, los profesionales en el manejo de emergencias dividen sus responsabilidades en cuatro fases, que forman un ciclo. Este ciclo de cuatro fases también se aplica a usted. Comienza con las actividades de **PREPARACIÓN** que hacen que una comunidad se prepare antes de una emergencia (incluye planificación, entrenamiento y práctica). Luego, están las acciones de **RESPUESTA** que ayudan a proteger vidas y bienes durante un desastre. Los esfuerzos de **RECUPERACIÓN** son la forma en que nos reconstruimos después de un desastre. Los proyectos de **MITIGACIÓN** reducen los riesgos de las catástrofes, se pueden implementar antes o después de un desastre, pero el propósito es siempre mejorar las condiciones antes del próximo evento.

LAS "CUATRO FASES" DEL MANEJO DE LAS EMERGENCIAS







PREPARACIÓN (ANTES)

La preparación es lo que todos podemos hacer ahora para asegurarnos de estar listos para manejar una emergencia.

La preparación incluye aquellos pasos que usted adopta antes de que ocurra un desastre para asegurarse de que usted y su familia estén sanos y seguros durante y después de un desastre. Elaborar planes de emergencia, obtener información acerca de los recursos disponibles durante y después de un desastre, y practicar qué haría en una emergencia son elementos clave de preparación.

Durante un desastre, es posible que el servicio de emergencia local no llegue de inmediato. Debe estar preparado para ser autosuficiente al menos

entre tres a cinco días. Su nivel de preparación también puede darle la capacidad de ayudar a otros durante un desastre. Al estar preparado, permitirá que el servicio de emergencia se ocupe de aquellos que están en situaciones con riesgo inmediato de vida. Al estar preparado y conocer qué hacer reducirá el miedo y la ansiedad, y podrá ayudarlo a evitar también el peligro.

A continuación le presentamos algunos consejos sobre cómo prepararse de la mejor manera.

PASO 1: ELABORAR UN PLAN DE EMERGENCIA; COMIENCE HOY MISMO

Planes familiares de emergencia

El compromiso de trazar una planificación hoy lo ayudará a responder ante futuras emergencias. Elabore un plan familiar. Antes de que ocurra una emergencia (“bajo un cielo azul”) debería:

- ▶ Convocar a una reunión familiar.
- ▶ Conversar sobre las catástrofes que más le preocupan.
- ▶ Determinar las acciones básicas que hará en cada desastre posible.

- ▶ Saber cómo determinará si se refugiará en su casa o evacuará, y dónde se reunirán si fuera necesario.
- ▶ Hablar sobre cómo se comunicarán en caso de que estuvieran separados.
- ▶ Identificar un contacto fuera del área en caso de que las líneas de comunicación local no se puedan usar.

Continuar leyendo para más orientación en cada una de estas cuestiones, además de otras “consideraciones de planificación”.

Planifique bajo un cielo azul

Un “cielo azul” es el término que los profesionales en el manejo de emergencias utilizan para describir un día sin desastres, es decir, sin incendios, sin inundaciones ni ataques cibernéticos. Por ejemplo, hoy. Siempre es mejor planificar bajo un cielo azul, cuando tiene tiempo, recursos e información. La planificación de último minuto durante una crisis es estresante, difícil y mucho menos eficaz.

PLANIFICAR LOS SUPUESTOS

Los profesionales en el manejo de emergencias hablan sobre planificar los supuestos (condiciones que no podemos controlar durante una emergencia). Para un plan familiar de emergencia, debe suponer:

- ▶ Falta de electricidad
- ▶ Falta de agua
- ▶ Falta de calefacción o refrigeración
- ▶ Dificultad o imposibilidad para comunicarse, entre ellos: teléfono (salvo que cuente con un teléfono fijo), Internet y acceso inalámbrico
- ▶ Acceso limitado o falta de acceso a dinero mediante tarjetas de crédito o cajeros automáticos
- ▶ Acceso limitado o falta de acceso a tiendas minoristas, incluyendo las farmacias
- ▶ La falta de entrega de correo o paquetes
- ▶ Falta de servicio de recolección de basura o reciclado
- ▶ Falta de ayuda externa
- ▶ **Su supuesto básico: Prepararse para ser autosuficiente durante tres a cinco días o más**

Cuando haya finalizado su plan, conserve una copia impresa en un lugar seguro y fácilmente accesible, que todos conozcan. También guarde una copia en sus kits de emergencia (refugio en casa, bolso y vehículo).

Asegúrese de que cada miembro del grupo familiar conozca el plan, de modo que sepan qué hacer

ante una emergencia, ya sea que estén en casa, en el trabajo o en la escuela, además de saber cómo comunicarse unos con otros.

Por último, mantenga la información actualizada. Debería actualizarla dos veces al año: al “atrasar” y “adelantar” el reloj.

Lista de verificación para planificación: Puntos básicos

El plan de emergencia de cada familia debe incluir la siguiente información básica:

- ▶ Use **alertas y notificaciones** de emergencia. Determine cómo recibirá alertas y notificaciones de emergencia. Regístrese anticipadamente en sistemas tales como Fairfax Alerts (www.fairfaxcounty.gov/alerts).
- ▶ Identifique la mejor forma de **escapar de cada habitación de la casa**. Asegúrese de que cada persona conozca cómo escapar si hay una emergencia.
- ▶ Identifique un **lugar que sirva de refugio** en su casa. Debe ser una habitación interna con pocas ventanas.
- ▶ Elija **dos lugares donde reunirse** en caso de que tenga que abandonar su casa o no pueda regresar a ella:
 - » Un lugar debe ser justo fuera de su casa (puede ser cruzando la calle), en caso de una emergencia de corta duración.
 - » El segundo lugar debe estar alejado de su vecindario (puede ser la casa de un amigo), en caso de que no pueda regresar a su casa o deba abandonar su vecindario.
- ▶ Haga una lista de **suministros y documentos importantes**. Haga una lista de los artículos que incluirá en su bolso. Tenga en cuenta incluir copias de documentos importantes (documentos financieros y de seguros, pasaportes, certificados de nacimiento y matrimonio, recetas, información médica, licencias de conducir, tarjetas de crédito, etc.). Consulte el “Paso 3: Arme sus kits de emergencia”, [página 21](#).
- ▶ Conserve una lista de **información y números importantes**; por ejemplo, profesionales médicos, compañías de seguro, proveedores de servicios públicos, etc. Use la información de contacto importante incluida en este documento para empezar.
- ▶ Conozca las **empresas de servicio público** de su casa. Documente dónde y cómo cerrar el agua, el gas y la electricidad de modo seguro; sepa qué servicio puede volver a conectar usted mismo (electricidad: sí; agua: si sabe cómo hacerlo; gas: nunca).
- ▶ Identifique una **persona de contacto en caso de emergencia** que viva fuera del área metropolitana de Washington. Este es un punto importante para que cada persona que vive con usted pueda comunicarse y así mantenerse informados.
- ▶ Trace un **Plan de comunicación para emergencias**. Como parte de su plan de emergencia, converse con su familia respecto de cómo se comunicarán entre sí en caso de emergencia.
- ▶ Complete una **tarjeta de contacto por cada persona que vive con usted**. Incluya las ubicaciones de su sitio de reunión local en caso de emergencia y lugar de reunión fuera de su vecindario. También incluya el nombre y los números de teléfono de la persona de contacto en caso de emergencia. Para obtener una tarjeta de contacto modelo, visite www.ready.gov o comuníquese con la Oficina para el Manejo de Emergencias de Fairfax County.
- ▶ Ante una emergencia, considere **enviar mensajes de texto en lugar de llamar**. Un mensaje de texto puede llegar al destinatario, cuando una llamada no lo hará.
- ▶ Investigue en **herramientas en línea**; por ejemplo, Respuesta ante emergencias (Crisis Response/Safety Check) en Facebook, para conectarse con amigos y seres queridos durante una crisis.

CONSIDERACIONES PARA ANCIANOS E INDIVIDUOS CON NECESIDADES FUNCIONALES Y DE ACCESO

Si usted o alguien cercano a usted tiene una discapacidad o necesidad funcional o de acceso, adapte su plan para satisfacer esas necesidades. Las necesidades y capacidades de cada persona son únicas, pero todos pueden adoptar medidas para estar preparados.

Fairfax Alerts incluye un Registro de necesidades funcionales. Fairfax County utiliza el registro para la planificación en caso de emergencia, el manejo de los recursos y las comunicaciones. Durante una crisis o emergencia, Fairfax County usa este sistema para enviar alertas, notificaciones y actualizaciones importantes relacionadas con una emergencia.

Antes

- ▶ Regístrese en Fairfax Alerts y en el Registro de necesidades funcionales.
- ▶ Sepa cómo ingresar al Blog sobre Emergencias de Fairfax County para obtener información durante una emergencia.
- ▶ En Facebook y Twitter, siga a Fairfax County en @FairfaxCounty y la Oficina para el Manejo de Emergencias en @ReadyFairfax.
- ▶ Escriba la información del encargado del cuidado y del contacto en caso de emergencia.
- ▶ Cree una red de apoyo. Un equipo puede ayudarlo a identificar y obtener los recursos que necesita. Un equipo debe estar preparado para controlar a un individuo y ver si necesita ayuda durante una emergencia. Si cuenta con un asistente personal, verifique con la agencia si tiene un plan para emergencias. ¿Dan servicio en otro sitio en caso de que deba evacuar?
- ▶ Identifique dónde irá en una emergencia.
- ▶ Planifique para obtener la ayuda que necesite para llegar a un refugio.

Durante

- ▶ Si está seguro en el lugar donde está, ¡permanezca allí!
- ▶ Comuníquese con sus familiares o encargado del cuidado para que sepan dónde está. Haga llamadas cortas para no consumir la batería. Si puede, comuníquese por mensajes de texto, correo electrónico y las redes sociales.
- ▶ Mire televisión, escuche radio o controle las redes sociales para estar informado de las últimas noticias.
- ▶ Si debe evacuar, tome su bolso de emergencia, mascotas y otros elementos básicos.

Después

- ▶ Verifique el área para asegurarse de que es segura.
- ▶ Reciba los primeros auxilios físicos o para salud mental, si fuera necesario.
- ▶ Esté en contacto con su familia y amigos mediante mensajes de texto o las redes sociales.
- ▶ Si usó artículos de su bolso de emergencia, asegúrese de reemplazarlos.
- ▶ Evalúe su plan y ajústelo según sea necesario.

CONSIDERACIONES PARA BEBÉS Y NIÑOS PEQUEÑOS

Recuerde las necesidades únicas de los miembros del grupo familiar al elaborar el plan familiar de emergencia. Incorpore los planes de emergencia de la escuela de su hijo, las ubicaciones y la información de contacto en su plan. Conozca quién es el responsable de recoger a quién y dónde todos se reunirán.

Trate de hacer que la planificación para casos de emergencia sea divertida para los niños pequeños. Convoque a los familiares para una reunión familiar rápida, puede ser mientras comen una pizza o antes de mirar su película favorita. Hable sobre qué hará durante una emergencia y discuta el plan de la familia. Al recurrir a la imaginación (hablar sobre las "posibilidades" como si fueran historias), la planificación en caso de emergencia da un poco menos de miedo.

CONSIDERACIONES PARA MASCOTAS

No se olvide de sus mascotas al elaborar su plan de emergencia.

Haga una búsqueda de un hotel donde acepten mascotas, un refugio que acepte animales o la casa de un amigo. Fairfax County dará un refugio para mascotas si el incidente

así lo requiere. ¡Traiga una jaula para cualquier otro animal que no sea un gato o un perro! No deje las mascotas en casa si usted evacúa. Si no puede regresar a su casa, señale por anticipado a un amigo o vecino de confianza que pueda recuperar o cuidar a su mascota. Y no se olvide, esta persona deberá tener una llave y saber dónde guarda los artículos de su mascota.

Asegúrese de que sus animales usen collares con identificación actualizada. También puede consultar a su veterinario respecto de la instalación de microchips en su mascota para asegurarse de que regresará a usted. El Refugio de Animales de Fairfax County provee este tipo de identificación varias veces al año. Llame al +1-703-830-1100 o visite www.fairfaxcounty.gov/animalshelter/ para obtener más información.



Otras formas de preparación

Además de tan solo tener un plan, hay otras cosas que usted y su familia pueden hacer para estar mejor preparados:

- ▶ Agregue un contacto "en caso de emergencia" (ICE) en cada celular de las personas en su casa.
- ▶ Enseñe a los niños cómo y cuándo deben llamar al 911. Para más información, visite www.fairfaxcounty.gov/911/text-to-911.
- ▶ Haga un curso de RCP, primeros auxilios o para detener hemorragias y así adquirir habilidades que pueden salvar vidas.



40 %

de los negocios que cierran durante un desastre nunca vuelven a abrir. Muchas familias afectadas por los desastres abandonan la comunidad afectada de modo permanente.

ELABORE UN PLAN DE CONTINUIDAD COMERCIAL: Utilice la Plantilla para el Plan de continuidad del **Apéndice C**.

Planes de continuidad comercial

¿Usted es dueño de un negocio? ¿Opera uno? Dedique tiempo a elaborar un plan de continuidad laboral que posicione a su empresa de modo tal que pueda recuperarse de un desastre. Un plan de continuidad comercial esboza los **impactos** que tienen mayor probabilidad de perturbar a su negocio, las **actividades comerciales críticas** que son esenciales para continuar en el negocio y poder recuperarse rápidamente, y las **estrategias de continuidad** para que dichas actividades críticas continúen ejecutándose.

Elaborar un plan de continuidad comercial es también una excelente práctica de manejo para circunstancias no relacionadas con desastres. A medida que elabora el plan, identificará y eliminará puntos de falla individuales al introducir redundancias e identificar empleados para hacer un entrenamiento cruzado.

Las herramientas incluidas en esta Guía lo ayudarán a elaborar un plan, garantizar la seguridad de sus clientes y empleados, y detectar vacíos en sus modelos actuales.



PASO 2: PRACTIQUE SU PLAN

Un plan solo es útil si usted lo conoce. Tómese el tiempo de probar y practicar su plan familiar, incluyendo los simulacros. Practique evacuar su casa y refugiarse en el lugar donde está.

Los estudios demuestran que las personas que pensaron y practicaron sus planes de emergencia tienen muchas más probabilidades de sobrevivir y recuperarse más rápido de los desastres.

PASO 3: ARME SUS KITS DE EMERGENCIA

Los kits de emergencia de diferentes tipos son recursos esenciales en una emergencia. Estos kits incluyen los kits para refugio en casa, evacuación (varios se conocen con el nombre de “kit de emergencia”, “bolso de emergencia”, “caja de emergencia” o “bolsa de emergencia”), y kit para llevar en los vehículos.

Los kits de emergencia incluyen suministros básicos y se adaptan a la necesidad de cada persona. Necesitará suministros adicionales si en su casa hay niños, ancianos o individuos con necesidades funcionales o de acceso, o mascotas. Los kits deben guardarse en un contenedor resistente al agua o en un bolso portátil y resistente, y almacenarse en lugares a los que se podrá acceder con facilidad cuando se los necesite y sean útiles:

- ▶ Kit con provisiones de emergencia para refugio en el lugar: en un sitio seguro de la casa o el trabajo.
- ▶ Bolso de emergencia para evacuación: en algún lugar práctico si tiene que evacuar; por ejemplo, un garaje o cerca de la puerta de entrada.
- ▶ Kit para automóvil: uno en cada vehículo.

Recuerde que, durante un desastre, el contenido de los kits pueden volcarse y estar uno encima del otro; si se refugia en su propia casa, tendrá acceso a todos sus kits. Si debe abandonar su casa, solo tendrá el kit para automóvil y el bolso de emergencia que recoja. Si el desastre se desata cuando usted está fuera de su casa, el kit en su vehículo es todo lo que tendrá.

Fairfax County recomienda que cada casa tenga **alimento, agua y suministros para tres a cinco días** en los kits para refugio en el lugar **para cada miembro del grupo familiar.**

SI TIENE HIJOS PEQUEÑOS,

convierta los simulacros en un juego. Incluya “Detente, tírate al piso y rueda” (para los incendios) y “Tírate al piso, cúbrete y espera” (para terremotos). Entregue premios al primero que llegue a la habitación de la casa designada como segura o al primero que llegue al lugar de reunión en el exterior; cronometre el tiempo de las respuestas de los familiares. Convertir el ejercicio en un juego reduce el temor de los niños.

DESARROLLE UN PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIA: Use

la Plantilla para el Plan de emergencia del **Apéndice B.**





EL BLANQUEADOR ES UN PODEROSO DESINFECTANTE.

Se puede reducir con agua en una proporción de 1:9 para limpiar o 16 gotas/3.8 litros (1 galón) para beber. Visite <https://www.cdc.gov/healthywater/emergency/drinking/making-water-safe.html> para obtener más información.

¿Qué debe contener cada kit?

► Agua:

- Para refugiarse, considere 3.8 litros (un galón) de agua por día y por persona para beber e higienizarse. Por lo tanto, para una familia de cuatro miembros, serían 45.2 litros (12 galones) para tres días. Use agua embotellada comercialmente. ¡Recuerde que el agua embotellada tiene fecha de vencimiento! Considere usar agua de emergencia en bolsas, que tienen un vencimiento más prolongado.

- Para el agua en el bolso de emergencia, guarde los suministros que le permitirán tratar su propia agua; por ejemplo, pastillas potabilizadoras de agua, purificadores de bombas y blanqueador de uso doméstico.

- Considere incluir bolsas de agua en su bolso de emergencia.

► Alimentos y cocina: si se corta el suministro eléctrico, será imposible refrigerar los alimentos, y si tiene una cocina eléctrica, cocinar estará limitado a la parrilla del patio trasero o calentador para campamento (si planea usar uno, guarde una reserva de combustible en un lugar seguro). Incluya alimentos ya preparados que no necesiten cocción ni refrigeración. ¡Asegúrese de tener un abridor de latas manual (o herramienta para usos múltiples) a mano! Algunos ejemplos son:

- Latas de carne
- Latas de fruta, frijoles, vegetales y sopa
- Barras: energéticas, proteicas, de frutas o granola
- Cereales secos
- Mantequilla de maní
- Galletas
- Comida y fórmula para bebés, si fuera necesario

Recuerde evitar los alimentos con alto contenido de sal y sodio porque le darán sed. No olvide incluir algún alimento divertido para no perder la motivación. Y recuerde que incluso los alimentos no perecederos suelen tener fecha de vencimiento. Almacene alimentos livianos y muy energéticos en su bolso.

► Elementos de cocina desechables: incluya utensilios, tazas, platos y servilletas.

- Bolsas plásticas: las bolsas plásticas con cierre hermético son útiles para guardar galletitas, cereales, galletas, etc. (no querrá atraer bichos y alimañas), y las bolsas de basura son útiles para todo tipo de elementos, incluyendo la basura.

- Prendas adecuadas para el clima: incluya una muda para cada persona, incluyendo medias y ropa interior adicional; asegúrese de incluir ponchos para la lluvia.

- Mantas o bolsas de dormir: una para cada integrante del grupo familiar, las mantas isotérmicas mylar son compactas y económicas.

- Elementos para niños: empaque algunos de sus bocadillos favoritos no perecederos, además de algunos libros, juegos, mantas u “objetos queridos” y, tal vez, dispositivos musicales (y baterías).

- Elementos básicos personales: empaque jabón, toallitas, pasta de dientes, artículos de tocador para hombres y mujeres, champú, productos de higiene y papel higiénico.

- Equipo básico: incluya fósforos antitormenta, algunos precintos, un rollo de cinta adhesiva, y una herramienta para usos múltiples o navaja; uno nunca sabe cuándo podrían necesitarse, en especial, si debe evacuar.

- Cargadores de teléfono celular: los cargadores de emergencia/campamento pueden encontrarse en Internet o en ferreterías o tiendas.

- Radios del Tiempo de NOAA: ahora, la radio NOAA está disponible como aplicación, pero nada sustituye a una radio meteorológica a manivela.

- Linternas: asegúrese de incluir (y reemplazar con frecuencia) las baterías, o invierta en unas lanternas recargables a manivela.

- Kit de primeros auxilios: los kits básicos se pueden comprar completos o armarse de cero en una visita a la farmacia. Asegúrese de incluir medicamentos de venta libre además de artículos para el tratamiento y la limpieza de heridas. Recuerde que los medicamentos vencen.

- Equipo de trabajo: para limpiar o tan solo desplazarse después de un desastre, lo ideal sería que este equipo incluya guantes para trabajos pesados, máscaras antipolvo N95, tapones para oídos, gafas/anteojos de trabajo y botas impermeables/de punta dura.

- Documentos importantes: inventario de artículos de la casa, información del seguro,

¿ES USTED UN INDIVIDUO CON NECESIDADES FUNCIONALES O DE ACCESO? ¿ES UNA PERSONA ANCIANA? O ¿ES USTED EL RESPONSABLE DE AYUDAR A DICHA PERSONA, NIÑOS O MASCOTAS, A ESTAR PREPARADO?

Arme un kit de emergencia que se adapte a sus necesidades particulares, y planifique contar con un repuesto de cualquier elemento básico; por ejemplo, un equipo médico.

Para **individuos con necesidades funcionales y de acceso:**

- ▶ Una lista de tipos y números de modelo de cualquier dispositivo médico que se necesite.
- ▶ Documentación de toda información de salud relevante, incluyendo la información de contacto del médico.
- ▶ Cualquier tecnología de apoyo que pudiera necesitar, junto con las instrucciones de uso.
- ▶ Baterías extra para la silla de ruedas.
- ▶ Oxígeno.
- ▶ Catéteres.
- ▶ Medicamentos, incluyendo los arreglos necesarios para todo lo que deba mantenerse refrigerado.
- ▶ Alimento para animales de servicio.

Para **niños:**

- ▶ Pañales y fórmula para bebés y niños pequeños.
- ▶ Bocado favoritos.
- ▶ Juguetes, libros, "objetos queridos" y otros artículos para diversión y comodidad. Si usted considera que las emergencias y la reubicación son situaciones estresantes para los adultos, imagínese para un niño.

Para **mascotas:**

- ▶ Alimento para mascotas, golosinas y agua para tres días como mínimo.
- ▶ Arena, caja de arena, periódicos, toallas de papel y bolsas de plástico para basura.
- ▶ Productos de aseo/toallitas de limpieza.
- ▶ Blanqueador para uso doméstico.
- ▶ Juguetes, correas, arneses y cestas.
- ▶ Medicamentos o expedientes médicos.
- ▶ Un cajón es adecuado para un gato o perro; sin embargo, se necesita una jaula para cualquier otro tipo de mascota.

identificación e información financiera.

- ▶ Efectivo: considere que no tendrá acceso a fondos mediante tarjetas de crédito o cajeros automáticos. ¿Cuánto dinero en efectivo quisiera tener disponible para un lapso de tres a diez días?
- ▶ Otros elementos varios: no olvide incluir un par de anteojos de repuesto y sus recetas, audífonos y medicamentos recetados en sus kits.

Al armar sus kits, considere cuántos artículos incluye y si es necesario duplicar algo (por ejemplo, los kits de primeros auxilios). ¿Qué necesitaría para refugiarse en su propia casa? ¿Qué necesitaría para evacuar o refugiarse en un destino desconocido? ¿Qué debe tener siempre en su vehículo? Recuerde que incluso si se queda en su casa, tendrá acceso a todo lo que haya incluido en su bolso de emergencia.

Armar un kit también puede ser divertido y empoderador. Puede hacer varias visitas a la farmacia, a las tiendas de artículos para campamento y tiendas de alimentos para comprar los artículos que necesita. Puede convertir la compra de suministros en una búsqueda del tesoro para los niños.

RECUERDE que no tiene que poner todo junto de una vez en un kit de emergencia. Comience por los artículos pequeños y agregue algo cada vez.

Esta lista es solo el comienzo. Las listas del kit de primeros auxilios y las listas de suministros del kit de emergencia (incluyendo las listas especializadas para vehículos, ancianos, niños, mascotas e individuos con necesidades funcionales y de acceso) están disponibles en muchas fuentes. Consulte los **Apéndices B y G**, el sitio **ReadyNOVA.org** el sitio de FEMA **ready.gov** para principiantes.

Haga mantenimiento de sus kits de emergencia:

Después de armar su kit, recuerde hacerle un mantenimiento de modo que esté listo para cuando lo necesite.

- ▶ Verifique las fechas de vencimiento de los alimentos y el agua dos veces al año: al “atrasar” y “adelantar” el reloj (cuando reemplace las baterías en sus alarmas de humo).
- ▶ Verifique las baterías de las linternas y radios cada tres meses.
- ▶ Verifique las fechas de vencimiento de los medicamentos dos veces al año.
- ▶ Vuelva a pensar en el equipo que necesita en cada estación y reemplace los artículos estacionales como prendas y calzado (o prepare su kit para usarlo en las cuatro estaciones); asegúrese de que los artículos de sus kits de emergencia sean acordes a la edad de sus hijos a medida que crecen.

PASO 4: MANTÉNGASE INFORMADO DURANTE UNA EMERGENCIA

Cuando surge una emergencia, necesita acceder a información sobre las amenazas más recientes en su área, además de recibir orientación respecto de las acciones a seguir. Existen varias formas de obtener información durante las emergencias en Fairfax County.

El mejor método es **registrarse en Fairfax Alerts**, un servicio optativo gratuito que da información sobre emergencias por correo electrónico, mensajes de texto o llamadas al “911 con devolución”. Regístrese en www.fairfaxcounty.gov/alerts.

También puede:

- ▶ siga el Blog de Preparación, Respuesta y Recuperación en caso de Emergencia del Gobierno de Fairfax County en www.fairfaxcounty.gov/emergency/blog.

- ▶ siga al condado en las redes sociales:

-  @FairfaxCounty
-  @FairfaxCounty
-  @FairfaxCounty

- ▶ mire televisión o escuche radio:



- Se puede acceder a la radio del gobierno de Fairfax County llamando al +1-571-350-2160 o visitando <https://www.fairfaxcounty.gov/publicaffairs/radio>.
- Sintonice el canal 16 de la televisión por cable de Fairfax County.

- Probablemente otras transmisoras de radio o televisión locales cubrirán los desastres graves.
- ▶ Visite el sitio web del condado en www.fairfaxcounty.gov.

Incluso en los días en los que no hay ninguna emergencia, puede estar conectado y recibir información.

- ▶ regístrese en el Boletín de Preparación en caso de Emergencia en www.fairfaxcounty.gov/alerts.

- ▶ siga Fairfax County OEM en las redes sociales:

-  @Ready Fairfax
-  @ReadyFairfax

- ▶ regístrese en el Registro de Necesidades Funcionales de Fairfax County: Las personas con discapacidad física, sensorial, problemas de salud mental, discapacidad cognitiva o intelectual, así como las mujeres en la última etapa del embarazo, ancianos y personas con gran masa corporal que requieren equipo especial, pueden necesitar ayuda durante las emergencias. El Registro de necesidades funcionales es una lista opcional de nombres y direcciones de individuos que pueden necesitar asistencia adicional durante una emergencia. Durante una crisis, el condado usa esta lista para enviar alertas, notificaciones y actualizaciones de alerta a los destinatarios.



Regístrese en Fairfax Alerts,

un servicio opcional y gratuito que envía notificaciones en caso de emergencia por correo electrónico, texto o llamadas al “911 con devolución”. Regístrese en

www.fairfaxcounty.gov/alerts.



PASO 5: INVOLUCRARSE

Estamos todos juntos en esto.

Construir una cultura de preparación hace de Fairfax County una comunidad más resiliente. Crear un público entrenado, informado y comprometido es la mejor forma de otorgar poder a los individuos para dar apoyo a quienes lo necesitan.

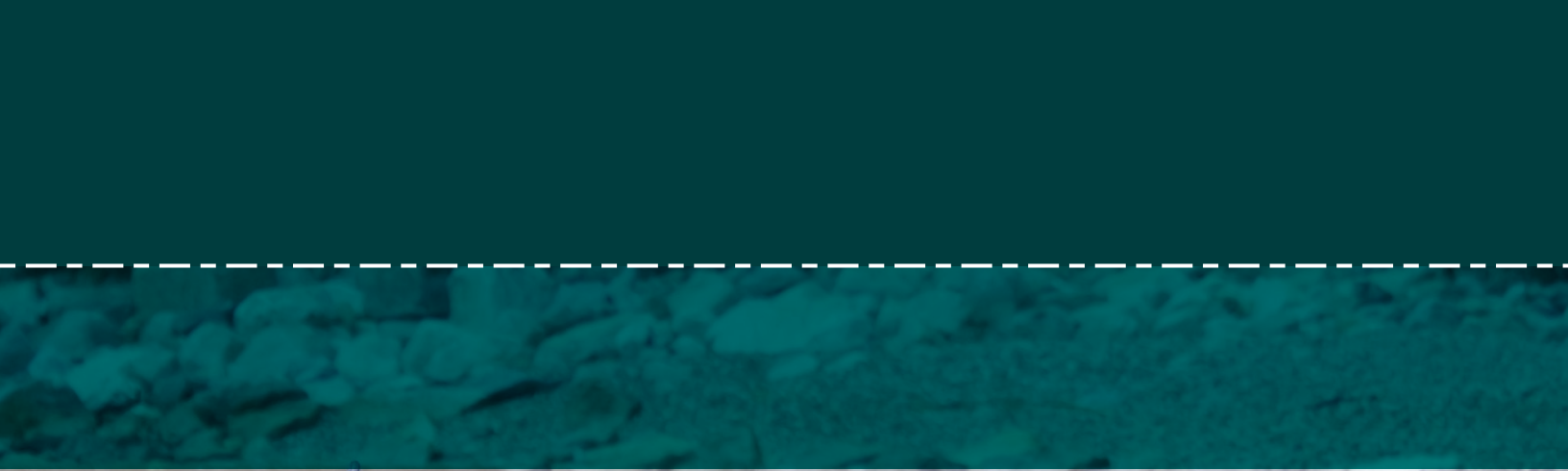
Hay muchas formas de involucrarse, así que puede marcar una diferencia positiva. Para ofrecerse como voluntario, póngase en contacto con alguna de las organizaciones locales que se indican a continuación.

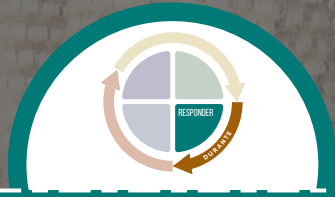
Para conocer la información de contacto de las organizaciones y otras formas de participación, consulte la **página 7** y el **Apéndice A** de esta Guía.



- ▶ Fairfax County OEM Volunteer Corps
- ▶ Fairfax County Citizen Corps Council
 - Community Emergency Response Team (CERT)
 - Fire Corps
 - Volunteers in Police Service (VIPS)
 - Medical Reserve Corps (MRC)
- ▶ Neighborhood Watch
- ▶ Faith Communities in Action (FCIA)
- ▶ Volunteer Fairfax
- ▶ Fairfax County/ Volunteer Fairfax Community Resiliency Groups
- ▶ American Red Cross







RESPUESTA (DURANTE)

La respuesta hace referencia a las acciones adoptadas para salvar vidas y proteger los bienes para evitar que sufran daños durante una emergencia; es poner los planes de preparación en acción.

Cuando ocurre un desastre, puede necesitar adoptar medidas específicas para mantenerse a salvo. Estas medidas incluyen refugiarse en el lugar donde está, implementar un confinamiento, evacuación o reubicación en un refugio de emergencia. A continuación se explican estos términos y los procedimientos básicos de “cómo” hacerlo.

REFUGIARSE EN EL LUGAR

En muchas emergencias, lo más seguro es permanecer en el interior de una construcción. Esta práctica se conoce como refugio en el lugar. Seleccione una habitación pequeña, interna, sin ventanas o con algunas pocas, y conviértala en un refugio. Si no está en una situación de peligro inmediato, permanezca en el lugar donde está hasta que pueda obtener más información del sitio web de Fairfax County, Fairfax Alerts, o de los medios de comunicación locales.



Cómo

- ▶ Si hubiera, siga las instrucciones de las autoridades para decidir si debe refugiarse en el lugar donde está o evacuar.
- ▶ Llame al 911 e informe la emergencia, si correspondiera.
- ▶ Siga su plan de emergencia.
- ▶ En caso de una amenaza o escape ambiental:
 - Coloque cinta adhesiva alrededor de puertas, ventanas y ventilaciones, y coloque toallas húmedas debajo de las puertas para evitar el ingreso de vapores y gases.
 - Apague los sistemas de calefacción intercambiadores de aire, aires acondicionados y ventiladores de escape.
 - Deje la electricidad encendida.
 - Use Fairfax Alerts y otras fuentes para obtener información durante el suceso.

POR QUÉ PODRÍA NECESITAR REFUGIARSE EN EL LUGAR DONDE ESTÁ

- ▶ Actos de violencia/hechos terroristas
- ▶ Disturbios civiles
- ▶ Contaminantes químicos, biológicos o radiológicos derramados accidentalmente o intencionalmente en el medio ambiente
- ▶ Varios tipos de clima severo

POR QUÉ PODRÍA NECESITAR CONFINARSE

- ▶ Actos de violencia/hechos terroristas
- ▶ Disturbios civiles

Para más información y guía respecto de **cómo responder ante tiradores activos,**

consulte el anexo sobre catástrofes, Actos de violencia/terrorismo, en la **página 48**, incluyendo los enlaces a los sitios web ALICE y corra/ocúltese/pelee del Departamento de Seguridad Nacional (DHS).

POR QUÉ DEBERÍA EVACUAR DE UN EDIFICIO

- ▶ Derrame interno de un químico o fuga de gas
- ▶ Humo visible, nube de gas o fuego (dentro del edificio)
- ▶ Amenaza de bomba
- ▶ Correo sospechoso
- ▶ Inundación localizada

CONFINAMIENTO

El confinamiento se refiere a asegurar o proteger a los individuos de una amenaza de violencia inmediata; por ejemplo, una persona armada u otro agresor. Existen procedimientos para el confinamiento al aire libre, cuyo objetivo es evitar que la amenaza de violencia ingrese a un edificio, y el confinamiento interno, que se pone en práctica cuando la amenaza de violencia está en el interior del edificio. Se prevé que un confinamiento dure solo algunas pocas horas.

Cómo

- ▶ No entre en pánico, mantenga la calma.
- ▶ Cierre todas las puertas y ventanas de inmediato. Si no puede cerrar una puerta, obstrúyala rápidamente con artículos pesados.
- ▶ Nunca abra puertas o ventanas a menos que un oficial de seguridad pública verificado así se lo indique. Siempre solicite la documentación para confirmar la identidad.

EVACUACIÓN

La evacuación puede ser una medida necesaria en una amplia variedad de emergencias, ya sea de un edificio o área. En algunas instancias, puede necesitar tiempo para prepararse, mientras que en otras situaciones deberá actuar de forma inmediata. Planificar con anticipación ayuda a que las evacuaciones fluyan de modo rápido y seguro, independientemente de las circunstancias.

Cómo: Preparar la evacuación

- ▶ No entre en pánico, mantenga la calma.
- ▶ No corra.
- ▶ En caso de un incendio, no abra puertas que están calientes. Antes de abrir una puerta, toque cerca de la parte superior para ver si está caliente.
- ▶ No use los ascensores.
- ▶ No rompa ventanas durante un incendio; el oxígeno alimenta al fuego.

- ▶ Apague todas las luces, y cierre persianas y cortinas.
- ▶ Indique a todos los presentes en la habitación que permanezcan agachados y lejos de ventanas y puertas.
- ▶ Silencie televisores, teléfonos celulares y otros artefactos electrónicos.
- ▶ Despeje corredores, baños y cualquier área o habitación que no pueda trabarse bien.
- ▶ Ayude a personas con necesidades funcionales y de acceso si fuera seguro hacerlo.
- ▶ Permanezca en el interior y confinado hasta que reciba una indicación de “todo despejado” por parte del personal autorizado.
- ▶ Siga todas las instrucciones de la policía.

- ▶ No ayude al servicio de emergencia a menos que le pidan que lo haga.
- ▶ No sea curioso; apártese del área del problema hacia una zona segura. Permanezca allí hasta que le indiquen regresar o reubicarse.

Cómo: Evacuación del área

- ▶ Decida si debe refugiarse en el lugar donde está o evacuar; espere a las instrucciones de las autoridades.
- ▶ Siga su plan de emergencia.
- ▶ Agarre su bolso de emergencia y todo alimento adicional, efectivo y suministros que podría necesitar.
- ▶ No olvide sus llaves y mascotas.

- ▶ Corte el suministro de gas. Conozca la ubicación de los servicios públicos y sepa cómo cerrarlos.
- ▶ Identifique un destino y avísele a su contacto fuera del área (y a otros) para que sepan hacia donde se dirige.
- ▶ Haga una investigación de su ruta, ya que algunos caminos pueden estar cerrados según el suceso; verifique las fuentes de información de Fairfax County y los recursos de Internet.
- ▶ Cargue combustible. A veces, las evacuaciones producen faltantes de gasolina en sitios localizados.

POR QUÉ DEBERÍA EVACUAR DE UNA ZONA

- ▶ Inundación generalizada (o pronóstico)
- ▶ Pronóstico de condiciones climáticas severas para las cuales su casa no está preparada
- ▶ Escape de materiales peligrosos
- ▶ Otras órdenes de evacuación voluntaria u obligatoria por parte del condado

CÓMO PREPARARSE PARA UN REFUGIO DE EMERGENCIA

Existen circunstancias en las que Fairfax County abrirá refugios de emergencia. Si debe reubicarse en un refugio, tenga en cuenta algunas consideraciones, las cuales se exponen a continuación:

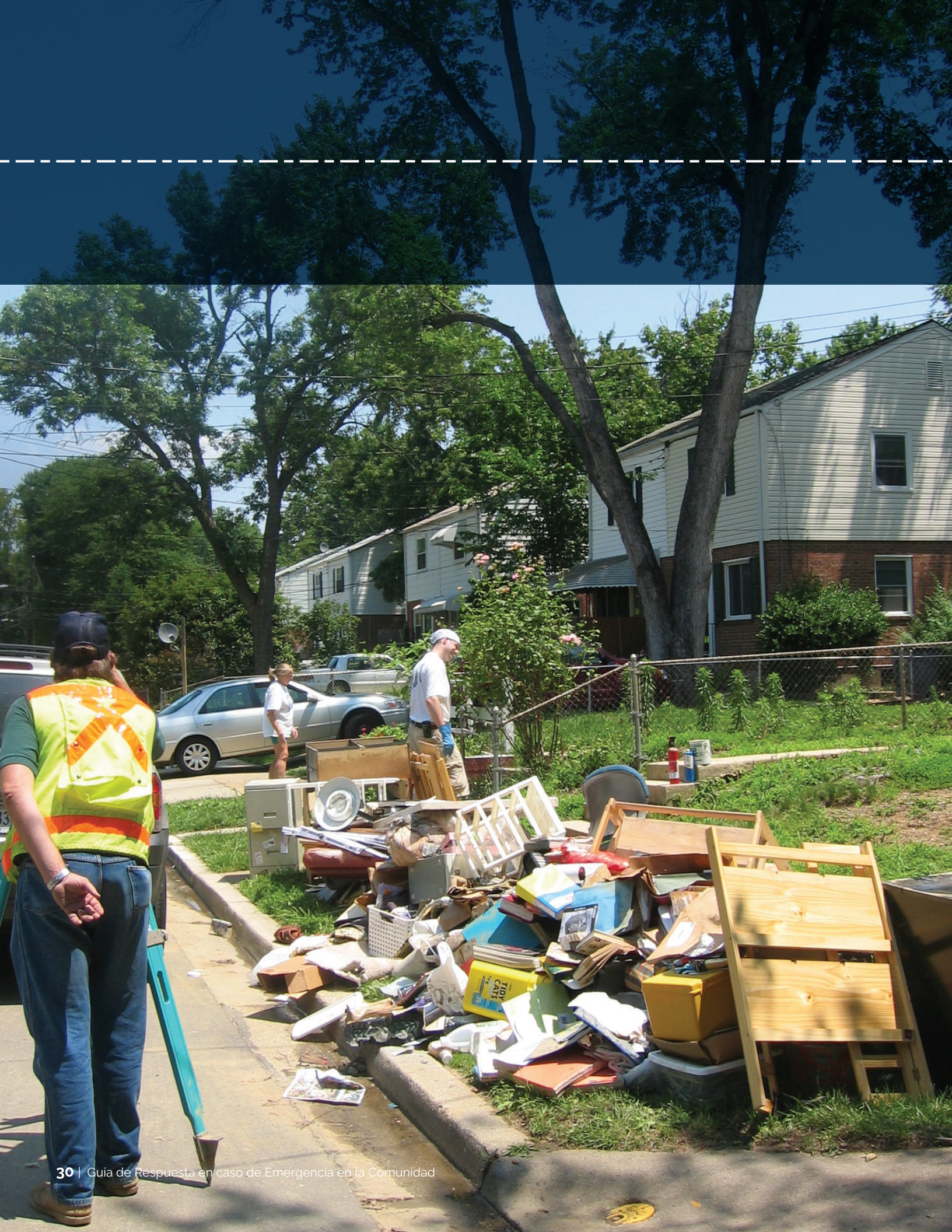
- ▶ Traiga su bolso de emergencia, incluyendo los artículos para tres días de cualquier elemento especial, por ejemplo:
 - Artículos especiales para adultos mayores, niños o personas con necesidades funcionales o de acceso, incluyendo la tecnología de apoyo.

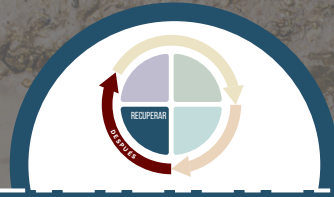
- Alimento especial para adaptarse a cualquier restricción o alergia.
- Medicamentos recetados, suministros y dispositivos necesarios para el mantenimiento de la salud.
- ▶ Si tiene mascotas:
 - Verifique que los refugios acepten mascotas.
 - ¡Lleve a sus mascotas con usted!
 - Lleve suministros para mascotas.

CÓMO AYUDAR A SU COMUNIDAD

Estar preparado para una emergencia es una responsabilidad compartida que requiere la participación de toda la comunidad. Durante o después de un desastre, si conoce a alguien en su manzana o edificio que tenga problemas de salud, sea anciano o tenga hijos pequeños, o de alguna otra forma pueda necesitar ayuda, contróleos activamente para saber si están seguros o invíelos a pasar el evento junto con su familia. Su bondad podría salvar una vida.

Conozca a las personas de su manzana o de su edificio anticipadamente. Es de buenos vecinos hacerlo; además, los desastres anteriores demuestran que los vecindarios preparados tienen menos pérdidas de vida, menor gravedad de las lesiones y trauma, y las propiedades sufren menos daños. Estamos todos juntos en esto.





RECUPERACIÓN (DESPUÉS)

La recuperación implica regresar a la normalidad, o a una condición mejor, más segura o resiliente, después de un desastre.

Recuperarse de un desastre puede demorar días o años, según el alcance del daño que su casa o comunidad haya sufrido. Los desastres realmente grandes pueden provocar desempleo y aumentar la demanda de servicios sociales, al tiempo que reducen los ingresos por impuestos para el gobierno local. Por lo tanto, las recuperaciones exitosas dependen de residentes preparados, negocios resilientes y bienes con los seguros

adecuados. Cuando los recursos de los individuos se ven sobrepasados, las instituciones resilientes y las redes sociales (familia, vecinos, organizaciones de la comunidad y lugares de culto) deben estar presentes dando ayuda.

Todos cumplen un rol importante en la reparación y reconstrucción de sus comunidades. Entender ahora los desafíos que presenta la recuperación puede ayudarlo después de un desastre.

Durante el proceso de limpieza, primero piense en la seguridad.

LIMPIEZA DESPUÉS DEL DESASTRE

Durante el proceso de limpieza, primero piense en la seguridad. Los peligros pueden incluir cables de alta tensión, fugas de gas, animales salvajes, agua contaminada, moho y toxinas, clavos y tornillos expuestos, vidrios rotos o metales retorcidos, y demás residuos.

- ▶ Asegúrese de que todos los servicios públicos estén desconectados antes de comenzar una limpieza importante.
- ▶ Asegúrese de que el edificio sea seguro antes de ingresar. Si sospecha de daño estructural, comuníquese con un inspector de edificios o contratista.
- ▶ Use el equipo de seguridad adecuado:
 - Guantes para trabajos pesados
 - Botas impermeables
 - Tapones de oídos
 - Máscaras antipolvo N95

- ▶ Use equipos para mover objetos pesados o de gran tamaño.
- ▶ Detecte signos de daños provocados por el agua o crecimiento de moho, incluyendo la decoloración en paredes y techos, o un olor fuerte.
- ▶ Siempre observe dónde camina.
- ▶ Siga su ritmo y tome descansos.
- ▶ Coma y beba.
- ▶ Supervise cómo están sus vecinos.
- ▶ Informe a alguien que usted está trabajando y cuándo espera terminar, de modo que si algo sucediera, ellos supervisarán cómo usted está.



INFORMAR EL DAÑO

La **Base de datos de daños provocados por desastres de Fairfax County** es una herramienta en línea que le permite informar el daño que los desastres provocan en las viviendas: www.fairfaxcounty.gov/disasterreport.

Fairfax County puede compartir todos los datos sobre el desastre con la Mancomunidad de Virginia y el gobierno federal. Enviar esta información a Fairfax County es voluntario, pero puede ayudarnos a asegurar los fondos federales de asistencia para desastres para los residentes del condado.

PRESENTE LOS RECLAMOS ANTE EL SEGURO LO ANTES POSIBLE

Si tiene un seguro, es importante que llame y presente un reclamo lo antes posible.

- ▶ Comuníquese con su compañía de seguro y presente un reclamo antes de solicitar ayuda individual al gobierno.
- ▶ Tome fotografías o grabe un vídeo de todos los daños sufridos y arme listas de los artículos dañados, incluyendo los números de modelo, valor estimado y fotografías. (Tener fotos de “antes” lo ayudará a documentar que el desastre fue la causa de los daños que está reclamando).
- ▶ Presente los reclamos al seguro antes de comenzar las reparaciones.
- ▶ Cuando fuera posible, tome medidas para evitar daños adicionales a la propiedad (por ejemplo, cubra con una lona impermeabilizada un techo dañado).
- ▶ Conserve las facturas de los gastos relacionados con el desastre en los que haya incurrido; por ejemplo, alojamiento, gastos médicos, reparaciones, artículos de limpieza, etc.



Si se declara un desastre federal o estatal, los individuos, casas y negocios tienen la posibilidad de acceder a asistencia financiera directa o para casos de desastres.

ALIVIO DEL DESASTRE Y ASISTENCIA FINANCIERA

Si los daños que el desastre provocó en el condado cumplen con los criterios federales, el gobernador puede solicitar que el Presidente declare la situación de desastre. No todos los desastres resultan en una solicitud del gobernador, y la aprobación por parte del Presidente no es automática. Muchos desastres en Virginia no fueron declarados federalmente como tales.

Si se declara un desastre federal o estatal, los individuos, casas y negocios tienen la posibilidad de acceder a asistencia financiera directa o para casos de desastres. El objetivo de la asistencia es ayudar con los gastos necesarios.

Después de sufrir un desastre en su casa o negocio pequeño, comuníquese con la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias (FEMA) para solicitar asistencia financiera, incluso si ya presentó un reclamo ante su compañía de seguro. La Agencia Federal para el Manejo de Emergencias puede entregar dinero para vivienda, junto con otros gastos personales; entre ellos, alimentos, vestimenta y medicamentos.

La Agencia Federal para el Manejo de Emergencias tiene varias formas de asistencia que podrían estar a su disposición y de su familia, entre ellas:

- ▶ Vivienda temporal
- ▶ Costos de reconstrucción, reemplazo o reparación en la propiedad
- ▶ Asistencia por desempleo en caso de desastre
- ▶ Necesidades no satisfechas relacionadas con el desastre después de los acuerdos con el seguro

La Agencia Federal para el Manejo de Emergencias también podría remitirlo a la Administración de Pequeños Negocios de los Estados Unidos (US Small Business Administration, SBA) y al Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (US Department of Agriculture, USDA), que otorgan préstamos a bajo interés a propietarios, arrendatarios y comerciantes por los bienes dañados y destruidos durante un desastre declarado como tal. Estos préstamos incluyen costos de reemplazo y reparación de inmuebles, bienes personales, maquinaria, equipos, inventarios y artículos comerciales. La Administración de Pequeños Negocios de los Estados Unidos y el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos no duplicarán los beneficios ofrecidos por su seguro o la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias.

INSCRÍBASE PARA RECIBIR ASISTENCIA EN CASO DE DESASTRES FEDERALES

- ▶ En línea o a través de un teléfono inteligente en DisasterAssistance.gov o fema.gov
- ▶ +1-800-621-FEMA (3362)
- ▶ TTY +1-800-427-5593 (para discapacidad del habla o pérdida de la audición)
- ▶ +1-800-621-3362 (711 o Servicio de Vídeo Relé)
- ▶ Visite los Centros para Recuperación de Desastres en su zona

Cómo presentar una solicitud a FEMA

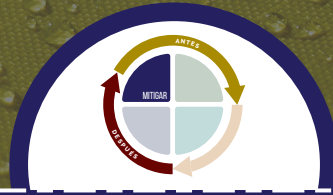
Al presentar una solicitud a la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias (FEMA), debe tener lápiz y papel a mano para anotar información importante. Le darán un número de nueve dígitos correspondiente a su inscripción. Este será uno de sus únicos identificadores. Escriba el número y guárdelo en un lugar seguro.

Al comunicarse con FEMA, necesitará:

- ▶ Su número de seguro social.
- ▶ Dirección de correo actual.
- ▶ Dirección de la vivienda que presenta daños.
- ▶ Números de teléfono.
- ▶ Tipo de cobertura del seguro.
- ▶ Ingreso anual total del grupo familiar.
- ▶ Número de cuenta bancaria y ruta de su banco si desea que los fondos de asistencia en caso de desastres se transfieran directamente a su cuenta bancaria.







MITIGACIÓN

(ANTES Y DESPUÉS)

La mitigación es qué podemos hacer para prevenir o disminuir los impactos de desastres futuros.

La mitigación es cualquier acción sostenida adoptada para eliminar o reducir el riesgo a futuro que los desastres pueden provocar en personas o propiedades. La mitigación ahorra tiempo y dinero al disminuir los daños del mundo real.

La mitigación puede ocurrir en cualquier momento, pero la intención es siempre reducir el riesgo de futuras catástrofes.

USD4
ahorrados **USD1** gastado

LA MITIGACIÓN DE RIESGOS SÍ FUNCIONA.

Un estudio llevado a cabo por el Instituto Nacional de Ciencias de la Construcción muestra que las inversiones hechas para mitigar los efectos de las catástrofes (más allá de los requisitos del código de edificación local) ahorran USD 4 por cada USD 1 gastado.

¿QUÉ ACTIVIDADES DE MITIGACIÓN DEBE HACER?

La mitigación requiere observar los riesgos que la región, y su propiedad en particular, enfrentan, identificar vulnerabilidades y adoptar las medidas necesarias para solucionarlos. A continuación se incluyen algunos ejemplos:

Inundación

- ▶ ¿Está en una llanura de inundación? Considere elevar el piso más bajo de su casa hasta, o por encima, del "nivel de inundación base". Esto puede reducir las primas del seguro de inundación y reducir las pérdidas incurridas en futuras inundaciones.
- ▶ Considere instalar una válvula antiretorno en su sistema de alcantarillado para evitar que las aguas residuales vuelvan a ingresar a su casa.
- ▶ Selle las paredes del sótano con material impermeable.

- ▶ Use materiales resistentes a las inundaciones en los niveles más bajos de su casa; por ejemplo, reemplace las alfombras por baldosas o use tabiques de concreto y aislación resistente a las inundaciones.

- ▶ No almacene nada de valor (monetario o sentimental) en los niveles inferiores de una propiedad que puede sufrir inundaciones.

Incendio

- ▶ Verifique los detectores de humo todos los meses y cambie las baterías dos veces al año.
- ▶ Diseñe inteligentemente los jardines; use arbustos resistentes al fuego para minimizar la propagación del fuego alrededor de la casa.

EL NIVEL DE INUNDACIÓN BASE

(o BFE) marca la "inundación de 100 años" o, más precisamente, la "probabilidad de inundación del 1 por ciento anual". Este es el nivel en cual hay 1 en 100 probabilidades de inundación al año, según los mapas de inundaciones de FEMA. Elevar una construcción por encima del nivel de inundación base (que se conoce como "borde libre") reduce aún más el riesgo de inundaciones. Para obtener más información sobre los riesgos de las inundaciones en cualquier dirección de los Estados Unidos, consulte <https://msc.fema.gov/portal/search>



Se puede encontrar más información en

www.fema.gov

Vientos fuertes

- ▶ Refuerce las puertas del garaje y las puertas de doble hoja para evitar que se rompan ante la presión del viento.
- ▶ Instale persianas contra huracanes para proteger ventanas y puertas de vidrio.
- ▶ Asegúrese de que el techo, las ventanas/puertas y las puertas del garaje estén bien cerradas.
- ▶ Asegure los elementos en el exterior, en especial, si se pronostican vientos fuertes.
- ▶ Ancle los tanques de combustible en el exterior.
- ▶ Poda los árboles.

Continuidad de los servicios públicos

- ▶ Invierta en fuentes de electricidad alternativas: tenga un generador y combustible para las necesidades básicas de energía.
- ▶ Si tiene necesidades médicas que requieren una fuente de energía, asegúrese de planificar por anticipado en caso de que se interrumpa el suministro eléctrico.
- ▶ Mantenga un teléfono que se enchufe en la pared y tenga un teléfono alámbrico (no remoto), y tenga un servicio telefónico de “línea fija” con cable de cobre, o bien invierta en una batería de repuesto adecuada si tiene un servicio telefónico de Voz por Protocolo de Internet (VoIP).

Seguro

- ▶ Contrate el seguro para su casa o departamento (si es propietario o alquila): que incluya incendio, inundación o un seguro para arrendatarios.
- ▶ Mantenga un inventario de qué tiene en su casa. Tome fotografías y grabe un vídeo de cada habitación y de todos los objetos de valor.
- ▶ Haga copias de las fotografías y guárdelas en una memoria USB; guarde los originales en un lugar seguro.

Resiliencia financiera

- ▶ Haga copias de los documentos esenciales, identificación y prueba de residencia.
- ▶ Guarde copias del seguro e información financiera (cuentas financieras).
- ▶ Cree un inventario de bienes personales con fotografías o video y valores de los artículos.

Si vive en una casa móvil o prefabricada, considere:

- ▶ Asegurarse de que su casa esté firmemente anclada.
- ▶ Evacuar con anticipación cada vez que una tormenta tropical, huracán o tornado resulta inminente.

Enfermedades infecciosas

- ▶ Aplíquese todas las vacunas recomendadas, incluyendo la vacuna anual contra la gripe. Coloque una copia de su cartilla de vacunación en el kit de emergencia.
- ▶ Cúbrase al toser o estornudar con un pañuelo de papel o con el antebrazo.
- ▶ Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón.
- ▶ Evite el contacto cercano con personas enfermas.
- ▶ No salga de su casa si está enfermo.



ANEXO SOBRE CATÁSTROFES ¿QUÉ HACER?

GUÍA PRÁCTICA PARA CADA UNA DE LAS CATÁSTROFES MÁS FRECUENTES EN FAIRFAX COUNTY

Fairfax County es vulnerable a un amplio rango de catástrofes (naturales, provocadas por el hombre y cotidianas). Estas catástrofes amenazan la seguridad de los residentes. Tienen el potencial de provocar daños o destruir propiedades y perturbar la economía. Si bien no podemos eliminar las catástrofes, podemos disminuir los posibles impactos.

Las catástrofes pueden ocurrir de forma aislada o, más comúnmente, en una sucesión de hechos con efecto cascada. Por ejemplo, un huracán puede provocar una inundación además de cortes del suministro eléctrico y emergencias médicas. O una tormenta eléctrica puede producir relámpagos que provoquen un incendio estructural.

El Plan de Mitigación de Riesgos en caso de catástrofes de Virginia del Norte y otras fuentes se usaron para identificar las catástrofes detalladas a continuación. Estas catástrofes identificadas son aquellas que representan el riesgo más alto para el condado (es decir, la probabilidad más alta de provocar los impactos más serios a las vidas y los bienes que queden expuestos a las mismas). Los análisis se basan en revisiones detalladas de la historia de catástrofes anteriores, además de las herramientas de pronóstico y modelación de probabilidades.

Los anexos sobre catástrofes están agrupados por características comunes, y no implican ningún tipo de orden:

Catástrofes naturales:

- ▶ Tormenta eléctrica
- ▶ Huracán o tormenta tropical
- ▶ Inundación
- ▶ Tormenta de invierno o frío extremo
- ▶ Calor extremo
- ▶ Tornado
- ▶ Terremoto
- ▶ Pandemia de influenza

Catástrofes provocadas por el hombre (incluyendo accidentes y acciones intencionales):

- ▶ Ataque cibernético
- ▶ Disturbio civil
- ▶ Actos de violencia/terrorismo
- ▶ Materiales peligrosos
- ▶ Productos químicos, biológicos, radiológicos o nucleares
- ▶ Rotura de presa

Emergencias de "todos los días":

- ▶ Incendio estructural
- ▶ Apagón/corte del suministro eléctrico
- ▶ Emergencia médica

TORMENTA ELÉCTRICA

QUÉ ES

Las tormentas eléctricas son eventos climáticos grandes y localizados. Las tormentas eléctricas son más comunes en verano, pero pueden ocurrir en cualquier estación. Todas las tormentas eléctricas producen relámpagos y conllevan la potencialidad de generar tornados, vientos fuertes, granizo, incendios arrasadores e inundaciones repentinas. Este último fenómeno es el responsable de más muertes que cualquier otra catástrofe relacionada con las tormentas eléctricas.

Los relámpagos son un fenómeno de especial preocupación debido a su imprevisibilidad; con frecuencia suelen presentarse en lugares lejanos al sitio de la tormenta, a veces ocurren a una distancia de 16.1 kilómetros (10 millas) del lugar donde llueve.

QUÉ HACER

Antes (Preparación/mitigación)

- Regístrese en Fairfax Alerts y tenga una radio del tiempo NOAA a batería o manivela.
- Prepare su casa limpiando alcantarillas y desagües.
- Retire árboles muertos o en descomposición, o ramas que pudieran caer.
- Sujete firmemente o guarde en el interior cualquier objeto exterior que pudiera volar o convertirse en un “misil” y provocar daños.
- Desenchufe todo equipo electrónico.
- Infórmese sobre si su residencia/negocio está en una zona designada como llanura de inundación.
- Presente su solicitud para el seguro de inundación (tenga en cuenta que los mapas de inundaciones de la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias no reflejan los riesgos de una inundación repentina o “sábana” que se desplaza rápidamente; el tipo de inundación provocada, generalmente, por fuertes lluvias).
- A medida que la amenaza se aproxima, decida dónde ir: ¿puede permanecer en el interior?, ¿un vehículo cerrado es su mejor opción?
- Aprenda primeros auxilios.
- Consulte “Apagón/corte del suministro eléctrico” y “Emergencia médica” más abajo.

TÉRMINOS CLAVE

- ▶ Una **alerta de tormenta eléctrica** significa que existe la posibilidad de una tormenta eléctrica en su zona.
- ▶ Una **advertencia de tormenta eléctrica** significa que hay una tormenta eléctrica o probablemente haya una pronto.

Durante (Respuesta)

- Al ver un relámpago o escuchar un trueno, diríjase de inmediato al interior de una construcción o a un vehículo cerrado.
- Permanezca en el interior durante 30 minutos después del último trueno.
- Si está manejando en una zona de baja visibilidad, intente salir del camino de modo seguro y estacione. Permanezca en el vehículo y cierre las ventanas.
- Si no puede estar en el interior o llegar a un edificio seguro, evite los terrenos elevados, árboles altos y aislados, postes y mástiles, y objetos de metal de gran tamaño (incluyendo las cercas y tribunas).
- Si está en el medio de un cuerpo de agua, diríjase de inmediato a la costa.

Después (Recuperación)

- Continúe con la actividad que estaba haciendo o diríjase hacia donde iba cuando sea seguro hacerlo.
- Esté en contacto con su familia y amigos mediante mensajes de texto o las redes sociales.

Para más información sobre **RELÁMPAGOS**, consulte <https://www.weather.gov/safety/lightning>

HURACANAS/ TORMENTAS TROPICALES

QUÉ ES

Los huracanes y las tormentas tropicales son sistemas climáticos violentos con circulación bien definida en la superficie. Las amenazas que presentan los huracanes son fuertes vientos, lluvia intensa, marejada ciclónica, inundación en zonas costeras e interiores, corrientes de resaca y tornados. Las tormentas fuertes pueden atravesar cientos de millas, con vientos que superan los 241.4 kph (150 mph), provocando inundaciones originadas por marejadas ciclónicas de 3.7 metros (12 pies) o más. Incluso las tormentas que ya no arrastran vientos huracanados pueden ocasionar una inundación devastadora debido a la lluvia (por ejemplo, Allison, Irene, Sandy y Harvey).

Las tormentas tropicales rotan en dirección contraria a las agujas del reloj en torno al ojo. Las nubes convectivas de la tormenta crean la “pared del ojo”, donde están los vientos más destructivos. Por lo general, la mitad este de un huracán en el Atlántico presenta los mayores riesgos en términos de viento y oleaje.

Los huracanes tienen vientos de 119.1 kph (74 mph) y más, las tormentas tropicales tienen vientos de 61.2-117.5 kph (38-73 mph) y las depresiones tropicales tienen vientos menores que 61.2 kph (38 mph). La temporada de huracanes en el Atlántico se extiende desde el 1 de junio hasta el 30 de noviembre, con el pico de actividad entre mediados de agosto y fines de octubre.

QUÉ HACER

Antes (Preparación/Mitigación)

- Regístrese en Fairfax Alerts y tenga una radio del tiempo NOAA a batería o manivela.
- Decida con anticipación si evacuará y dónde irá si se le ordena partir o decide hacerlo.
- Si decide evacuar, lleve su bolso para emergencias, ya sea que se dirija a un refugio de emergencia o de otro tipo.
- Prepare su casa (corte los servicios públicos, cierre bien su propiedad, etc.).
- Asegúrese de tener seguro y haga un inventario de sus bienes personales.
- Sujete firmemente o guarde en el interior cualquier objeto exterior que pudiera volar o convertirse en un “misil” y provocar daños.
- Considere colocar correas u otras formas de sujeción estructural si su propiedad es particularmente vulnerable.
- Aprenda primeros auxilios.
- Consulte “Apagón/corte del suministro eléctrico” y “Emergencia médica” más abajo.

TÉRMINOS CLAVE

- ▶ Una **alerta de huracán/tormenta tropical** significa que hay posibilidad de que estos fenómenos meteorológicos ocurran en las próximas 36 horas.
- ▶ Una **advertencia de huracán/tormenta tropical** significa que estos fenómenos meteorológicos se esperan en las próximas 24 horas.
- ▶ **Alertas y advertencias de corto plazo** son advertencias que dan información detallada sobre amenazas específicas de huracán; por ejemplo, inundaciones repentinas o tornados.
- ▶ La **escala de vientos huracanados Saffir-Simpson** clasifica los vientos sostenidos máximos de los huracanes en una escala de 1 a 5 (las categorías de huracanes están, en términos generales, directamente relacionadas con otras amenazas; por ejemplo, lluvias y marejada ciclónica).
- ▶ Los **vientos sostenidos** se definen como un promedio de viento durante un minuto, medido a 10.1 m (33 pies) en la superficie.
- ▶ La **marejada ciclónica** es el aumento anormal del nivel del agua provocado por una tormenta, por encima de cualquier pronóstico de marea.

Durante (Respuesta)

- Escuche la radio y la televisión para acceder a información oficial y actualizada.
- Encuentre una habitación segura dentro de su casa (una habitación interna, armario o baño).
- No salga hasta que el Centro Nacional de Huracanes del Servicio Meteorológico Nacional (National Weather Service’s National Hurricane) confirme que la tormenta abandonó la zona.

Después (Recuperación)

- Regrese a su casa cuando los representantes locales indiquen que es seguro hacerlo.
- Evite caminar o conducir en la inundación.
- Esté en contacto con su familia y amigos mediante mensajes de texto o las redes sociales.



ANEXO SOBRE CATASTROFES

INUNDACIÓN

QUÉ ES

Las inundaciones son una de las catástrofes más comunes de Fairfax County. Según su profundidad y velocidad, las inundaciones pueden ser una molestia o un desastre. Prepárese para las inundaciones independientemente del lugar donde viva, pero en especial si está en una zona baja, cerca de un cuerpo de agua, aguas abajo de un dique o en otras zonas que se hayan inundado durante tormentas anteriores.

QUÉ HACER

Antes (Preparación/Mitigación)

- ❑ Regístrese en Fairfax Alerts y tenga una radio del tiempo NOAA a batería o manivela.
- ❑ Decida con anticipación si evacuará y dónde irá si se le ordena partir o decide hacerlo.
- ❑ Prepare su casa limpiando alfombras y desagües.
- ❑ Desconecte los electrodomésticos.
- ❑ Infórmese si su residencia o negocio está en una zona designada como llanura de inundación.
- ❑ Contrate un seguro de inundación. Tenga esto en cuenta incluso si no está en una llanura de inundación de 100 años (las “Áreas de riesgo de inundación especiales” según designación de la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias); muchas de las inundaciones recientes excedieron las marcas de 100 años, ie incluso de 500 años!
- ❑ Aprenda primeros auxilios.
- ❑ Consulte “Emergencia médica” más abajo.

Durante (Respuesta)

- ❑ Escuche información oficial.
- ❑ Si está con una crecida de agua, diríjase a terreno elevado de inmediato.
- ❑ No toque equipos eléctricos si está mojado o parado en el agua.
- ❑ Siempre aléjese de las inundaciones.
- ❑ No conduzca en caminos inundados, incluso si tiene un vehículo alto o si el agua parece tener poca profundidad; “más vale alejarse que ahogarse”.
- ❑ Aléjese de líneas de tensión caídas para evitar el riesgo de sufrir una descarga eléctrica o electrocutarse.

TÉRMINOS CLAVE

- ▶ Una **alerta de inundación** significa que existe la posibilidad de inundación o inundación repentina en su zona.
- ▶ Una **advertencia de inundación** significa que hay inundación o es probable que ocurra pronto. Si se le aconseja evacuar, hágalo de inmediato.
- ▶ Una **alerta de inundación repentina** significa que existe la posibilidad de una inundación repentina. Esté preparado para dirigirse a un terreno más alto. Una inundación repentina puede ocurrir sin ninguna advertencia.
- ▶ Una **advertencia de inundación repentina** significa que hay una inundación repentina. Diríjase de inmediato a terreno más alto; no espere instrucciones.
- ▶ Una **inundación de 100 años** (o “inundación base”) es una inundación cuya probabilidad de ser igualada o superada en cualquier año dado es del 1 %, según los mapas de inundaciones de la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias. Una inundación base también puede conocerse como una tormenta de 100 años, y el área inundada durante la inundación base a veces se denomina llanura de inundación de 100 años que, en general, se correlaciona con las “Áreas de Riesgo de Inundación Especiales” donde se exige un seguro federal de inundación para obtener una hipoteca. Cabe destacar que una “inundación de 100 años” hace referencia a la probabilidad anual de que ocurra dicho fenómeno, no el intervalo previsto entre tales inundaciones.
- ▶ Una **inundación de 500 años** es una inundación cuya probabilidad de ser igualada o superada en cualquier año dado es del 0.2 %, según los mapas de inundaciones de la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias. El área inundada durante una inundación de 500 años suele conocerse como llanura de inundación de 500 años. Cabe destacar que una “inundación de 500 años” hace referencia a la probabilidad anual de que ocurra dicho fenómeno, no el intervalo previsto entre tales inundaciones.

Después (Recuperación)

- ❑ Regrese a su casa cuando los representantes locales indiquen que es seguro hacerlo.
- ❑ Evite caminar o conducir en la inundación.
- ❑ No beba agua de la inundación.
- ❑ No utilice el agua del pozo de una casa inundada para beber o lavar hasta que se hayan hecho las pruebas necesarias y se determine que es seguro hacerlo.
- ❑ Elimine el agua estancada donde los mosquitos puedan reproducirse.
- ❑ No coma alimentos que puedan haber estado en contacto con el agua de la inundación. “Ante la duda, deséchelos”.
- ❑ Elimine todos los elementos porosos que han estado húmedos durante más de 48 horas y que no pueden limpiarse ni secarse por completo. Estos elementos pueden continuar siendo una fuente de crecimiento de moho y deben retirarse de la casa.
- ❑ Esté en contacto con su familia y amigos mediante mensajes de texto o las redes sociales.

Para conocer si su propiedad está en una **ZONA PROPENSA A INUNDACIONES**, vaya a msc.fema.gov/portal/search

CLIMA INVERNAL / FRÍO EXTREMO

QUÉ ES

El clima invernal incluye hielo, nevadas intensas y condiciones de frío extremo. Estas condiciones pueden provocar cortes en el suministro eléctrico y pérdida de los servicios de comunicaciones y calefacción; a veces, durante muchos días. La mayor amenaza durante el invierno proviene de los impactos secundarios; por ejemplo, accidentes de tránsito en caminos cubiertos de hielo. La hipotermia y el congelamiento que pueden ser el resultado de una exposición prolongada al frío también se consideran riesgos. Además, la limpieza (con palas) de los eventos climáticos invernales puede ser extenuante y, por lo tanto, puede representar un riesgo para los adultos mayores y otras personas con limitaciones físicas.

TÉRMINOS CLAVE

- ▶ Un **aviso de clima invernal** implica que se esperan condiciones climáticas invernales y que las mismas pueden ser peligrosas.
- ▶ Una **alerta de tormenta de invierno** significa que hay posibilidad de tener nieve, aguanieve o hielo; prepárese. (las próximas 36 a 48 horas)
- ▶ Una **advertencia de tormenta de invierno** significa que se espera nieve, aguanieve o hielo; itome medidas! (dentro de 24 horas)
- ▶ Una **advertencia de escarcha/helada** significa que se esperan temperaturas bajo cero.
- ▶ Una **advertencia de tormenta de nieve** indica la presencia de vientos sostenidos o ráfagas regulares de hasta 56.3 kilómetros (35 millas) por hora o más, además de una nevada considerable, abundante nieve acumulada y visibilidad prácticamente nula.

QUÉ HACER



Antes (Preparación/Mitigación)

- ❑ Regístrese en Fairfax Alerts y tenga una radio del tiempo NOAA a batería o manivela.
- ❑ Haga un mantenimiento periódico de su caldera.
- ❑ Prepare su casa colocando sal en senderos, caminos y entradas.
- ❑ Tenga un equipo de calefacción de emergencia.
- ❑ Contrate una póliza de seguro multirriesgo para la casa.
- ❑ Planifique la remoción de la nieve: tenga palas a mano o considere juntarse con algunos vecinos para conseguir un quitanieves de la comunidad.
- ❑ Cierre los grifos exteriores y drene las tuberías.
- ❑ Aprenda cómo opera la llave de paso principal del agua (en caso de que se rompa una tubería).
- ❑ Aprenda primeros auxilios.
- ❑ Consulte “Apagón/corte del suministro eléctrico” y “Emergencia médica” más abajo.



Durante (Respuesta)

- ❑ Si fuera posible, no salga durante la tormenta.
- ❑ Vístase con prendas adecuadas para el frío. Use varias capas de prendas sueltas, livianas y de abrigo en lugar de una sola capa de ropa pesada.
- ❑ Conduzca únicamente si fuera necesario; en especial, si no tiene experiencia en conducir durante el invierno o si tiene tracción trasera.
- ❑ Preste atención a los síntomas de hipotermia, entre ellos:
 - Temblores incontrolables
 - Pérdida de memoria
 - Desorientación
 - Incoherencia

- Dificultad para hablar
- Somnolencia
- Agotamiento aparente

Si detecta estos síntomas, busque ayuda médica de inmediato.

- ❑ Preste atención a los síntomas de congelamiento; entre ellos, la pérdida de sensibilidad, palidez o blancura en extremidades; por ejemplo, dedos de la mano y del pie, lóbulos de la oreja y punta de la nariz.
- ❑ Si está conduciendo y su vehículo deja de funcionar, salga del camino, encienda las luces intermitentes, permanezca en su automóvil y llame para pedir ayuda.



Después (Recuperación)

- ❑ Asegúrese de eliminar la nieve de las áreas pavimentadas de su vivienda y senderos adyacentes (incluyendo las aceras). La nieve acumulada es un peligro para los vecinos y, eventualmente, se puede convertir en hielo.
- ❑ “Adopte” un hidrante cerca de su casa o negocio y manténgalo sin nieve.
- ❑ Preste atención a los síntomas de hipotermia tanto en usted como en otras personas.
- ❑ Tenga cuidado al quitar la nieve con pala. Hacer un esfuerzo excesivo puede provocarle daño e, incluso, ser el disparador de un ataque cardíaco. Si planifica quitar la nieve con pala, estire antes de salir, descanse y no se exija en exceso.
- ❑ Si tiene vecinos mayores o con necesidades funcionales o de acceso, quite la nieve por ellos; si está preocupado por su capacidad para hacerlo, pida ayuda a sus vecinos.



CALOR EXTREMO

QUÉ ES

El calor extremo (en especial junto con un nivel alto de humedad) puede ser mortal, disminuye la evaporación y, por ende, exige que el organismo trabaje más para moderar su temperatura central. La sobreexposición al calor o hacer un esfuerzo excesivo (demasiado ejercicio o esfuerzo) puede ser el disparador de enfermedades relacionadas con las altas temperaturas: calambres por calor, agotamiento por calor y, eventualmente, golpe de calor. Las enfermedades relacionadas con las altas temperaturas tienen un alto nivel de riesgo en especial para niños, adultos mayores y personas enfermas o con sobrepeso.

TÉRMINOS CLAVE

- ▶ Una **ola de calor** es un período prolongado de calor excesivo, frecuentemente en combinación con condiciones de alta humedad.
- ▶ El **índice de calor** indica el calor que se percibe, junto con la humedad relativa y la exposición solar, sumado a la temperatura ambiente absoluta. La exposición solar directa puede aumentar el índice de calor en 15 grados.
- ▶ Los **calambres por calor** son espasmos y dolores musculares provocados por un gran esfuerzo.
- ▶ Por lo general, el **agotamiento por calor** ocurre cuando las personas se ejercitan intensamente o trabajan en lugares húmedos y calurosos, y se pierden los líquidos corporales a través de una sudoración intensa. El agotamiento por calor debe tratarse con la ingesta de líquidos y refrescar la piel; de lo contrario, se convertirá en un golpe de calor.
- ▶ Un **golpe de calor** (o “shock térmico”) es una afección potencialmente mortal en la que el sistema de control de temperatura de la víctima, que produce sudor para enfriar el cuerpo, deja de funcionar. Las víctimas del golpe de calor perderán la conciencia o la coherencia por completo, y requieren de atención médica de inmediato.

QUÉ HACER

Antes (Preparación/Mitigación)

- ❑ Regístrese en Fairfax Alerts y tenga una radio del tiempo NOAA a batería o manivela.
- ❑ Si tiene aire acondicionado, haga un mantenimiento periódico.
- ❑ Beba abundante líquido. Conozca su cuerpo y qué es normal para usted.
- ❑ Vista prendas sueltas que cubran la mayor cantidad posible de piel. Las prendas livianas y de colores claros reflejan el calor y la luz solar, y ayudan a mantener la temperatura corporal en niveles normales.
- ❑ Si fuera posible, re programe sus actividades al aire libre.
- ❑ Nunca deje a niños o mascotas solos en vehículos cerrados.
- ❑ Aprenda primeros auxilios.
- ❑ Consulte “Apagón/corte del suministro eléctrico” y “Emergencia médica” más abajo.

Durante (Respuesta)

- ❑ Permanezca en el interior el mayor tiempo posible y limite la exposición al sol y al calor.
- ❑ Beba abundante agua y bebidas deportivas para reemplazar los electrolitos.
- ❑ Evite hacer trabajos pesados durante las horas del día de mayor calor.
- ❑ No esté solo cuando trabaje en condiciones de calor extremo, tenga un teléfono a mano y tome descansos frecuentes.

- ❑ Si debe hacer ejercicio, considere las actividades en el interior. Si debe hacer ejercicio al aire libre, hágalo durante las horas más frescas del día, beba una cantidad adicional de líquidos, no esté solo, tenga un teléfono a mano y reduzca su nivel de esfuerzo.
- ❑ Si se siente mareado, con demasiado calor o no se siente bien, iactúe de inmediato!
 - Detenga cualquier actividad extenuante.
 - Dirjase a un lugar fresco.
 - Beba algo si puede.
 - Tome un baño para refrescarse o coloque algo frío contra su cuerpo.
 - Pida ayuda a alguien o llame al 911; ihágalo antes de que su condición comprometa su capacidad de pensamiento crítico!
- ❑ Preste atención a los vecinos mayores y si algún vecino no tiene aire acondicionado.

Después (Recuperación)

- ❑ Consulte a un profesional médico si el trastorno relacionado con las altas temperaturas no mejora.
- ❑ Continúe hidratándose.

TORNADO

QUÉ ES

Los tornados son las tormentas más violentas de la naturaleza. Se caracterizan por una columna de aire que gira rápidamente de 104.6 kilómetros (65 millas) por hora hasta 321.9 kilómetros (200 millas) por hora. Los tornados débiles provocarán daño superficial en los edificios a los que afectan directamente, mientras que los tornados muy fuertes pueden destruir todo a su paso en cientos de yardas. Los tornados pueden estar acompañados de tormentas eléctricas, tormentas tropicales y huracanes. Estos fenómenos pueden aparecer repentinamente, sin advertencia, y pueden ser invisibles hasta que se levanta polvo o escombros, o aparece una nube embudo. Tenga en cuenta que Fairfax County no cuenta con sirenas de tornados.

TÉRMINOS CLAVE

- ▶ Una **alerta de tornado** significa que las condiciones climáticas actuales pueden resultar en un tornado.
- ▶ Una **advertencia de tornado** significa que el radar meteorológico visualizó o indicó la presencia de un tornado.
- ▶ La **escala Fujita mejorada** mide la intensidad del tornado según la velocidad del viento (EFO a EF5).

QUÉ HACER:

Antes (Preparación/Mitigación)

- Regístrese en Fairfax Alerts y tenga una radio del tiempo NOAA a batería o manivela.
- Practique refugiarse en un lugar en el interior de su residencia o negocio.
 - Si hay una alerta de tornado, preste atención a la información actualizada que da la estación de radio meteorológica, la estación de radio comercial, la televisión o un sitio web de noticias.
 - Durante una alerta de tornado (no una advertencia), sujete firmemente o guarde en el interior cualquier objeto exterior que pudiera volar o convertirse en un “misil” y provocar daños.
- Preste atención a los indicios de un tornado: cielo oscuro o verdoso, granizo, nubes grandes, oscuras y bajas, y un gran estruendo.
- Aprenda primeros auxilios.

Durante (Respuesta)

- Escuche información oficial.
- Diríjase de inmediato al nivel más bajo de su edificio, a una habitación interna o pasillo.
- Aléjese de ventanas y entradas.
- No permanezca en un tráiler o casa rodante. Diríjase de inmediato a un edificio con cimientos sólidos.
- Si está en un automóvil, o si no tiene dónde refugiarse, permanezca acostado en una zanja o zona baja. No busque refugio debajo de un puente o paso sobre nivel.
- Planifique permanecer en el refugio hasta que el peligro haya pasado.
- Consulte “Apagón/corte del suministro eléctrico” y “Emergencia médica” más abajo.

Después (Recuperación)

- Regrese a su casa cuando los representantes locales indiquen que es seguro hacerlo.
- No permanezca cerca de edificios o infraestructura que presentan daños.
- Esté en contacto con su familia y amigos mediante mensajes de texto o las redes sociales.

TERREMOTO

QUÉ ES

Un terremoto es una sacudida del suelo que puede provocar daños en edificios e infraestructura. Después de un terremoto, los incendios son un riesgo importante debido a las fugas de gas y fallas en la presión del agua.

La intensidad del terremoto se representa mediante la escala de Richter, la cual mide la amplitud sobre una base logarítmica, es decir, que a cada número entero le corresponde un aumento de 10 veces en la amplitud del terremoto o un aumento de 30 veces en el total de la energía liberada. Los terremotos inferiores a 5 en la escala de Richter pueden sentirse pero raramente provocan daños; los terremotos de 9 y más provocan una devastación regional completa.

Para referencia, el terremoto de Virginia en 2011 fue de 5.9 en la escala de Richter; el terremoto de Northridge, California, en 1995 fue de 6.7; el terremoto en la ciudad de México en 2017 fue de 8.2; y el terremoto de Fukushima, Japón, en 2011 fue de 9.1.

Virginia es uno de los 45 estados o territorios en los Estados Unidos propensos a sufrir terremotos.

QUÉ HACER



Antes (Preparación/Mitigación)

- Regístrese en Fairfax Alerts y tenga una radio a batería o manivela disponible.
- Localice puntos seguros en cada habitación, debajo de una mesa resistente o contra una pared interior.
- Haga simulacros de terremotos con su familia.
- Entienda cómo su casa o estructura reaccionará y considere reforzarla si hay áreas de preocupación.
- Aprenda primeros auxilios.
- Consulte “Apagón/corte del suministro eléctrico” y “Emergencia médica” más abajo.



Durante (Respuesta)

- Tírese al piso, cúbrase y espere. Déjese caer de manos y rodillas, si puede, protegiéndose la cabeza y el cuello.
- Aléjese de las ventanas si está en el interior.
- Permanezca en el interior hasta que el temblor se detenga o si está seguro de que puede salir.
- Si está a la intemperie, encuentre un lugar abierto y alejado de edificios altos y déjese caer al suelo hasta que el temblor se detenga.

TÉRMINOS CLAVE

- ▶ Una **réplica** es un terremoto de igual o menor intensidad que sigue al terremoto principal.
- ▶ El **epicentro** es el lugar de la superficie terrestre directamente sobre el punto de la falla donde comenzó la ruptura del terremoto.
- ▶ Una **falla** es la fractura a lo largo de la cual la corteza terrestre se desplaza durante un terremoto.
- ▶ La **magnitud** es la cantidad de energía liberada durante un terremoto.

- Si está en un vehículo, diríjase a un lugar abierto y deténgase.
- Escuche información oficial.



Después (Recuperación)

- Espere sentir réplicas (terremotos de menor intensidad) durante horas o días después del primer sismo.
- Evite las zonas que sufrieron daños.
- Verifique sus servicios públicos (en especial el gas), y evacúe y llame al 911 si percibe olor a gas.
- Busque grietas en los cimientos de su propiedad o mampostería, ya que esto puede ser indicio de daño estructural. Si detecta algún daño, haga inspeccionar la estructura antes de volver a ocupar el lugar.
- Esté en contacto con su familia y amigos mediante mensajes de texto o las redes sociales.

PANDEMIA DE INFLUENZA Y ENFERMEDADES INFECCIOSAS

QUÉ ES

Una pandemia es un brote de una enfermedad transmisible a nivel global (mientras que una “epidemia” es de alcance regional, o bien está limitada a determinadas poblaciones). Una pandemia de influenza ocurre cuando aparece una cepa del virus de la gripe:

- Que provoca una enfermedad grave.
- Para la cual la población humana tiene inmunidad limitada.
- Que puede transmitirse fácil y rápidamente de persona a persona; en especial, a través de la saliva, la tos o los estornudos.

Las enfermedades infecciosas son una de las principales causas de muerte en todo el mundo. Debido al tráfico aéreo y al comercio internacional, los agentes de enfermedades infecciosas traspasan las fronteras a diario al ser transportados por seres humanos, animales, insectos y productos alimenticios.

QUÉ HACER

Antes (Preparación/Mitigación)

- Regístrese en Fairfax Alerts y tenga una radio a batería o manivela disponible.
- Todas las personas mayores de seis meses deben aplicarse la vacuna contra la gripe todos los años, salvo que el médico indique lo contrario.
- Lávese y desinfectese las manos a menudo.
- Apele al sentido común y tome medidas adecuadas para detener la propagación de gérmenes; por ejemplo, cubrir la nariz y la boca al toser o estornudar, y alejarse lo más posible de otras personas cuando esté enfermo.
- Lave y desinfecte los artículos de la casa a menudo.
- Tenga buenos hábitos de salud; entre ellos, comer una dieta equilibrada, ejercitarse a diario y descansar lo suficiente.
- Controle periódicamente los medicamentos recetados habituales para asegurarse de que tiene un suministro continuo en su casa.
- Tenga medicamentos de venta libre y otros artículos para la salud a mano; entre ellos, calmantes, remedios para el estómago, medicamentos para la tos y el resfrío, líquidos para reponer los electrolitos y vitaminas.
- Obtenga copias y guarde las versiones electrónicas de los antecedentes médicos entregados por médicos, hospitales, farmacias y otras fuentes, y guárdelos para su referencia personal.
- Consulte “Emergencia médica” más abajo.

TÉRMINOS CLAVE

- ▶ La **influenza** (gripe) es una enfermedad respiratoria provocada por el virus de la influenza que afecta a millones de personas cada año. Las diferentes cepas presentan características muy variadas en términos de virulencia, transmisibilidad e impactos en la población. El virus de la gripe también tiene la capacidad de mutar rápidamente y cruzarse con y desde múltiples especies.
- ▶ Las **intervenciones no farmacológicas** (NPI) son acciones, aparte de vacunarse y tomar medicamentos, que las personas y comunidades pueden adoptar para ayudar a disminuir la propagación de enfermedades respiratorias; por ejemplo, una pandemia de gripe. Muchas intervenciones no farmacológicas se incluyen a continuación, en la lista de “Qué hacer: antes”.

Durante (Respuesta)

- Escuche información oficial.
- Si está enfermo, guarde distancia de otras personas para protegerlos y evitar que también se enfermen.
- Evite el contacto cercano con personas enfermas.
- Tápese la boca y la nariz con un pañuelo de papel cuando tosa o estornude.
- Lávese y desinfectese las manos a menudo.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca.
- Si tiene fiebre, asegúrese de no haber tenido fiebre durante 24 horas antes de regresar al trabajo o a la escuela.

Después (Recuperación)

- Limpie superficies como mostradores, picaportes, artefactos, teléfonos, controles remotos y ropa.
- Los productos de limpieza comunes para la casa pueden matar al virus de la gripe; entre ellos, los productos que contienen:
 - Cloro
 - Peróxido de hidrógeno
 - Detergentes (jabón)
 - Antisépticos a base de yodo
 - Alcoholes

ATAQUE CIBERNÉTICO

QUÉ ES

A diferencia de las amenazas físicas que requieren acción inmediata, las amenazas y los ataques cibernéticos a menudo son difíciles de identificar o entender. La seguridad informática implica prevenir, detectar y responder a incidentes cibernéticos. Prácticamente todas las organizaciones modernas (incluyendo gobiernos, hospitales, corporaciones, bancos y empresas de servicios públicos) confían en sistemas informáticos para sus operaciones y gestión de datos y, por lo tanto, son vulnerables a los ataques cibernéticos.

La denominada “superficie de ataque” cuya vulnerabilidad es conocida por delincuentes puede incluir equipos informáticos, tabletas, teléfonos y muchos otros dispositivos y artefactos con acceso a Internet en la denominada “Internet de las cosas”. Entre los peligros de los ataques cibernéticos están los intrusos que borran sistemas enteros, guardan datos o sistemas operativos para pedir un rescate, roban información confidencial o personal, ingresan a sistemas y modifican archivos o usan una computadora o dispositivo para acceder a listas de contacto y atacar o infectar a otros.

QUÉ HACER

Antes (Preparación/Mitigación)

- Mantenga el *firewall* activado y actualizado.
- Instale o actualice los programas de antivirus/antispyware.
- Use contraseñas únicas y difíciles, y cámbielas periódicamente.
- Busque e instale inmediatamente todas las actualizaciones en su sistema operativo, *firmware*, *software* y antivirus.
- Sea cuidadoso con lo que descarga. Nunca haga clic en un adjunto, enlace o macro de un correo electrónico o mensaje de texto no solicitado.
- Apague su computadora cuando no la usa.
- Siempre verifique el origen de los correos electrónicos y, si tiene dudas, elimínelos.
- Sospeche de correos electrónicos de contactos conocidos que parezcan “extraños” (errores de ortografía, uso extraño de vocabulario o sintaxis, lenguaje genérico, URL con enlaces poco comunes); muchas campañas de hackeo imitan correos electrónicos conocidos.
- Para su análisis, tome una captura de la pantalla del contenido sospechoso antes de eliminarlo.
- Guarde, periódicamente, una copia de seguridad de todos los datos en un disco externo o en Cloud; habilite la función “Time Machine” (Máquina del tiempo) si usa una Mac.

TÉRMINOS CLAVE

- ▶ Un **ataque cibernético** puede ser provocado por individuos, grupos de redes de contactos, grupos terroristas o países, y puede generar problemas graves (y peligrosos) para el gobierno, el comercio, las empresas de servicios públicos y el público en general.
- ▶ El **hackeo** es un ataque directo contra un sistema “a través de los cables” en el cual un atacante (ya sea mediante un “bot conversacional” en vivo o automático) accede de modo directo a datos u operaciones seguras/restringidas. Con frecuencia, las vías que permiten estos ataques se abren a través de la suplantación de identidad o “*phishing*” o correos electrónicos fraudulentos (*scams*) de descarga.
- ▶ La **Internet de las cosas (IoT)** incluye dispositivos conectados a Internet y artefactos como refrigeradores, sistemas de sonido, relojes, termostatos, sistemas de seguridad, cafeteras, etc.
- ▶ La **suplantación de identidad o *phishing*** consiste en la revelación masiva de comunicaciones por correo electrónico o texto con la esperanza de que algunos destinatarios hagan clic en algún lugar del mensaje (por ejemplo, en un adjunto, enlace o botón para “habilitar macros”) que active un virus u otro programa malicioso. Una campaña de *phishing* dirigida; por ejemplo, contra un servicio público o gobierno en particular, se denomina estafa o *spear-phishing*.
- ▶ La **ingeniería social** involucra la explotación de las vulnerabilidades de un usuario, en lugar de su sistema, para burlar las medidas de seguridad informática. Algunos ejemplos son la suplantación de identidad, correos electrónicos fraudulentos y otros inconvenientes. Los usuarios suelen ser los elementos que pueden derrotarse más fácilmente dentro de la arquitectura de seguridad informática.

Durante (Respuesta)

- Desconecte un dispositivo infectado de la red.
- Si está en el trabajo, informe al personal del departamento de Tecnología de la Información (TI) de cualquier sospecha de ataque o ataque confirmado a sus dispositivos y envíe una captura de pantalla.
- Si un incidente provoca la pérdida de información financiera, personal o médica, haga la denuncia ante la policía.

Después (Recuperación)

- Informe a todos quienes podrían verse afectados negativamente; entre ellos, cuentas de crédito, cuentas bancarias, clientes, empleados, familiares y amigos. Cambie sus cuentas y todas las contraseñas.
- Corra escaneos y funciones adecuadas para eliminar todo tipo de infecciones.
- Supervise su informe crediticio, resúmenes bancarios, inversiones y resúmenes de tarjeta de crédito.
- Asegúrese de que su dispositivo no esté infectado; borre el disco duro y vuelva a instalar todos los programas si tiene alguna duda.



DISTURBIO CIVIL

QUÉ ES

Los disturbios civiles pueden ser el resultado de muchas situaciones; entre ellas, acciones laborales (huelga), manifestaciones políticas y contramanifestaciones o aniversarios de incidentes controvertidos. El disturbio civil puede ser una condición peligrosa que puede convertirse en algo cada vez más caótico y volátil.

TÉRMINOS CLAVE

- ▶ Un **refugio en el lugar** significa seleccionar una habitación pequeña e interna, sin ventanas o con algunas pocas, y refugiarse allí.
- ▶ Un **toque de queda** es una orden de los oficiales a cargo de la seguridad pública que exige a las personas no salir en un horario determinado, por lo general, durante la noche.

QUÉ HACER

Antes (Preparación/Mitigación)

- Regístrese en Fairfax Alerts y tenga una radio a batería o manivela disponible.
- Si sabe de una protesta o manifestación que sospecha (o los oficiales advierten al público) que redundante puede tornarse violenta, debe planificar tomar rutas alternativas para dirigirse al trabajo, la escuela o a cualquier otro destino. Evite la zona si fuera posible.
- Reúna la mayor cantidad de información posible sobre la situación actual.
- Conozca los alrededores.
- Asegúrese de tener las pólizas de seguro al día.
- Aprenda primeros auxilios.
- Consulte “Emergencia médica” más abajo.

Durante (Respuesta)

- Aléjese de la zona.
 - Bloquee y aléjese de ventanas y puertas.
 - Manténgase informado sobre la situación actual.
 - Conozca las salidas de emergencia en caso de que deba evacuar.
- ### Durante (Cuando llega la policía)
- Escuche información oficial.
 - Obedezca las instrucciones de la policía.
 - Aléjese de la zona.
 - Si es testigo de un cambio de situación, llame al 911 y dé la información.

Después (Recuperación)

- Verifique el área para asegurarse de que es segura.
- Reciba los primeros auxilios físicos o para salud mental, si fuera necesario.
- Verifique sus bienes personales para detectar daños y, en caso de que existan, informe a la policía.
- Esté en contacto con su familia y amigos mediante mensajes de texto o las redes sociales.

ACTOS DE VIOLENCIA/ TERRORISMO

QUÉ ES

El terrorismo se refiere al uso de la fuerza o violencia contra personas o bienes para intimidación, coerción o rescate. Un atacante terrorista podría usar elementos de uso diario como armas, cuchillos o vehículos; armas fabricadas para un propósito; por ejemplo, dispositivos explosivos improvisados; o armas de destrucción masiva como químicos tóxicos o venenosos, armas biológicas o dispositivos de dispersión radiológica.

Un atacante activo es un individuo que participa activamente en una matanza o intento de matanza de personas, comúnmente en lugares cerrados o poblados y, en general, mediante el uso de armas de fuego. Un individuo puede o no tener motivos terroristas, y puede o no tener cómplices.

QUÉ HACER

Antes (Preparación/Mitigación)

- ❑ Regístrese en Fairfax Alerts y tenga una radio a batería o manivela disponible.
- ❑ Conozca los alrededores; si ve algo, hable. Llame al 911.
- ❑ Observe el comportamiento de los individuos; si algo está fuera de lugar, denúncielo.
- ❑ Identifique las dos salidas más cercanas de cualquier instalación que visite.
- ❑ Familiarícese con los principios “Corra, ocúltese y pelee” o “ALICE.”
- ❑ Aprenda primeros auxilios o el programa “Detén la hemorragia” de BleedingControl.org.
- ❑ Consulte “Emergencia médica” más abajo.

Durante (Respuesta)

- ❑ Determine rápidamente la forma más razonable de proteger su propia vida.
- ❑ Ante un agresor/tirador activo:
 - Use los principios Corra, ocúltese, pelee o ALICE.
 - Silencie su teléfono celular y no se mueva.
 - Abandone sus pertenencias.
 - Manténgase fuera de la visión del atacante.
- ❑ Escuche información oficial.

Durante (Cuando llega la policía)

- ❑ Ante un agresor/tirador activo:
 - Recuerde que la principal responsabilidad del servicio de emergencia es detener la amenaza; no interfiera en su camino y no espere su ayuda hasta que la situación esté controlada.
 - Si ve oficiales de policía, alce sus brazos y abra los dedos de las manos.
 - Siga todas las instrucciones que la policía imparta.
 - Los oficiales tienen la responsabilidad de despejar el edificio; ingresarán a cada habitación. Sea paciente.

Después (Recuperación)

- ❑ Reciba los primeros auxilios físicos o para salud mental, si fuera necesario.
- ❑ Informe cualquier trastorno médico a los servicios de emergencia.
- ❑ No interrumpa la investigación de la policía.
- ❑ Esté en contacto con su familia y amigos mediante mensajes de texto o las redes sociales.
- ❑ Si tomó fotografías o presencié algún evento, infórmelo a la policía.
- ❑ Cuando la policía llega, es posible que lo traten como uno de los sospechosos y le ordenen subir los brazos y caminar en esa posición. Esto es por precaución.

TÉRMINOS CLAVE

- ▶ El **Sistema Nacional de Avisos sobre Terrorismo** (National Terrorism Advisory System, NTAS) es el sistema de aviso de amenaza del Departamento de Seguridad Nacional de los Estados Unidos que da información oportuna sobre amenazas terroristas verosímiles.
- ▶ **Refugiarse en el lugar** implica seleccionar una habitación interna, pequeña, sin ventanas o con algunas pocas, y refugiarse allí.
- ▶ El **confinamiento** es asegurar un edificio o espacio físico contra el ingreso de intrusos.

RESPUESTAS ACTIVAS ANTE SITUACIONES DE VIOLENCIA

Run, Hide, Fight (“Corra, ocúltese, pelee”)

(www.dhs.gov/options-consideration-active-shooter-preparedness-video)

- ▶ **Run (Corra):** Si hay una vía de escape accesible, intente evacuar el lugar.
- ▶ **Hide (Ocúltese):** Si no puede evacuar, encuentre un lugar donde esconderse.
- ▶ **Fight (Pelee):** Si no puede correr u ocultarse, intente perturbar o incapacitar al atacante.

“ALICE”

(www.alicetraining.com)

- ▶ **Alert (alerta):** Concientícese, supere la negación, prepárese para actuar.
- ▶ **Lockdown (confinamiento):** Si no puede evacuar, arme barricadas en los puntos de acceso a la habitación donde está.
- ▶ **Inform (informe):** Dé información al exterior, si fuera posible y seguro hacerlo.
- ▶ **Counter (contrarrestar):** Haga ruido, muévase, ponga distancia o genere distracción (esto puede ser diferente a “pelear”).
- ▶ **Evacuate (evacuar):** Cuando sea seguro, salga de la zona de peligro.

MATERIALES PELIGROSOS (HAZMAT)

QUÉ ES

Algunos accidentes industriales o de transporte (incluyendo incendios, explosiones y derrames) tienen la capacidad de liberar niveles peligrosos de sustancias peligrosas; por ejemplo, químicos industriales, combustibles volátiles, residuos tóxicos, gas comprimido y otros venenos o explosivos. En algunos casos, el material derramado puede no ser visible o tener un olor identificable.

Los escapes de materiales peligrosos a veces requieren esfuerzos prolongados de limpieza y podrían impedir que los residentes estén en sus casas durante largos períodos.

QUÉ HACER

Antes (Preparación/Mitigación)

- Regístrese en Fairfax Alerts y tenga una radio a batería o manivela disponible.
- Identifique un lugar de su casa para usar como refugio y conozca su plan de evacuación.
- Comuníquese con su Comité Local de Planificación en caso de Emergencia (LEPC) para conocer cuáles son los materiales peligrosos que se están movilizandando, usando o almacenando en su zona.
- Conozca el número del centro de Control Toxicológico.
- Aprenda primeros auxilios.
- Consulte “Emergencia médica” más abajo.

Durante (Respuesta)

- Escuche la información oficial: si dicen que es seguro evacuar, hágalo.
- Si le indican permanecer en el interior:
 - Lleve a sus familiares y mascotas al lugar predeterminado como refugio.
 - Cierre todas las ventanas y ventilaciones, selle ventanas y puertas con cinta o toallas húmedas, y apague ventiladores y sistemas de calefacción y refrigeración intercambiadores de aire.
- Si está al aire libre en el momento del incidente, intente permanecer aguas arriba, sobre una colina y en contra del viento.
- Si está en un vehículo, deténgase y busque refugio en un edificio de estructura fija.
- Permanezca alejado del sitio del incidente.

Después (Recuperación)

- Abandone su refugio o regrese a su casa cuando los oficiales indiquen que es seguro hacerlo.
- Esté en contacto con su familia y amigos mediante mensajes de texto o las redes sociales.

PRODUCTOS QUÍMICOS, BIOLÓGICOS, RADIOLÓGICOS Y NUCLEARES (CBRN)

QUÉ ES

Los ataques intencionales con materiales químicos, biológicos, radiológicos y nucleares, usados como armas o no, pueden provocar un daño mayor y presentar amenazas importantes. Los materiales utilizados como armas pueden formar parte de bombas convencionales, materiales explosivos improvisados, armas de destrucción masiva e incluso dispositivos de dispersión sin explosivos (incluyendo botes y sobres). Por lo general, los materiales químicos que no se usan como armas se clasifican como “materiales peligrosos” (HazMat).

Los escapes de productos químicos, biológicos, radiológicos y nucleares a veces requieren de esfuerzos prolongados de limpieza o investigaciones policiales y, por lo tanto, pueden impedir que los residentes regresen a sus casas durante largos períodos.

QUÉ HACER

Antes (Preparación/Mitigación)

- Regístrese en Fairfax Alerts y tenga una radio a batería o manivela disponible.
- Identifique un lugar que sirva de refugio en su casa.
- Aprenda primeros auxilios.
- Consulte “Emergencia médica” más abajo.

Durante (Respuesta)

- Escuche la información oficial: si dicen que es seguro evacuar, hágalo.
- Si le indican permanecer en el interior:
 - Lleve a sus familiares y mascotas al lugar predeterminado como refugio.
 - Cierre todas las ventanas y ventilaciones, selle ventanas y puertas con cinta o toallas húmedas, y apague ventiladores y sistemas de calefacción y refrigeración intercambiadores de aire.
- Si está al aire libre en el momento del incidente, intente permanecer aguas arriba, sobre una colina y en contra del viento.
- Si está en un vehículo, deténgase y busque refugio en un edificio de estructura fija.

TÉRMINOS CLAVE

- ▶ Un **incidente accidental con productos químicos, biológicos, radiológicos y nucleares** es un incidente que contiene materiales químicos, biológicos, radiológicos y nucleares originado por un error humano, razones naturales o tecnológicas, como derrames o fugas y escapes accidentales. Un escape accidental de materiales químicos no utilizados como armas se suele clasificar como incidente con “materiales peligrosos” (HazMat).
- ▶ Un **incidente intencional con productos químicos, biológicos, radiológicos y nucleares** es un acto delictivo que implica violencia grave contra personas o bienes, o el vertido ilegal de materiales químicos, biológicos, radiológicos o nucleares.

- Permanezca alejado del sitio del incidente.
 - Los representantes locales pueden indicarle que se dirija a determinados sitios para recibir atención o tratamiento médico. Siga todas las instrucciones que los representantes locales impartan a través de los medios de comunicación.
- ### Después (Recuperación)
- Abandone su refugio o regrese a su casa cuando los oficiales indiquen que es seguro hacerlo.
 - Esté en contacto con su familia y amigos mediante mensajes de texto o las redes sociales.

ROTURA DE PRESA

QUÉ ES

Las presas y los diques pueden romperse casi sin advertencia; a veces, en tan solo horas (o menos) de los primeros signos de preocupación estructural. Las presas pueden romperse por una de estas razones o combinación de ellas:

- Reboseamiento provocado por inundaciones que exceden la capacidad de la presa
- Falla estructural de los materiales usados en la construcción
- Movimiento o falla de los cimientos
- Asentamiento o agrietamiento del hormigón o muros de contención
- Tuberías y erosión interna del suelo en presas de materiales sueltos
- Mantenimiento y conservación inadecuados
- Actos deliberados de sabotaje

QUÉ HACER

Antes (Preparación/Mitigación)

- Regístrese en Fairfax Alerts y tenga una radio a batería o manivela disponible.
- Decida con anticipación si evacuará y dónde irá si se le ordena partir.
- Desconecte los electrodomésticos.
- Infórmese si su residencia o negocio está en una llanura de inundación o en un “área excluida” protegida por una presa o dique pero que, de lo contrario, estaría incluida en el (Área de Riesgo de Inundación Especia.
- Contrate un seguro de inundación, incluso si es posible que se encuentre en una “área excluida” o cuando no fuera necesario contar con dicho seguro.
- Aprenda primeros auxilios.
- Consulte “Apagón/corte del suministro eléctrico” y “Emergencia médica” más abajo.

Durante (Respuesta)

- Si está con una crecida de agua, diríjase a terreno elevado de inmediato.
- Siempre aléjese de las inundaciones.
- No conduzca en caminos inundados; “más vale alejarse que ahogarse”.

TÉRMINOS CLAVE

- ▶ Una **alerta de inundación** significa que existe la posibilidad de inundación o inundación repentina en su zona.
- ▶ Una **alerta de inundación repentina** significa que existe la posibilidad de una inundación repentina. Esté preparado para dirigirse a un terreno más elevado. Una inundación repentina puede ocurrir sin ningún tipo de advertencia.
- ▶ Una **advertencia de inundación** significa que hay inundación o es probable que ocurra pronto. Si se le aconseja evacuar, hágalo de inmediato.
- ▶ Una **advertencia de inundación repentina** significa que hay una inundación repentina. Diríjase de inmediato a un terreno más elevado; no espere instrucciones.
- ▶ Una **zona de exclusión (Zona X)** de un mapa de inundaciones de la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias es un área protegida por una presa o dique que, de lo contrario, estaría incluida en el Área de Riesgo de Inundación Especial o “llanura de inundación de 100 años”; no es necesario que las propiedades en las zonas de exclusión tengan un seguro de inundación para la hipoteca, pero los propietarios deberían considerarlo seriamente.
- ▶ Un **Plan de Acción para Emergencias (EAP)** es un documento formal que identifica a las posibles condiciones de emergencia en una presa y especifica las acciones a seguir para minimizar la pérdida de vidas y el daño a las propiedades.

- Aléjese de líneas de tensión caídas para evitar el riesgo de sufrir una descarga eléctrica o electrocutarse.
- No toque equipos eléctricos si está mojado o parado en el agua.

Después (Recuperación)

- Regrese a su casa cuando los representantes locales indiquen que es seguro hacerlo.
- Evite caminar o conducir en la inundación.
- No coma alimentos que puedan haber estado en contacto con el agua de la inundación. Ante la duda, deséchelos.
- Elimine todos los elementos porosos que han estado húmedos durante más de 48 horas y que no pueden limpiarse ni secarse por completo. Estos elementos pueden continuar siendo una fuente de crecimiento de moho y deben retirarse de la casa.
- Esté en contacto con su familia y amigos mediante mensajes de texto o las redes sociales.

INCENDIO ESTRUCTURAL

QUÉ ES

Más de 4,000 estadounidenses mueren al año y 25,000 resultan heridos en incendios. Los incendios pueden iniciarse rápido; en menos de 30 segundos, una pequeña llama se convierte en un gran incendio. También se propaga rápidamente, tanto hacia arriba como hacia los lados en espacios cerrados. Una residencia puede verse envuelta en llamas en tan solo cinco minutos. Además, incluso en zonas sin llamas, el humo y el calor pueden ser letales debido a las quemaduras (externas o internas en la garganta y los pulmones), asfixia, desorientación o simplemente pánico.

TÉRMINOS CLAVE

- ▶ **Asfixia** es cuando una persona no recibe oxígeno, lo cual puede provocar inconsciencia o la muerte. Es la principal causa de muerte en los incendios en casas.
- ▶ Una **quemadura de primer grado** es una quemadura superficial que produce enrojecimiento.
- ▶ Una **quemadura de segundo grado** es una quemadura de espesor parcial que produce enrojecimiento y ampollas.
- ▶ Una **quemadura de tercer grado** es una quemadura de espesor total que mata las terminaciones nerviosas y quema la piel por completo. Si hay una quemadura de tercer grado, también habrá una quemadura de primer y segundo grado alrededor del sitio de la quemadura. Las quemaduras de tercer grado en una porción considerable del cuerpo de una persona pueden ser fatales.

QUÉ HACER

Antes (Preparación/Mitigación)

- Instale alarmas de humo y cambie las baterías cada seis meses.
- Instale extintores de incendio en cada piso de la casa, en lugares conocidos y de fácil acceso, y sepa cómo usarlos; asegúrese de que el extintor de la cocina sea para incendios provocados por la grasa.
- Cada seis meses, controle que los extintores de incendio tengan la presurización adecuada.
- Elabore un plan de evacuación de la casa y póngalo en práctica; el plan debe incluir dos formas de salir de cada habitación en caso de que la vía principal de escape esté obstruida por el fuego o el humo.
- Asegúrese de que el cableado y la caja del disyuntor cumplan con el código correspondiente.
- Instale tomacorrientes con interruptores de falla a tierra (GFCI) en todos los baños, cocinas y demás áreas donde el agua pueda entrar en contacto con los aparatos eléctricos.
- Contrate un seguro adecuado para propietarios o arrendatarios.
- Inspeccione los alargues para detectar cables expuestos o pelados, o enchufes flojos.
- Coloque “protectores” en los tomacorrientes.
- Limpie la chimenea periódicamente.
- No guarde trapos húmedos con pintura o productos químicos de limpieza.
- No guarde tanques de combustible de repuesto (propano o gasolina) en el interior, incluso en un garaje anexo.
- No fume en la cama.
- Tenga cuidado al usar fuentes alternativas de calefacción (por ejemplo, calentadores). Nunca deje estas fuentes de calor sin supervisión.
- Nunca use un dispositivo fabricado para cocinar o para uso al aire libre (por ejemplo, calentador para campamento o freidora) como fuente interna de calor.

- Nunca deje una vela encendida sin supervisión. Considere usar velas a batería y que no producen llama.
- Aprenda primeros auxilios.
- Consulte “Emergencia médica” más abajo.

Durante (Respuesta)

- Use un extintor de incendios para apagar fuegos pequeños. Nunca use agua en un fuego provocado por cortocircuito o grasa.
- Si sus prendas están en llamas, “deténgase, déjese caer y rueda” hasta apagar el fuego.
- Si atraviesa una puerta cerrada para escapar, perciba el calor con el dorso de su mano.
- Gatee por debajo del humo para salir.
- Cierre las puertas a su paso para demorar la propagación del fuego.
- No recoja objetos de valor ni use el teléfono mientras sale de una estructura en llamas. Solo salga.
- Una vez que salió y está a salvo, llame al 911.
- Cuando los bomberos llegan a la escena, acérquese a la primera unidad e infórmeles que todos los familiares salieron o dé las explicaciones correspondientes, incluya a las mascotas.
- No permanezca en una estructura en llamas para salvar a una mascota que no quiere salir.

Después (Recuperación)

- Busque atención médica según sea necesario.
- No vuelva a ingresar a una estructura en llamas por ningún motivo hasta que las autoridades le indiquen que es seguro hacerlo.
- Llame a su productor de seguro.
- Comuníquese con los servicios locales de asistencia en caso de desastres si necesita alojamiento, alimento o un lugar donde quedarse.
- En muchos casos, su casa o el edificio donde vive pueden ser considerados como un peligro y no podrá regresar durante un largo tiempo.

APAGÓN/CORTE DEL SUMINISTRO ELÉCTRICO

QUÉ ES

Los cortes del suministro eléctrico pueden generar inconvenientes y frustración cuando duran poco tiempo; sin embargo, pueden ser peligrosos si duran días o más, en especial, durante el invierno o el verano, o para individuos con necesidades médicas especiales. Los cortes del suministro eléctrico también pueden ser costosos, ya que todo alimento refrigerado o congelado en un casa puede echarse a perder.

Los cortes del suministro eléctrico pueden ocurrir sin motivo; sin embargo, suelen ser un efecto secundario de tornados, huracanes, tormentas eléctricas, tormentas de invierno, calor extremo (sobrecarga del sistema) o incluso de actos deliberados como un ataque con explosivos o un ataque cibernético. Algunos de los cortes del suministro eléctrico a gran escala que ocurrieron recientemente fueron el resultado de fallas en el programa de gestión de la red eléctrica, sin daño físico en los componentes.

Según el peligro principal, el daño no relacionado con el corte del suministro eléctrico puede demorar la restitución del servicio, principalmente debido a árboles caídos o inundaciones que obstruyen accesos.

QUÉ HACER

Antes (Preparación/Mitigación)

- ❑ Regístrese en Fairfax Alerts y tenga una radio a batería o manivela disponible.
- ❑ Haga una copia de seguridad de todos los archivos importantes de su computadora.
- ❑ Considere comprar un generador para su casa; consulte con un electricista o ingeniero antes de hacer la compra o instalación. Almacene de forma segura un suministro adecuado de combustible para el generador.
- ❑ Desenchufe los equipos eléctricos. Durante la restitución de la electricidad, se pueden presentar aumentos de tensión o sobretensiones que pueden dañar los equipos.
- ❑ Llene un balde o dos con agua para usar como fuente de agua y, potencialmente, para bañarse o arrojar agua al inodoro; es posible que la presión del sistema falle si la presión del agua municipal depende de la electricidad.
- ❑ Tenga un teléfono con un tubo que se conecte por cable al receptor (no un teléfono inalámbrico) y por cable a la pared; conserve el servicio telefónico con línea de cobre si tiene la posibilidad de hacerlo (el servicio telefónico convencional no depende del suministro eléctrico). Si decide utilizar un servicio de voz por Internet (VoIP), asegúrese de comprar una batería de repuesto.
- ❑ Cargue los teléfonos celulares y los dispositivos a batería que usa de modo regular.

Durante (Respuesta)

- ❑ Denuncie el corte del suministro eléctrico. Nunca suponga que un vecino lo hizo.
- ❑ Use una linterna solo para iluminación en caso de emergencia.
- ❑ Nunca deje una vela encendida sin supervisión. Considere usar velas a batería y que no producen llama.
- ❑ Desenchufe los equipos eléctricos hasta que se restituya el suministro eléctrico de modo estable.
- ❑ Solo use generadores lejos de su casa y nunca encienda un generador dentro de una casa o garaje, ni lo conecte a la red eléctrica de su casa.

TÉRMINOS CLAVE

- ▶ Un **corte del suministro eléctrico** es un estado en el cual se pierde la energía eléctrica en un área determinada o parte de la red de distribución. Puede afectar a un único medidor (casa o edificio), manzana, un circuito o un sistema, dependiendo del alcance del daño y la causa raíz del corte del suministro eléctrico.
- ▶ Una **baja de voltaje** es una caída de tensión en el sistema. Se caracteriza por el debilitamiento de la iluminación.
- ▶ Un **apagón** es la pérdida total de energía en una zona determinada.

- ❑ Recuerde que los artefactos a gas continuarán funcionando, incluso durante un apagón; esto incluye cocinas y parrillas a gas. No intente usar una caldera a gas o calentador de agua caliente a menos que sea un profesional autorizado.
- ❑ Controle con atención el almacenamiento/la seguridad de los alimentos:
 - No abra el refrigerador o el congelador; conservarán el frío durante más tiempo de esta forma.
 - Si afuera hace frío, considere colocar los alimentos a la intemperie para que se mantengan fríos.
 - El tiempo que los electrodomésticos conservan el frío dependerá del tamaño del artefacto, la cantidad de alimentos en su interior (un refrigerador más lleno conservará el frío por más tiempo) y cuán cálido es el aire circundante; un refrigerador perderá el frío en tan solo unas pocas horas, mientras que, por lo general, un congelador lo conservará durante un día o más.
 - Una vez que decida abrir el refrigerador o congelador, planee comer todo lo que pueda tan rápido como pueda (un congelador que se está descongelando y una parrilla en el patio trasero pueden ser el motivo de una excelente “fiesta vecinal por descongelamiento”).
- ❑ Si la presión del agua es insuficiente, un balde de agua arrojado manualmente al inodoro funcionará como descarga.

Después (Recuperación)

- ❑ Si la electricidad se restituye, asegúrese de que está estable antes de enchufar los equipos.
- ❑ Elimine los viajes innecesarios en automóvil, ya que algunos semáforos podrían no funcionar y los caminos podrían estar congestionados.
- ❑ Deseche todo alimento refrigerado que ha estado expuesto a temperaturas de 4.4 °C (40 °F) o superiores durante dos horas o más, o que tienen un olor, color o textura inusual. “Ante la duda, idesechélos!”

EMERGENCIA MÉDICA

QUÉ ES

Una emergencia médica es cualquier lesión o enfermedad aguda que presenta un riesgo inmediato para la vida de una persona o un problema de salud a largo plazo. No puede predecir los accidentes o las enfermedades, pero puede prepararse para una emergencia médica.

Las emergencias médicas pueden ocurrir sin anticipación o pueden ser un impacto secundario de virtualmente cualquier otra catástrofe abordada en esta Guía de Respuesta en caso de Emergencia en la Comunidad.

Algunos ejemplos de emergencias médicas son: dificultad para respirar, desmayo, dolor o presión en el pecho, hemorragia sin control, sangre al toser o vomitar, dolor grave y repentino, envenenamiento o lesiones graves, por ejemplo fracturas, laceraciones, quemaduras o heridas punzantes.

TÉRMINOS CLAVE

- ▶ **RCP** es la abreviatura de reanimación cardiopulmonar. La RCP es un procedimiento de emergencia por el cual se hace trabajar al corazón y los pulmones mediante la opresión del pecho a la altura del corazón y el envío forzado de aire a los pulmones. Se usa para mantener la circulación cuando el corazón dejó de bombear por sí solo. Muchas organizaciones de la comunidad ofrecen cursos de RCP.
- ▶ El curso de **primeros auxilios** es un curso de tratamiento básico de las lesiones y capacidades para salvar vidas que muchas organizaciones comunitarias ofrecen.
- ▶ Un **desfibrilador externo automático** (DEA) es un equipo portátil que controla el ritmo cardíaco y puede enviar una descarga eléctrica al corazón tratando de recuperar el ritmo normal.
- ▶ El **Registro de vida** es un formulario que se adhiere a la puerta del refrigerador y da al personal de emergencias información médica y de contacto para emergencias de vital importancia en caso de que usted no pueda dar esa información por sí mismo.

QUÉ HACER

Antes (Preparación/Mitigación)

- ❑ Sepa cómo llamar o enviar un mensaje de texto al 911.
- ❑ Conserve un kit de primeros auxilios bien equipado en su casa, trabajo y automóvil.
- ❑ Arme una lista con los contactos de emergencia.
- ❑ Arme una lista con los trastornos médicos y los medicamentos y llévela siempre con usted.
- ❑ Complete un Registro de vida (File of Life) y colóquelo en la puerta del refrigerador.
- ❑ Conozca los signos de advertencia de las emergencias médicas.
- ❑ Participe en entrenamientos, por ejemplo RCP, primeros auxilios, soporte vital básico (SVB) o Detén la hemorragia para estar preparado para una emergencia.

Durante (Respuesta)

- ❑ Conserve la calma y llame al 911. Si recibió el entrenamiento adecuado, inicie RCP (reanimación cardiopulmonar), o respiración boca a boca, si fuera necesario.
- ❑ Si cree que tiene una emergencia médica, busque atención médica de inmediato.
- ❑ Reúna la mayor cantidad de información posible sobre la circunstancia y llame al 911. Siga detenidamente las instrucciones del operador. Permanezca en la línea hasta que el operador le diga que puede cortar.
- ❑ Si tiene poco tiempo para hablar con el operador, asegúrese de compartir su dirección y problema médico en primer lugar.
- ❑ Llame si puede, si puede; de lo contrario, envíe un mensaje de texto. Siempre es preferible llamar al 911, ya que es una mejor manera de intercambiar información.

Después (Recuperación)

- ❑ Revise toda su documentación para asegurarse de que su contacto de emergencia e información médica estén actualizados.
- ❑ Instruya a otros en sus redes de contacto a fin de estar mejor preparados como comunidad.

APÉNDICES

| | | |
|----------|--|------------|
| A | Programas de voluntariado/oportunidades | 56 |
| B | Cómo elaborar el Plan de preparación familiar (plantilla) | 58 |
| C | Cómo elaborar el Plan de preparación comercial (plantilla) | 66 |
| D | 5 Pasos para la preparación vecinal (guía práctica) | 78 |
| E | 5 Pasos para la preparación comunitaria: Plan vecinal en caso de desastre (plantilla) | 96 |
| F | 5 Pasos para la preparación vecinal: encuesta para vecinos | 116 |
| G | Lista de verificación para el kit de emergencia | 122 |

Apéndice A

PROGRAMAS DE VOLUNTARIADO/ OPORTUNIDADES (PARTICIPACIÓN)



Hay muchas oportunidades de entrenamiento y preparación disponibles para el público. Las oportunidades de entrenamiento y voluntariado dan un servicio valioso para la comunidad y una excelente base para el conocimiento de la preparación para casos de emergencia. Algunas esas oportunidades son:

Oficina para el Manejo de Emergencias

Volunteer Corps: El propósito de Volunteer Corps de la Oficina para el Manejo de Emergencias (OEM) es convertir a Fairfax County en la comunidad más resiliente y preparada del mundo. Los voluntarios de Volunteer Corps de la OEM instruirán al público en el manejo de las emergencias y en la preparación para casos de desastre en toda la comunidad.

American Red Cross. La organización American Red Cross ofrece, en la Región Capital Nacional, entrenamiento en RCP, primeros auxilios y muchas otras habilidades. La Red Cross también ofrece oportunidades de voluntariado para ayudar a responder en caso de emergencia y posterior recuperación. Visite www.redcross.org/dc/Washington para más información.

Programas principales:

Community Emergency Response Team:

CERT entrena a personas en vecindarios, lugares de trabajo y escuelas en las habilidades de respuesta básica en caso de desastre; por ejemplo, extinción de incendios y búsqueda y rescate. Ayuda a los residentes de Fairfax County a adoptar un rol más activo en la preparación para las emergencias.

Fire Corps: Los voluntarios de Fire Corps están entrenados para hacer tareas administrativas no operativas en el Departamento de Bomberos y Rescate de Fairfax County y en los bomberos voluntarios.

Volunteers in Police Service: El Departamento de Policía de Fairfax County ofrece la oportunidad de unirse a Volunteers in Police Service (VIPS), que da apoyo al departamento de policía mediante la incorporación de voluntarios, de modo que los policías profesionales tengan más tiempo para sus deberes en la línea del frente. VIPS incluye oficiales auxiliares de la policía, voluntarios administrativos y la Academia de Policía Ciudadana.



Fairfax County

Citizen Corps:

El propósito de Fairfax County

Citizen Corps es aprovechar el potencial de cada individuo a través de la educación, el entrenamiento y el voluntariado para hacer que las comunidades sean más seguras, fuertes y estén mejor preparadas para responder a amenazas de terrorismo, delitos, problemas de salud pública y desastres de todo tipo. Citizen Corps sienta sus bases sobre las fortalezas de la comunidad y desarrolla planes de acción para involucrar a toda la comunidad, incluyendo los negocios locales.

Visite www.fairfaxcounty.gov/emergencymanagement/volunteer

Medical Reserve Corps:

Medical Reserve Corps (MRC) ofrece entrenamiento y oportunidades de voluntariado a través del Departamento de Salud de Fairfax County. Está conformado por voluntarios médicos y no médicos entrenados para ayudar a la comunidad en el suministro de medicamentos y otros servicios durante las emergencias de salud pública.

Neighborhood Watch: Reúne a los residentes y a las fuerzas del orden público para reducir el delito y mejorar la calidad de vida en nuestros vecindarios. Los voluntarios pueden sumarse a un grupo existente o crear uno en su vecindario.

Instituto para el Manejo de Emergencias:

El Instituto para el Manejo de Emergencias (Emergency Management Institute, EMI) es uno de los programas de entrenamiento oficial de la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias (FEMA) y ofrece una variedad de clases de estudio independientes y gratuitas. Obtenga más información en www.training.fema.gov.

Apéndice B

CÓMO ELABORAR EL PLAN DE PREPARACIÓN FAMILIAR



Esta plantilla es para uso privado, no gubernamental. Fairfax County no tiene acceso y no recopila, conserva ni revela ningún tipo de información ingresada en esta plantilla. Si completa este formulario electrónicamente, los datos ingresados durante la sesión actual no se guardarán en forma automática. Si debe interrumpir la elaboración de su plan, asegúrese de guardar su trabajo. Si necesita ayuda para completar este plan, comuníquese con la Oficina para el Manejo de Emergencias de Fairfax County Office llamando al +1-571-350-1000.

Sección 1 – Plan para mantenerse en contacto

Residencia primaria

Dirección:

Habitación/Departamento N.º:

Ciudad/estado/código postal:

Teléfono:

Correo electrónico:

Familiares u ocupantes de la residencia principal

Nombre y apellido:

Teléfono celular:

Teléfono de casa:

Correo electrónico:

Contactos en las redes sociales:

Fecha de nacimiento:

[Haga clic para agregar ocupantes adicionales]

Mascotas o animales de servicio que viven en la residencia primaria

Nombre de la mascota:

Raza/tipo (perro/gato/otro):

Nombre del veterinario:

Número de teléfono del veterinario:

Dirección del veterinario:

[Haga clic para agregar mascotas adicionales]

CONTACTOS IMPORTANTES

Tener un plan de comunicación es fundamental para asegurarse de que la familia y los amigos sepan cómo comunicarse entre sí antes, durante y después de un desastre.

Relación: familia lejana

Nombre:

Teléfono:

Relación: médico

Nombre:

Teléfono:

Relación: trabajo

Nombre:

Teléfono:

Relación: escuela

Nombre:

Teléfono:

[Haga clic para agregar contactos adicionales]

Si usted o un familiar tiene una incapacidad o necesidad funcional o de acceso, o necesidad médica, asegúrese de incluir la información de contacto para los prestadores de servicio (terapia, proveedores de alimentos, proveedores de oxígeno, etc.) que se necesiten en caso de que la emergencia dure por más de tres días.

Relación: encargado del cuidado

Nombre:

Teléfono:

Relación: servicio médico

Nombre:

Teléfono:

Relación: otros servicios

Nombre:

Teléfono:

Relación: transporte

Nombre:

Teléfono:

Relación: animal de servicio

Nombre:

Teléfono:

[Haga clic para agregar contactos adicionales o información médica]

CONTACTOS DEL SEGURO Y EMERGENCIA LOCAL

Bomberos/policía/emergencia médica

Teléfono: 9-1-1

Control toxicológico

Teléfono:

Compañía local de seguro

Teléfono:

[Haga clic para agregar números adicionales de emergencia]

Sección 2 – Plan de reunión o refugio

Deberá designar dos lugares de reunión en caso de que ocurra una emergencia mientras la familia está en lugares diferentes; un lugar para eventos locales, como como ser el incendio de la casa o una tormenta en la localidad, el otro es un lugar de reunión fuera de la ciudad en caso de un desastre en la región.

Lugar de reunión local (tienda en el vecindario o localidad)

Dirección y descripción de la ubicación:

Teléfono:

Lugar de reunión fuera de la ciudad (casa de un familiar o amigo de la familia)

Dirección y descripción de la ubicación:

Teléfono:

Sección 3 – Arme un kit de supervivencia

En caso de que su área sufra un evento catastrófico, la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias (FEMA) recomienda que todos los ciudadanos estén preparados para refugiarse en su casa durante un lapso mínimo de tres días. La lista de verificación a continuación es una guía para preparar un kit de supervivencia para su familia. En caso de que deba evacuar, sugerimos usar un contenedor con ruedas o una mochila donde guardar los elementos de supervivencia a fin de tener las manos libres.

Verifique los artículos a continuación cuando los agregue al kit.

- Agua: al menos 3,8 litros (1 galón) por persona, por día
- Alimentos enlatados (y abridor manual de latas), barras de energía
- Alimento/agua/bolsas de residuos para mascotas
- Bolsas para basura/toallas desinfectantes
- Radio del tiempo NOAA/baterías
- Dispositivos médicos/recetados/adaptación
- Herramientas/pinzas/llaves inglesas
- Linternas/baterías/fósforos/silbatos
- Cargadores de teléfonos celulares
- Copias de los seguros, cuentas bancarias, licencias (documentos esenciales)
- Mantas/muda de ropa
- Artículos para bebés (ropa/pañales/alimento/juguetes)
- Elementos para entretenimiento (libros/juegos para niños)
- Alimentos reconfortantes
- Otros elementos específicos de la familia

En el caso de artículos perecederos como el agua, los alimentos y las baterías, recuerde renovarlos en forma regular, una o dos veces al año.

Sección 4 – Plan para compartir y practicar

Compartir

Una vez que el plan familiar esté completo, imprima varias copias y colóquelas en lugares clave; por ejemplo, en el trabajo, en casa o en la casa de un familiar o amigo de confianza. Además, debe incluir una hoja con los datos de contacto en la mochila de su hijo en caso de que la emergencia ocurra durante las horas de escuela.

Practicar

Practique el plan en familia. Asegúrese de que sus hijos sepan qué hacer, dónde ir y a quién llamar para pedir ayuda. Si usted o un familiar tiene una discapacidad y usa un asistente personal de cuidados, asegúrese de incluir a los encargados del cuidado en el simulacro de práctica. Practique su plan al menos una vez al año, en diferentes épocas del año y con diferentes condiciones climáticas.

Apéndice C

CÓMO ELABORAR EL PLAN DE PREPARACIÓN COMERCIAL



Esta plantilla es para uso privado, no gubernamental. Fairfax County no tiene acceso, y no recopila, conserva ni revela ningún tipo de información ingresada en esta plantilla. Si completa este formulario electrónicamente, los datos ingresados durante la sesión actual no se guardarán en forma automática. Si debe interrumpir la elaboración de su plan, asegúrese de guardar su trabajo. Si necesita ayuda para completar este plan, comuníquese con la Oficina para el Manejo de Emergencias de Fairfax County Office llamando al +1-571-350-1000.

Sección 1 – Plan para permanecer en el negocio

Razón social:

Dirección:

Ciudad/estado/código postal:

Teléfono:

Si no podemos acceder a esta ubicación, operaremos desde la ubicación a continuación:

Razón social:

Dirección:

Ciudad, estado, código postal:

Teléfono:

Nuestro negocio en línea:

Twitter:

Facebook:

LinkedIn:

La persona que se indica a continuación es nuestro encargado principal en caso de crisis y actuará como vocero de la compañía durante una emergencia.

Contacto principal en caso de emergencia:

Teléfono:

Teléfono alternativo:

Correo electrónico:

Si la persona no puede manejar la crisis, la persona que se indica a continuación la reemplazará:

Contacto secundario en caso de emergencia:

Teléfono:

Teléfono alternativo:

Correo electrónico:

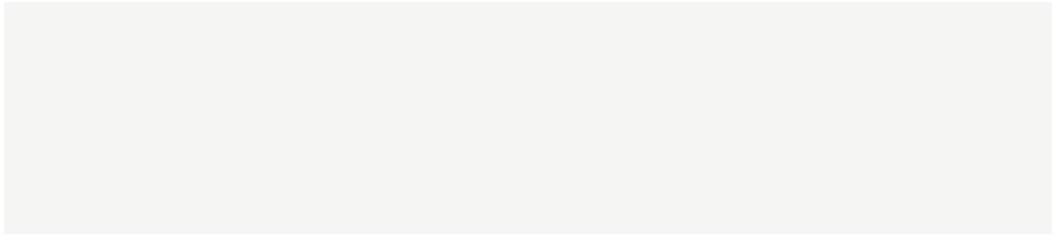
Los desastres naturales o aquellos provocados por el hombre a continuación podrían afectar nuestro negocio:

Equipo de planificación de emergencia

Las personas a continuación participarán en la planificación para los casos de emergencia y el manejo de las crisis.

Planificación conjunta con terceros

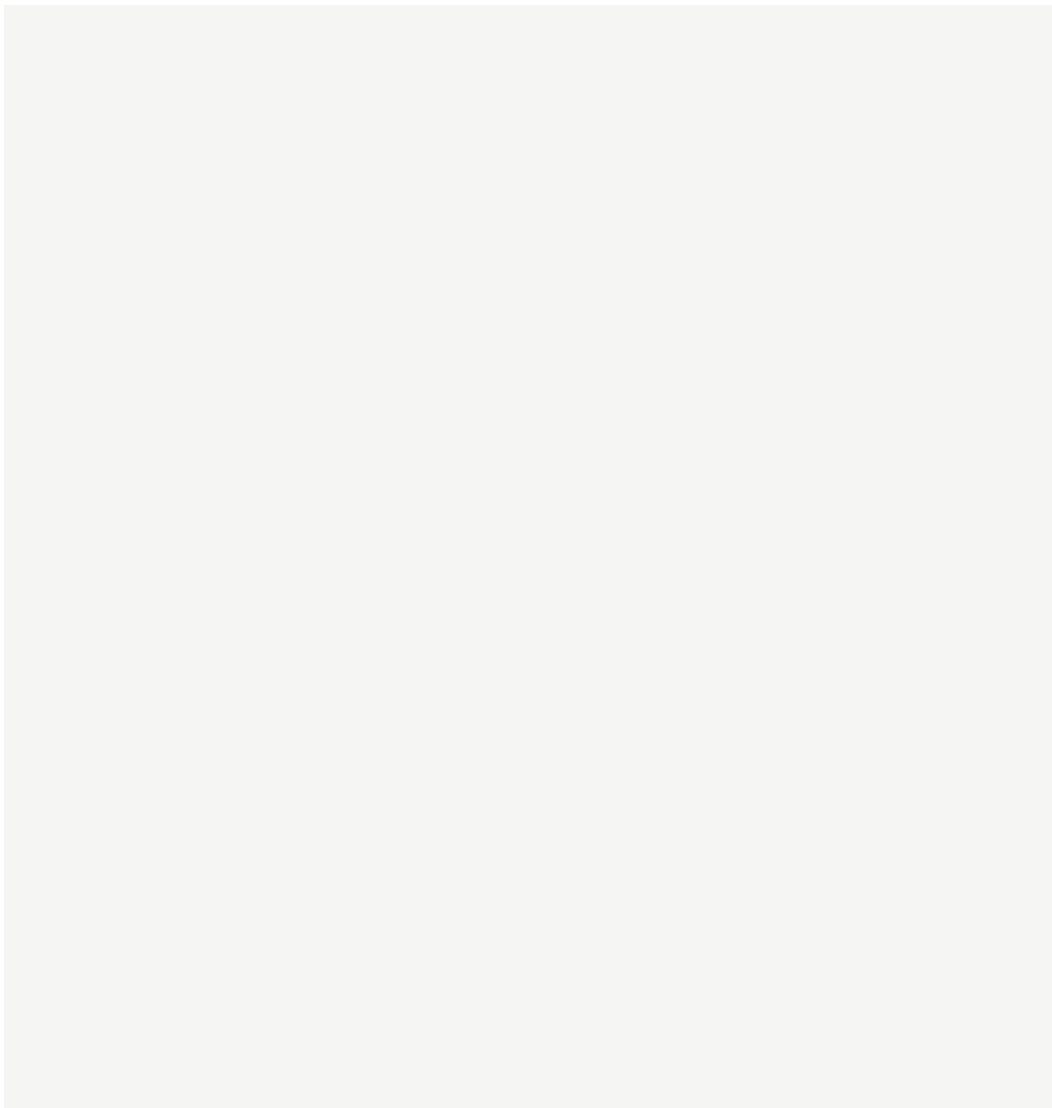
Las personas de los negocios vecinos y de la administración de nuestro edificio que se indican a continuación formarán parte de nuestro equipo de planificación para emergencias.



Nuestras operaciones críticas

A continuación se incluye una lista de nuestras operaciones críticas por orden de prioridad, personal y procedimientos que debemos recuperar después de un desastre.

Operación/personal a cargo/plan de acción



Proveedores

Si esta compañía sufre un desastre, obtendremos suministros/materiales de:

Nombre de la compañía:

Calle:

Ciudad/estado/código postal:

Teléfono:

Correo electrónico:

Nombre del contacto:

Número de cuenta:

Materiales/servicios provistos:

Si esta compañía sufre un desastre, obtendremos suministros/materiales de:

Nombre de la compañía:

Calle:

Ciudad/estado/código postal:

Teléfono:

Correo electrónico:

Nombre del contacto:

Número de cuenta:

Materiales/servicios provistos:

Si esta compañía sufre un desastre, obtendremos suministros/materiales de:

Nombre de la compañía:

Calle:

Ciudad/estado/código postal:

Teléfono:

Correo electrónico:

Nombre del contacto:

Número de cuenta:

Materiales/servicios provistos:

Seguridad cibernética

Para proteger nuestros equipos, haremos lo siguiente:

Para proteger nuestros programas, haremos lo siguiente:

Si se destruyen las computadoras, usaremos las computadoras de seguridad en la siguiente ubicación:

Copias de seguridad de los registros

Punto de contacto responsable de hacer una copia de seguridad de nuestros registros fundamentales, incluyendo los sistemas de nómina y contabilidad:

Registros de seguridad, incluyendo una copia de este plan, mapas de sitios, pólizas de seguro, registros de cuentas bancarias y copias de seguridad de las computadoras, se guardan en el establecimiento:

Otro grupo de registros de seguridad se guarda en la siguiente ubicación fuera del establecimiento:

Si se destruyen nuestros registros contables y de nómina, continuaremos de la siguiente forma:

Sección 2 – Plan de comunicación y contacto para emergencias

Información de contacto para emergencias

Ante una emergencia, marque 9-1-1.

Control toxicológico:

Proveedor de seguros:

Comunicaciones

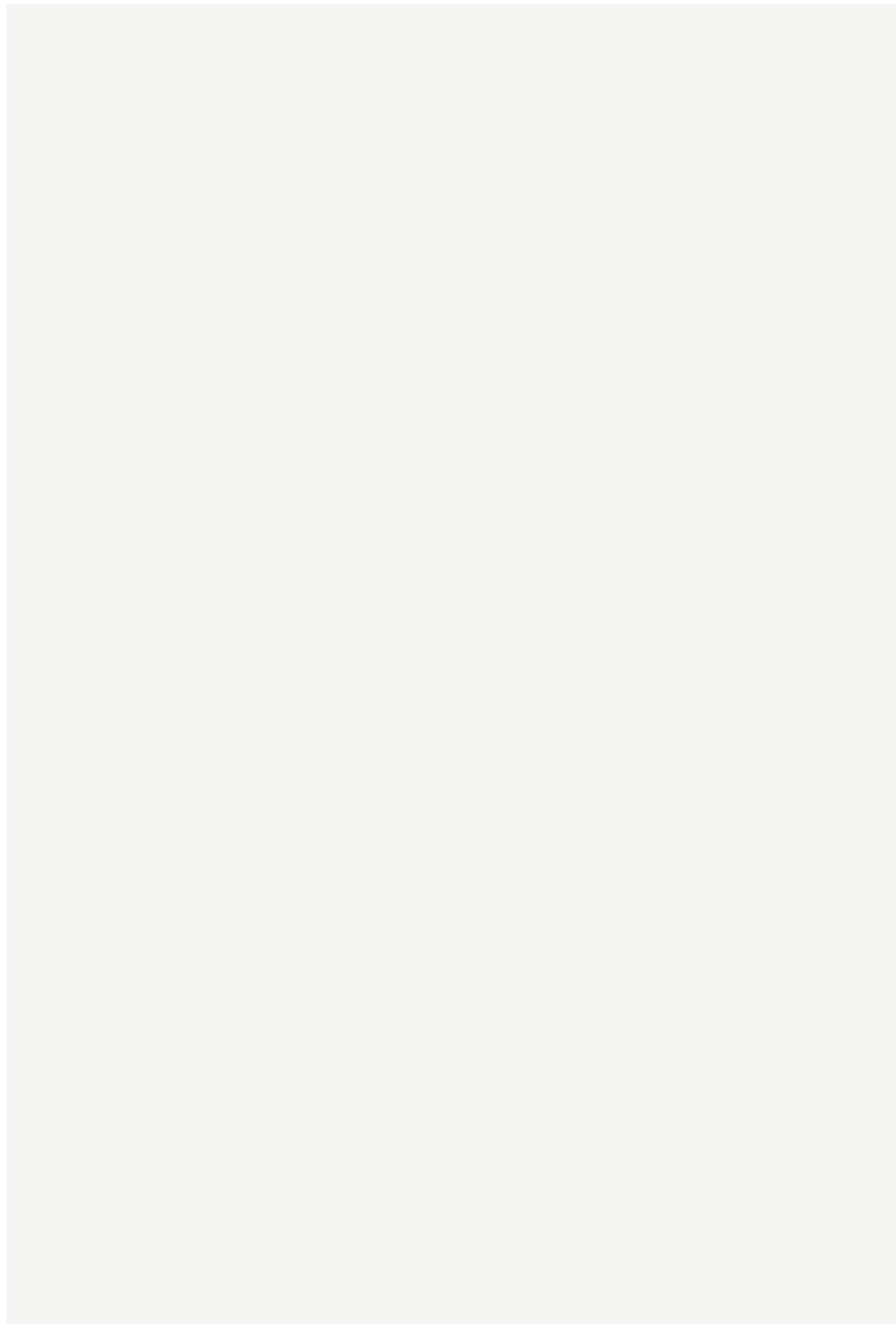
Informaremos nuestros planes de emergencia a los compañeros de trabajo de la siguiente manera:

En el caso de un desastre, nos comunicaremos con los empleados de la siguiente manera:

Información de contacto de los empleados para casos de emergencia

La lista a continuación es una lista de nuestros empleados y la información de sus respectivos contactos en caso de emergencia:

Nombre del empleado/número de teléfono/contacto de emergencia



Sección 3 – Plan de evacuación

Plan de evacuación para la ubicación:

Si debemos abandonar el lugar de trabajo rápidamente:

1. Sistema de advertencia:

Probaremos el sistema de advertencia y registraremos los resultados veces al año.

2. Sitio de reunión:

3. Encargado del sitio de reunión y suplente:

a. Las responsabilidades son:

4. Encargado en caso de interrupción del servicio y suplente:

a. Las responsabilidades son:

5. Nombre del punto de contacto responsable de dar todos los permisos:

Lista de verificación para evacuación:

- Hemos preparado estos planes en colaboración con los negocios y los propietarios de los edificios vecinos para evitar confusión o paralización total del tráfico.
- Hemos colocado, copiado y publicado mapas del sitio y del edificio.
- Las salidas están claramente señalizadas.
- Practicaremos los procedimientos de evacuación veces al año.

Sección 4 – Plan para refugiarse en el lugar

Refugio en el lugar para la ubicación:

Si debemos refugiarnos rápidamente (puntos a considerar):

[Redacted area]

1. Sistema de advertencia:

Probaremos el sistema de advertencia y registraremos los resultados [Redacted] veces al año.

2. Lugar de refugio en caso de tormenta: [Redacted]

3. Lugar del refugio “Puerta sellada”:

[Redacted area]

4. Lugar de refugio y alternativa:

[Redacted area]

a. Las responsabilidades son:

[Redacted area]

5. Encargado en caso de interrupción del servicio y suplente:

[Redacted area]

a. Las responsabilidades son:

[Redacted area]

6. Punto de contacto responsable de dar todos los permisos:

[Redacted area]

Lista de verificación para el refugio en el lugar:

- Hemos conversado con los compañeros de trabajo sobre qué suministros de emergencia, si hubiere, proveerá la compañía en el lugar de refugio y qué suministros debería tener cada uno en un kit portátil y personalizado según las necesidades individuales.
- Hemos colocado, copiado y publicado mapas del sitio y del edificio.
- Practicaremos los procedimientos de refugio [Redacted] veces al año.

Sección 5 – Plan para compartir, practicar, entrenar y revisar

Compartir

Una vez finalizado el plan, imprima varias copias y colóquelas en sitios clave en todo el lugar de trabajo, en el sitio de trabajo alternativo, y solicite al equipo de planificación de emergencias que guarde una copia en su casa.

Practicar

Debe entrenarse y practicar con su propio personal para saber cómo llevar a cabo las responsabilidades asignadas. Asegúrese de usar la sección de entrenamiento y revisión a continuación. Una vez que el personal esté entrenado, debe hacer un ejercicio para comprobar la capacidad de respuesta ante una emergencia.

Fechas de entrenamiento y revisión:

Fecha:

Tipo de entrenamiento/revisión:

Personal activado:

[Haga clic para agregar entrenamientos/revisiones adicionales]

Fechas de revisión

Identifique cuándo su negocio revisa el plan, tome nota de las modificaciones introducidas y sepa cuándo se guardaron las modificaciones en el servidor de copia de seguridad.

Fecha de revisión:

Modificaciones:

Fecha guardada en el servidor:

[Haga clic para agregar revisiones adicionales]

Apéndice D

5 PASOS PARA LA PREPARACIÓN VECINAL (GUÍA PRÁCTICA)





5 Pasos para la preparación vecinal



5 Pasos para la preparación vecinal

Nunca pensamos que un desastre ocurrirá en nuestro vecindario o, al menos, ¡eso esperamos! Sin embargo, la cuestión no es si ocurrirá, sino cuándo sucederá.

Descubra qué puede hacer para ayudar a que su vecindario esté mejor preparado para enfrentar los desastres de inmediato y, luego, recuperarse.

Use esta Guía y el Conjunto de herramientas adjunto para armar un plan vecinal en caso de desastre.

Recuerde, no está solo. ¡Fairfax County y sus organizaciones y organismos asociados tienen planes y recursos preparados para brindar ayuda!

Sin embargo, con más de 1,100,000 personas en el condado, es posible que los rescatistas no estén disponibles para brindar apoyo de inmediato a cada vecindario que lo necesita. Los vecinos deben estar preparados para ayudarse a sí mismos durante varios días, y hasta semanas, según la dimensión del desastre.

Estar preparado también significa que **un vecino ayuda a otro vecino**. Asegúrese de incluir a:

- ✓ Vecinos con discapacidades y vecinos de cualquier edad que puedan necesitar ayuda después de un desastre
- ✓ Vecinos con capacidad reducida o incapacidad para ver, leer, caminar, hablar, oír, aprender, recordar, entender y/o responder

✓ Vecinos con discapacidades visibles, por ejemplo, aquellos que usan sillas de ruedas, personas ciegas y con necesidades ocultas y discapacidades, tales como enfermedades cardíacas, enfermedades respiratorias, enfermedades emocionales o mentales, artritis, alergias importantes, asma y/o sensibilidad a productos químicos y a otros productos o agentes utilizados en el medio ambiente.

✓ Los individuos que pueden carecer de medios de transporte, padres solteros que trabajan y aquellos con capacidad limitada o incapacidad para hablar, leer o entender inglés y que necesitarán que la información sea traducida para ellos.

PLANIFICACIÓN VECINAL EN CASO DE DESASTRE EN 5 SENCILLOS PASOS

1

DEFINA SU ÁREA.

Identifique un área que pueda manejar, el edificio donde se encuentra su departamento, una cuadra de la ciudad, algunas calles circundantes cortas, etc., que usted pueda organizar con relativa facilidad.

2

RECLUTE LÍDERES.

Cree un grupo de líderes que puedan ayudarlo a elaborar un plan y llevar a cabo actividades de apoyo en caso de emergencia cuando llegue el momento.

3

EXPLORE SU ÁREA.

Familiarícese con la configuración del terreno: qué recursos tiene, cómo es el paisaje y cuáles son los desastres o las emergencias comunes en su área.

4

ARME SU EQUIPO.

Averigüe quién vive en su área, cómo pueden ayudar en caso de un desastre y quién podría necesitar ayuda adicional.

5

PLANIFIQUE SU ENFOQUE.

¡Elabore un plan que delimite qué hará su vecindario antes, durante y después de un desastre!

Reston



PASO 1: DEFINA SU ÁREA

Clifton



PASO 1
DEFINA SU ÁREA

Desde Tysons Corner hasta Annandale, nuestro condado está formado por muchos vecindarios y comunidades diferentes.

A fin de que usted elabore un plan en caso de desastre para su vecindario, es importante definir el área que su plan cubrirá.

A continuación incluimos algunas preguntas para tener en cuenta:

- ✓ ¿Cuál sería el tamaño del área que usted y un pequeño grupo manejarían fácilmente? **25 a 40 viviendas es el tamaño ideal**
- ✓ Trabaje con redes y grupos organizados existentes, si hubiera (por ejemplo, programas de vigilancia del vecindario, etc.)

- ✓ ¿Podrá comunicarse con todos fácilmente? ¿Cuáles son los idiomas que comúnmente se hablan?
- ✓ ¿El área le permitirá practicar el concepto "un vecino ayuda a otro vecino", de modo que usted pueda identificar rápidamente quién necesita ayuda y brindarla?
- ✓ Si su área incluye más de 40 viviendas, divídala en áreas menores con un "capitán de cuadra" para cada cuadra (esto se denomina comando de área).

Asegúrese de tomar nota de lo siguiente:

- ✓ El número de hogares, negocios, escuelas, iglesias y otros edificios en el área
- ✓ El número de personas en el área
- ✓ Los caminos y otros puntos de entrada y salida, colinas y cursos de agua

Luego, marque el área que definió en un mapa.

CONSEJO: La forma más fácil de llevar a cabo el Paso n.º 1 es caminar por su vecindario reuniendo esta información.

PASO 2: RECLUTE LÍDERES

Mosaic District



**PASO 2
RECLUTE LÍDERES**

Después de conocer el área que el plan en caso de desastre cubrirá, ¡es el momento de identificar a los líderes! A continuación le indicamos qué debe buscar:

Personas con capacitación y experiencia, por ejemplo:

- ✓ Community Emergency Response Teams (CERT) o personas que participan activamente en programas de vigilancia del vecindario.
- ✓ Consejos vecinales, servicios humanos, líderes religiosos o comerciales.

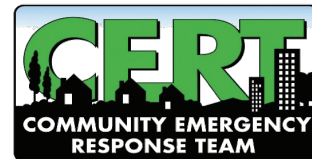
- ✓ Policías, bomberos o personal militar o del cuidado de la salud.
- ✓ Personas con experiencia en la atención de discapacitados o de individuos que puedan necesitar ayuda después de un desastre.

¿Necesita dos o diez líderes?

- ✓ ¿Hay muchas personas en un área del vecindario?
¿Los edificios están separados unos de otros?
- ✓ ¡Determine el número de líderes según el número de personas que necesitan guía! El tamaño del equipo ideal es entre 3 y 7 personas.

A continuación, le ofrecemos algunas ideas para encontrar líderes y retenerlos para su Plan vecinal en caso de desastre:

- ✓ Hable personalmente con ellos, en eventos de la comunidad, reuniones y cuando los vea en el día a día.
- ✓ Publique mensajes en las redes sociales, en los grupos del vecindario y en otros sitios web de contactos.



CONSEJO: ¡Conozca CERT! La capacitación ofrecida por Community Emergency Response Team prepara a las comunidades y, ¡es gratuita!

PASO 3: EXPLORE SU ÁREA

**PASO 3
EXPLORE SU ÁREA**

3.1 AMENAZAS Y RIESGOS

Conozca cuáles son los desastres u otras emergencias que podrían ocurrir en su vecindario. Le ofrecemos algunas pistas útiles:

Identifique las amenazas.

Terremotos, cortes del suministro eléctrico, condiciones climáticas extremas y brotes de enfermedades ocurren en todos lados, pero los tsunamis, deslizamientos de tierras e inundaciones solo suceden en algunos sitios. Haga una lista de las amenazas que podrían ocurrir en su vecindario.

Califique el riesgo. ¿Es muy probable, algo probable o poco probable que ocurra el desastre?

Evalúe el riesgo.

¿Cuál es el grado de vulnerabilidad de su vecindario a sufrir lesiones, muertes o daños materiales? Clasifique estos tipos de riesgo como alto, medio o bajo. Use las instrucciones en *Probabilidad de ocurrir* y *Nivel de impacto* para evaluar los riesgos.

Probabilidad de ocurrir.

Casi seguro:
Probabilidad mayor de 90 %

Probable:
Probabilidad de 50 – 90 %

Moderada:
Probabilidad de 10 – 50 %

Poco probable:
Probabilidad de 3 – 10 %

Escasa:
Probabilidad de 3 % o menos

Nivel de impacto.

Menor:
Posible interrupción del servicio. Poco o nada de daño a la propiedad, lesión personal, lesiones o muertes.

Moderada:
Interrupción de algunos servicios. Daños mínimos a la propiedad, lesión y pérdida de vida.

Grave:
Interrupción de muchos servicios y/o estructuras seriamente dañadas. Muchas personas heridas y número importante de vidas perdidas.

Use una tabla como la que se incluye a continuación para crear una lista de las amenazas y los riesgos.

| AMENAZA | PROBABILIDAD DE OCURRIR | NIVEL DE IMPACTO (ALTO, MEDIO, BAJO) |
|---------|-------------------------|--------------------------------------|
| | | |
| | | |
| | | |

PASO 3: EXPLORE SU ÁREA

3.2 PELIGROS ESPECÍFICOS DEL VECINDARIO

Fairfax County es susceptible a muchos desastres. Algunos ejemplos son:

Incendios. Son especialmente riesgosos si hay poca separación entre un edificio y otro o si los edificios están ubicados cerca de arbustos frondosos. ¡Las fugas de gas o las roturas en las cañerías de gas también pueden provocar incendios!

Terremotos. Cada vecindario de Fairfax County corre el riesgo de sufrir un terremoto.

Hielo/nieve. Cada vecindario tiene el riesgo de sufrir un evento de hielo/nieve, incluso de proporciones catastróficas.

Inundación. La inundación puede ser provocada por el desbordamiento de cursos de agua, roturas de presas, lluvias intensas o alcantarillas obstruidas.

Tornados. Todas las áreas de nuestro condado son propensas a los tornados.

Servicio de electricidad, agua y teléfono. Es posible que estos servicios públicos estén interrumpidos durante largos períodos después de un desastre.

Emergencias químicas. Accidentes industriales, en autopistas, ferrocarriles o de tuberías rotas pueden liberar material químico o peligroso.

Brote de enfermedad. Los brotes pueden enfermar a muchas personas e interrumpir servicios clave.

Calor o frío extremos.

Niños, adultos mayores y personas con ciertos tipos de discapacidades o algunas enfermedades crónicas son los más afectados cuando hace mucho frío o calor.

Ataque terrorista.

Muchas áreas tienen blancos posibles de un ataque terrorista; por ejemplo, escuelas, entornos deportivos o estaciones de metro.

Clima severo. El condado también es propenso a sufrir vientos fuertes, granizo y tormentas eléctricas.

Peligros locales. Asegúrese de identificar los peligros y los riesgos que pueden ser específicos de su vecindario; por ejemplo, líneas eléctricas aéreas, tuberías de gas natural, tanques de almacenamiento de productos químicos y otras amenazas localizadas.

Dunn Loring



PASO 3: EXPLORE SU ÁREA



Fire Station 40

3.3 RECURSOS DEL VECINDARIO

Luego, identifique los recursos del vecindario. Esto incluye a cualquier persona o cualquier elemento que sería útil para responder en caso de o recuperarse después de un desastre. Algunos ejemplos son:

- ✓ Suministros de emergencia para el vecindario
- ✓ Lugares físicos como parques, escuelas, hospitales y estaciones de bomberos
- ✓ Organizaciones como clubes vecinales, organizaciones fraternales, clubes de radio, organizaciones militares locales y proveedores de servicios para discapacitados
- ✓ Las personas capacitadas en CERT, cuidados médicos, primeros auxilios, búsqueda y rescate, carpintería, plomería o asesoramiento en caso de crisis
- ✓ Negocios dentro o cerca del área que podrían proveer suministros o equipos
- ✓ Equipos y suministros para la remoción de escombros, botes para rescate durante inundaciones, equipos de comunicaciones, artículos para primeros auxilios, generadores y otros artículos útiles durante o después de un desastre
- ✓ Recursos de evacuación; por ejemplo, vehículos accesibles

Bien, ¿y cómo los identificamos?

Elabore una lista de las amenazas y los riesgos de la comunidad, e identifique cuáles serían los recursos que su vecindario podría llegar a necesitar en caso de un desastre. Identifique si el recurso es vulnerable a sufrir daños y qué se puede hacer para reducir esa vulnerabilidad. Asegúrese de incluir la ubicación e información de contacto en su lista, si correspondiera. A continuación, se incluye un ejemplo de una tabla que puede usar:

| TIPO DE RECURSO | DESCRIPCIÓN DEL RECURSO | UBICACIÓN DEL RECURSO | INFORMACIÓN DE CONTACTO DEL RECURSO (LAS 24 HORAS DEL DÍA, LOS 7 DÍAS DE LA SEMANA) |
|-----------------|-------------------------|-----------------------|---|
| | | | |
| | | | |

PASO 3: EXPLORE SU ÁREA

3.4 DISEÑE UN MAPA DE SU VECINDARIO

Use una herramienta en línea para el trazado de mapas u otra fuente que sea fácil de obtener. Haga un bosquejo de su vecindario. Los sitios web gratuitos earth.google.com o maps.yahoo.com pueden ser útiles.

En su bosquejo, muestre calles, cuadras y parcelas de casas/edificios. Indique unidades y pisos de edificios de departamentos o con múltiples unidades. Numere las parcelas secuencialmente (1, 2, 3). Incluya todos los números de la dirección y los nombres de los ocupantes de cada parcela.

En el Paso 4, si fuera necesario, se verificará y actualizará la información de contacto. Incluya:

- ✓ Todas las rutas de entrada/salida del área a las que se pueden acceder a pie, con silla de ruedas/escúter y automóvil
- ✓ Un lugar de reunión vecinal (vea la próxima sección)
- ✓ Un lugar donde las personas heridas puedan recibir los primeros auxilios o ser evaluadas para recibir tratamiento médico

- ✓ Posibles obstáculos que podrían dificultar la entrada/salida (por ejemplo, objetos caídos/ túneles, árboles o cables eléctricos)
- ✓ Vecinos que puedan necesitar ayuda adicional para ver, leer, caminar, hablar, escuchar, recordar, comprender y/o responder después de un desastre

Dunn Loring



PASO 3: EXPLORE SU ÁREA



Tysons Corner

3.5 LUGAR DE REUNIÓN VECINAL

Este es un espacio para que los vecinos organicen las actividades de respuesta, en caso de un desastre. Escoja una zona céntrica grande (por ejemplo, parque, área recreativa, galería) para reunirse y organizar los próximos pasos de su plan de respuesta del vecindario. Esto es lo que debe buscar al identificar un posible lugar de reunión vecinal:

- ✓ Debe estar a la vista fácilmente para que las demás personas sepan que este lugar es el principal punto de reunión
- ✓ Debe ser de fácil acceso para todos
- ✓ Debe estar en un sitio seguro en caso de inundación, incendio, líneas de tensión y árboles caídos
- ✓ Debe tener baños accesibles y cercanos
- ✓ Debe estar bien iluminado en caso de evacuación nocturna
- ✓ Debe poder alojar animales de servicio y mascotas
- ✓ Debe ser lo suficientemente grande para el número planificado de personas y vehículos
- ✓ Debe ser accesible para niños y adultos con discapacidades

3.6 ÁREA DE TRIAJE

Este es un lugar donde las personas heridas pueden recibir los primeros auxilios o ser evaluados para recibir tratamiento médico.

PASO 4: ARME SU EQUIPO

**PASO 4
ARME SU EQUIPO**

¡Los recursos más importantes con los que cuenta son unos a otros! Realice estas sencillas actividades para armar su equipo.

Forme un grupo. Asegúrese de que representa la diversidad en su vecindario e incluye propietarios, familias, negocios, lugares de culto, organizaciones sin fines de lucro, escuelas y otras organizaciones locales **del área que usted definió.**

Incluya activamente a personas con discapacidades y a otros que puedan necesitar ayuda después de un desastre.

Su equipo debe incluir a vecinos capacitados en CERT y, también, puede incluir a personas que no estén capacitadas en las técnicas de CERT.

Además, determine si hay organizaciones de servicios humanos; proveedores de servicios para discapacitados o residencias, centros de cuidado comunitarios o centros de residencia asistida. En caso de que existan, invítelos a participar del proceso de planificación y discuta cómo pueden ayudarse mutuamente.

Huntley Meadows



PASO 4: ARME SU EQUIPO

Organice una reunión. Solicite a los líderes que identificó en el Paso 2 que divulguen la reunión. Asegúrese de que todos los hogares hayan sido invitados personalmente. También invite a la policía y a los bomberos locales. Use la Guía para el facilitador para agilizar la reunión.

Las principales actividades de la reunión son:

- ✓ Repasar los 5 Pasos para la preparación vecinal.
- ✓ Identificar las capacidades y el equipo que cada vecino tiene y que son útiles para responder en caso de un desastre.
- ✓ Identificar los idiomas que se hablan en el área y el uso de la lengua de signos norteamericana en la misma.

Aliente a los vecinos a asistir a la reunión. Una invitación personal es la mejor manera de invitar a los vecinos. Encontrará algunas otras ideas a continuación:

- ✓ Prepare un folleto (consulte la plantilla del folleto en el Conjunto de herramientas).
- ✓ Incluya una página "Prepárese" en el sitio web de su vecindario.
- ✓ Cree una página en Facebook o Twitter o súmese a un sitio con un número mayor de "seguidores".
- ✓ Elabore listas de correo electrónico con las organizaciones y los líderes de la comunidad.
- ✓ Enumere las organizaciones de la comunidad, los negocios y las viviendas.

Con la tabla que creó en el Paso 3, escriba lo siguiente para cada vivienda/instalación:

- ✓ Teléfono, correo electrónico, texto, capacidades especiales, recursos, número de adultos/niños, mascotas/animales/animales de servicio, personas que pueden necesitar ayuda adicional.
- ✓ Cree una cadena telefónica o "cuadro de notificaciones" a través de la cual las personas se contactan entre sí para divulgar noticias.
- ✓ Camine por el área al finalizar la reunión para verificar su bosquejo.

CONSEJO: Use la misma cadena telefónica, texto y sistema de comunicación para notificar a los vecinos puerta por puerta. Si su vecindario es más grande, pida a los capitanes de cuadras que lideren esta actividad.



Clifton

PASO 5: PLANIFIQUE SU ENFOQUE



Centro de gobierno de Fairfax

**PASO 5
PLANIFIQUE SU ENFOQUE**

5.1 PROTÉJANSE Y PROTEJA SU LUGAR

Antes de cualquier otra cosa, asegúrese de que todos estén bien en el lugar donde usted se encuentra. Una vez que haya confirmado que todos están seguros, prepárese para dirigirse al lugar de reunión vecinal. Use equipo de protección, si lo tiene, un casco duro o casco de bicicleta, calzado con punta de acero u otro tipo de calzado resistente y guantes de cuero o resistentes. **Guarde estos artículos todos juntos en un lugar de fácil acceso.**

Cuelgue el cartel de **OK/Ayuda** en la puerta de entrada o ventana del frente, de modo que pueda verse fácilmente desde la acera o calle.

El lado de color rojo significa que necesita ayuda; el lado de color verde significa que está bien. Lo usará solo después de un desastre, cuando no es posible solicitar ayuda llamando al 9-1-1.



Si siente olor a gas, corte el suministro de gas. Si no tiene una válvula de cierre automática, gire la válvula de modo que la "barra" quede perpendicular a la línea de gas. Mantenga una llave atada con alambre al medidor de gas y conozca el lugar donde se encuentran las válvulas de cierre del agua.

Diríjase al lugar de reunión vecinal.

Una vez que haya llegado al lugar de reunión vecinal, la primera tarea es organizarse.

Seleccione un líder para que dirija el esfuerzo general.

Desarrolle un plan de acción. Decida qué quiere hacer, cómo planea hacerlo y el tiempo que le va a dedicar.

Organice equipos con un Líder de equipo en cada grupo. Cada equipo debe estar integrado por 3 a 7 personas y un Líder de equipo.

CONSEJO: Según sea necesario, cierre las válvulas principales de agua y gas de su hogar. Cierre el paso de gas girando la llave de paso hasta que la "barra" quede perpendicular a la línea de gas. Mantenga una llave atada con alambre al medidor de gas y conozca el lugar donde se encuentran las válvulas de cierre del agua.

PASO 5: PLANIFIQUE SU ENFOQUE

Una práctica usada por los servicios de emergencia y CERT es organizarse de acuerdo con el Sistema de Comando de Incidentes (ICS). El cuadro a continuación es un ejemplo. El **Comandante del incidente** es el líder. Es el responsable de decidir qué se va a realizar.

Operaciones ejecuta las acciones decididas. **Logística** coordina los recursos (transporte, personas, suministros).

Planificación e Inteligencia supervisa la información recibida y planifican las actividades futuras. Los equipos incluyen:

Equipo de búsqueda y rescate. Este equipo buscará los carteles de **OK/Ayuda**, y también verificará el estado de aquellas personas incluidas en la lista con la indicación de necesitar ayuda adicional. Comienzan realizando una evaluación de los daños para identificar las áreas de peligro y establecer prioridades. Operaciones de búsqueda y rescate. Los miembros ideales son aquellos que han completado la capacitación de búsqueda y rescate de CERT.

Equipos de cuidado. Los Equipos de cuidado pueden estar formados por el **Equipo de triaje**, que determina el orden de prioridad de los sobrevivientes heridos que recibirán atención; el **Equipo de tratamiento**, que atiende a los heridos; el **Equipo de morgue**, que se encarga de las personas fallecidas; y el **Equipo de centros de cuidados**, que brinda atención adicional durante el desastre. Sería ideal que los miembros de estos equipos tuvieran experiencia en el cuidado de la salud.

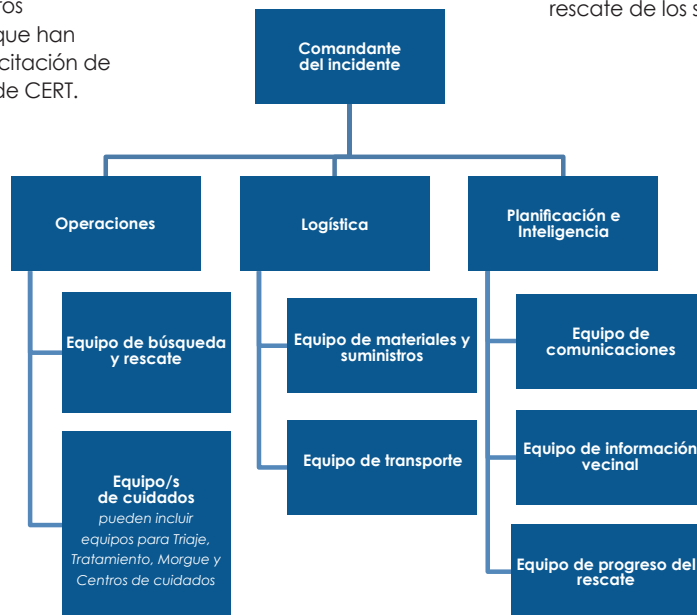
Equipo de materiales y suministros. Este equipo coordina los materiales y suministros que se necesitan dentro del vecindario.

Equipo de transporte. Este equipo coordina el transporte de suministros, equipos y personas.

Equipo de comunicaciones. El Equipo de comunicaciones escucha el Sistema de Alertas de Emergencias, el Servicio de Radio Familiar (FRS)/radioaficionados y/o Radio Meteorológica Nacional. El Equipo de comunicaciones es el responsable de comunicar información dentro del vecindario y desde/hacia el vecindario y los servicios de emergencia y otros organismos del condado (por ejemplo, bomberos y policía).

Equipo de información vecinal. Este equipo coordina la información sobre los sobrevivientes y divulga información sobre el progreso del rescate y el estado de los sobrevivientes (heridos, perdidos, etc.) desde el Puesto de mando al Centro de cuidados.

Equipo de progreso del rescate. Este equipo hace un seguimiento del progreso del rescate de los sobrevivientes.



CONSEJO: Asigne roles al equipo según las necesidades del desastre y las personas con las que cuenta. Puede que no necesite cubrir todos estos roles en cada incidente.

PASO 5: PLANIFIQUE SU ENFOQUE

5.2 COMUNICACIONES

Asegúrese de informar a los servicios de emergencia llamando al 9-1-1 o envíe un mensaje de texto al 9-1-1, si necesita ayuda ante una emergencia. Durante un desastre, Fairfax County mantendrá a la comunidad informada a través de los medios públicos de comunicación u otros. Algunos ejemplos de fuentes son:

Fairfax County ARES. Amateur Aficionados autorizados licenciados que registraron voluntariamente sus calificaciones y equipos, para cumplir con el deber de comunicar, ante el servicio público cuando ocurre un desastre. Se puede encontrar información en fxares.org/

Internet. Fairfax County ofrece información en caso de emergencia a través del Blog de emergencias, fairfaxcountyemergency.wordpress.com/

Teléfonos. Si necesita llamar a alguien, que sea una conversación breve para que otros también puedan comunicarse con sus seres queridos o personal de rescate.

Medios de comunicación públicos o comerciales.

Televisión, radio y satélite transmitirán los mensajes de alerta de emergencias. La radio de su automóvil podría ser la forma más sencilla de escuchar las noticias sobre emergencias.

Fairfax Alerts. El sistema de notificación masivo oficial que se usa para enviar mensajes de voz, mensajes de texto y mensajes por correo electrónico a residentes y negocios durante emergencias y desastres. Informar al público cuando sucede un desastre podría ser una medida de protección y la única con la que el público cuente para salvar sus vidas y proteger sus bienes. www.fairfaxcounty.gov/alerts

Sistema de alerta de emergencias. Los mensajes se comunicarán al público a través de estaciones de radio y televisión. Son mensajes de voz con texto que se desplaza por la pantalla de la televisión.

Oak Marr

Sitio web Safe and Well
 Aliente a los vecinos a registrarse en el sitio web "Safe and Well" (Seguro y a salvo) de la Red Cross <<https://safeandwell.communityos.org/cms/index.php>> o en alguna otra forma de red social, para que amigos y familiares sepan que están bien.



PASO 5: PLANIFIQUE SU ENFOQUE



Mosaic District

5.3 DÉJELO POR ESCRITO

El próximo paso es: ¡escribir el plan! A continuación se incluye una descripción detallada del contenido del plan. Siéntase libre de aumentar o reducir el alcance del plan según sus necesidades.

Use la plantilla del plan incluida en el sitio web de los 5 Pasos; simplemente complete los espacios en blanco.

Plan básico. Debe incluir amenazas, riesgos, el bosquejo de su vecindario y su enfoque básico para una respuesta.

Anexos de apoyo. Los “Anexos de apoyo” brindan mayores detalles que exceden el plan básico. Delinean las tareas específicas; por ejemplo, cómo será la comunicación durante y después de un desastre.

Usted y sus vecinos deciden qué anexos necesitan.

Otros anexos pueden incluir:

✓ Refugio en el lugar. Después de un desastre, las autoridades locales pueden determinar que es más seguro que los individuos y las familias permanezcan en sus lugares de residencia, o “refugio en el lugar”. Este anexo detalla cómo los miembros del vecindario se apoyarán unos a otros, si fuera necesario refugiarse en el lugar durante un período prolongado.

✓ Mitigación. Aborde formas en las que puede disminuir el impacto de los desastres. Los vecindarios pueden establecer programas de un “vecino ayuda a otro vecino” para la entrega de alimentos, medicamentos y agua a personas que no pueden obtenerlos por sus propios medios.

✓ Evacuación. Si se ordenara evacuar, los departamentos de policía y bomberos usarán múltiples medios de comunicación para informar a los residentes. Todos deben seguir las indicaciones sobre las rutas de evacuación que se deben usar. La sección de evacuación del plan debería describir cómo el vecindario puede ayudar a las autoridades en caso de evacuación.

PASO 5: PLANIFIQUE SU ENFOQUE

Anexos específicos sobre peligros. Los anexos específicos sobre peligros describen cómo el vecindario responderá en caso de incendios, terremotos, inundaciones y otras amenazas.

Carteles colgantes para puertas en caso de emergencia. Fairfax County creó carteles colgantes para puertas en caso de emergencia que se puedan usar para notificar a los vecinos y servicios de emergencia locales que usted necesita ayuda. Después de un desastre, cuelgue el cartel del lado de color verde si usted se encuentra bien. Si necesita ayuda, cuelgue el cartel del lado de color rojo.

Revise el plan con sus vecinos. Después de haber elaborado su plan, reúna a los otros miembros de la comunidad, pídeles su opinión respecto del plan y realice los cambios que fueran necesarios.

Haga circular el plan en los idiomas que comúnmente se hablan en el vecindario, ya sea por correo electrónico, o un sitio web del vecindario, u ofrézcase a leerlo o explicárselo a las personas que no pueden leer.

Celebre reuniones regularmente para analizar, revisar, practicar y actualizar su plan. Hágalo al menos una vez al año.



Reston



Apéndice E

5 PASOS PARA LA PREPARACIÓN DE LA COMUNIDAD: PLANTILLA PARA EL PLAN VECINAL EN CASO DE DESASTRE



Esta plantilla es para uso privado, no gubernamental. Fairfax County no tiene acceso, y no recopila, conserva ni revela ningún tipo de información ingresada en esta plantilla. Si completa este formulario electrónicamente, los datos ingresados durante la sesión actual no se guardarán en forma automática. Si debe interrumpir la elaboración de su plan, asegúrese de guardar su trabajo. Si necesita ayuda para completar este plan, comuníquese con la Oficina para el Manejo de Emergencias de Fairfax County Office llamando al +1-571-350-1000.

Plantilla para el Plan vecinal en caso de desastre

[Inserte el nombre del vecindario]

[Inserte el número de versión del plan]

[Inserte la fecha de la última revisión]

Instrucciones para la plantilla

El propósito de la plantilla para el Plan vecinal en caso de desastre es servir como marco para que los planificadores elaboren y perfeccionen un plan en caso de desastre para su vecindario. Este recurso útil indica [entre corchetes] dónde puede agregar información específica del vecindario.

Esta plantilla es una herramienta sencilla que puede usarse junto con los *5 Pasos para la Preparación vecinal*, que es un recurso sólido que incluye información detallada sobre el tipo de información que se debe incluir en un plan vecinal en caso de desastre.

Mantenimiento del plan

Mantenimiento y actualización del plan

[Redacted] es el responsable por el mantenimiento y la actualización del plan. El plan se actualizará anualmente y en respuesta a las lecciones aprendidas a partir de ejercicios o desastres reales.

Distribución del plan

Las copias impresas del plan inicial y de futuras actualizaciones se distribuirán a todas las residencias del área para la cual se elaboró el plan.

El plan también se publicará en el sitio web [Redacted].

Registro de modificaciones del plan

Los cambios introducidos en el plan se reflejan a continuación.

| Descripción del cambio | Número de página | Fecha del cambio | Firma autorizada |
|------------------------|------------------|------------------|------------------|
| [Redacted] | [Redacted] | [Redacted] | [Redacted] |
| [Redacted] | [Redacted] | [Redacted] | [Redacted] |
| [Redacted] | [Redacted] | [Redacted] | [Redacted] |
| [Redacted] | [Redacted] | [Redacted] | [Redacted] |
| [Redacted] | [Redacted] | [Redacted] | [Redacted] |

Reconocimientos

[Incluya información sobre las personas, agencias y organizaciones que participaron en la elaboración del plan vecinal en caso de desastre.]

Este plan fue elaborado por los miembros del [nombre del consejo vecinal u otro/s grupo/s]:

Las personas a continuación participaron en la elaboración del plan (incluya nombre y organización):

| | |
|----------------------|----------------------|
| <input type="text"/> | <input type="text"/> |
| <input type="text"/> | <input type="text"/> |
| <input type="text"/> | <input type="text"/> |

(Nombre)

(Organización)

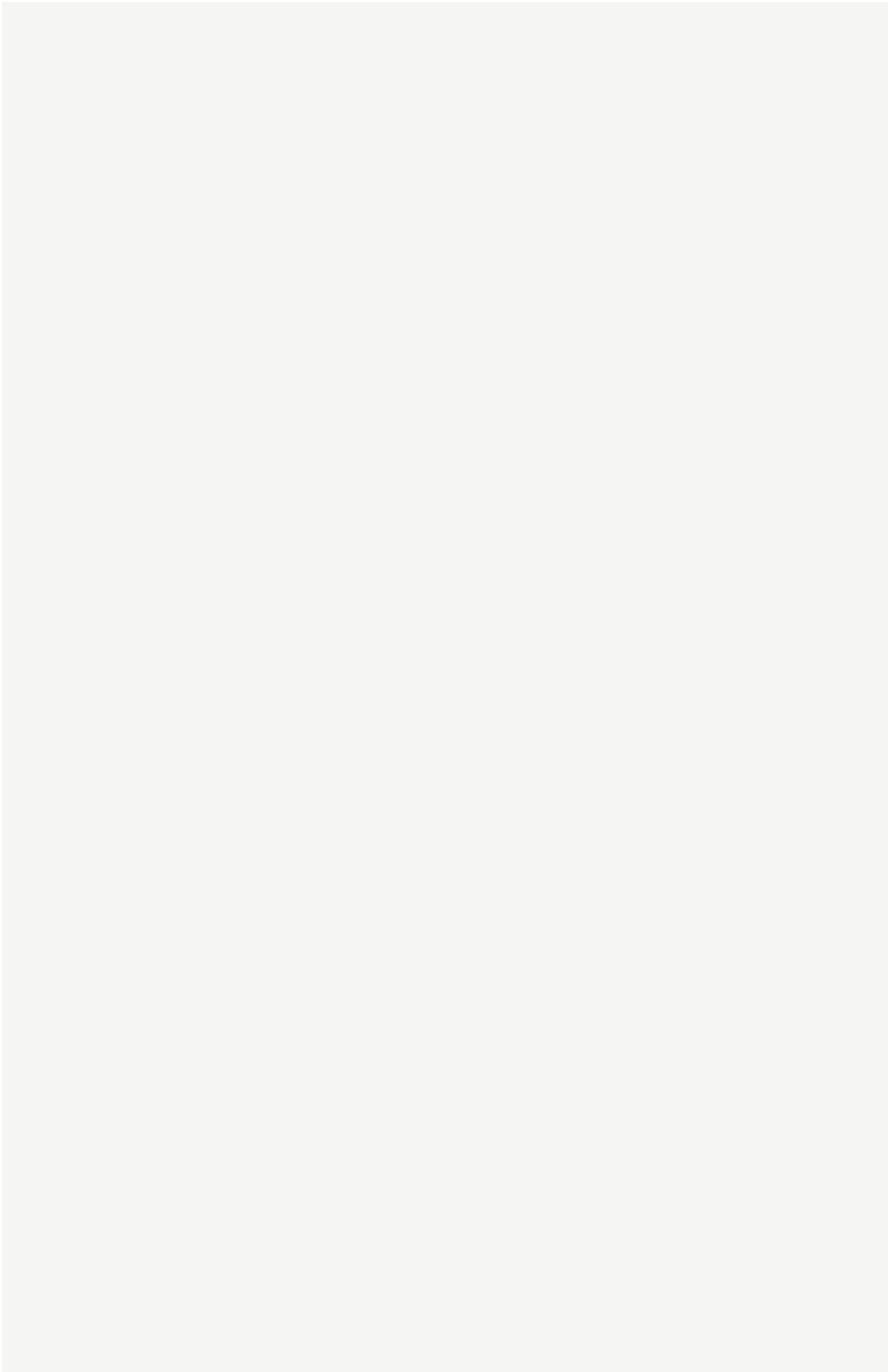
El plan se completó el:

(Mes, año)

(Firma del jefe o del equipo de elaboración del plan)

Índice

[Inserte el índice al finalizar el plan.]



1. Introducción

1.1 Antecedentes

Como miembros de la comunidad, reconocemos que prepararse para los desastres y los eventos catastróficos no es un lujo, sino una obligación. A menudo se dice que los desastres no son cuestión de “probabilidades”, sino de “certezas”.

[Inserte información acerca del área incluida en el plan, la Junta de Supervisión del distrito y las ubicaciones de la estación de bomberos, policía y hospital más próximas.]

1.2 Propósito

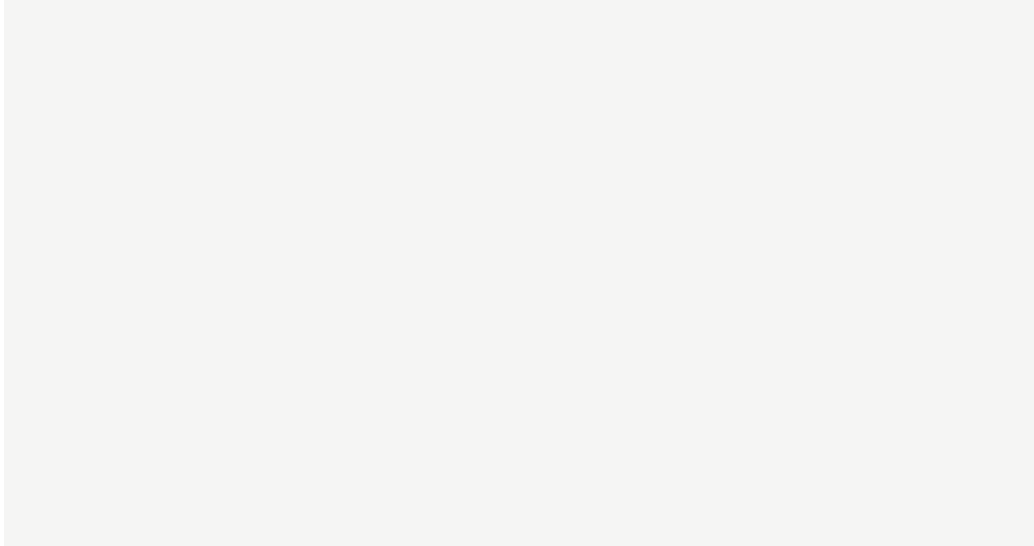
El principal propósito del plan es delinear las estrategias que los miembros de nuestro vecindario pueden adoptar para recibir apoyo en caso de un desastre. Significa cubrir desastres a gran escala, además de emergencias menores. El plan se basa en el reconocimiento de que las principales prioridades durante un desastre son uno mismo, la familia y los vecinos. Se asienta sobre la base del concepto de “un vecino ayuda a otro vecino” hasta que llegue la ayuda exterior. Esperamos que este plan dé un mecanismo para que nuestro vecindario se sostenga a sí mismo hasta recibir los servicios del Condado y el apoyo externo.

1.3 Cómo se elaboró el plan

[Discuta cómo se elaboró el plan (por ejemplo, a través de una serie de reuniones), cuándo se lo elaboró, quién lo elaboró (descripción general de quiénes trabajaron en él o nombres específicos) y quién lideró el proyecto.]

1.4 Acerca de nuestro vecindario

[Inserte información descriptiva específica sobre su vecindario, incluyendo su ubicación en Fairfax County, las direcciones generales o manzanas del área, los kilómetros cuadrados (las millas cuadradas), la fecha de fundación del vecindario, el número de casas incluidas en el plan, el número de personas que residen en el vecindario, su composición étnica y cultural, los idiomas que se hablan más comúnmente y cualquier centro comunitario o hito significativo.]



1.5 Organización del plan

Este plan está organizado en tres partes:

- ▶ Un **plan básico**, que identifica las amenazas y los riesgos del vecindario, los recursos vecinales y la estrategia de la comunidad para responder ante un desastre. El plan básico se aplica a todos los peligros.
- ▶ **Anexos funcionales** que detallan cómo se harán tareas específicas; por ejemplo, Comunicaciones o Búsqueda y Rescate.
- ▶ **Anexos específicos sobre catástrofes** que describen las respuestas a catástrofes específicas; por ejemplo, inundaciones o terremotos.

Dibuje un mapa

(Consulte las páginas 87 y 88 de la guía de *5 Pasos*)

[Agregue detalles al mapa de su zona que elaboró en el Paso 1 e incluya cosas como un lugar de reunión vecinal, área de triaje y demás información importante que se pueda visualizar fácilmente en el mapa.]

Paso 4 – Arme su equipo

(Consulte las páginas 89 a 92 de la guía de *5 Pasos*)

Con la lista de personas con experiencia y capacidades especiales que identificó en el Paso 1, u otros que puede haber identificado en el Paso 3 como Recursos del vecindario, arme equipos que puedan contribuir en la preparación de la comunidad en caso de un desastre y en cómo responder eficazmente si ocurre un desastre. Use el organigrama de la página 92 de la guía de *5 Pasos* para determinar quién podría desempeñar cada función indicada en el cuadro. Asegúrese de identificar suplentes en caso de que la/s persona/s principal/es no esté/n disponible/s.

Paso 5 – Planifique su enfoque

(Consulte las páginas 93 a 95 de la guía de *5 Pasos*)

[Detalle cómo responderá su vecindario. **Escriba la respuesta.**]

Acciones de respuesta familiar e individual ante un desastre. Converse sobre las responsabilidades de los individuos y las familias durante la respuesta ante un desastre. Asegúrese de enfatizar que la principal prioridad es garantizar la seguridad de las familias, las mascotas, los bienes y los vecindarios. Considere conversar sobre cuestiones tales como:

- ▶ La necesidad de controlar las condiciones inseguras; por ejemplo, las líneas de tensión caídas y las fugas de gas.
- ▶ El procedimiento para cerrar las válvulas de gas que no son automáticas (girando la válvula de modo que la “barra” quede perpendicular a la tubería de gas o colocando una pinza en el medidor de gas).
- ▶ La importancia de sintonizar la radio en las frecuencias para emergencias para así obtener información e instrucciones.
- ▶ La importancia de utilizar equipos de protección; por ejemplo, casco rígido o casco para bicicletas, calzado con puntera de acero u otro calzado resistente y guantes de cuero o resistentes.
- ▶ En un terremoto, las personas deben “tirarse al piso, cubrirse y esperar”. Los individuos que no puedan tirarse al piso deben cubrirse la cabeza y el cuello con los brazos.

Después de garantizar la propia seguridad, independientemente del tipo de incidente, las viviendas deben colocar un cartel que diga **Todos bien/Ayuda** en la puerta de entrada o ventana de modo que pueda verse fácilmente desde la acera o calle. El lado rojo indica que se necesita ayuda; el lado verde significa que todos están bien. Se debe usar únicamente después de un desastre cuando la ayuda del 911 no está disponible. Las familias deben cerrar las puertas, asegurar sus pertenencias y dirigirse al Lugar de reunión vecinal.

Respuesta del vecindario. Una vez que los vecinos están reunidos en el Lugar de reunión vecinal, la primera tarea es organizarse. Luego, se elegirá a un líder para dirigir todo el esfuerzo. Se elaborará un Plan de acción para ayudar a que los vecinos decidan qué hacer, cómo hacerlo y en qué tiempo hacerlo. Por último, los vecinos deben organizarse en equipos, con un líder de equipo por equipo. Cada equipo debe estar formado por 3 a 7 personas y un líder.

- ▶ [Enumere los sistemas de comunicación que planea usar. En el caso de radios, asegúrese de enumerar las frecuencias. Designe a una persona para que recoja todas las radios una vez concluidos los esfuerzos de respuesta.]
- ▶ [Prepare una ficha de notificación y procedimientos de “llamada de la próxima persona en la lista” tal como se muestra en el Anexo de notificaciones en las páginas siguientes. Debe haber una ficha “maestra” de notificación para garantizar que los líderes designados reciben la notificación; el capitán de cada manzana debe elaborar y mantener un cuadro de notificaciones para los residentes en su área. Es una buena idea incluir también las direcciones de correo electrónico.]
- ▶ [Elabore una lista de las capacidades necesarias para cada área de respuesta y designe a las personas para desempeñar tales funciones. Por ejemplo, el área de Triage y Tratamiento requerirá a personas que estén entrenadas en poder dar los primeros auxilios, y el Sitio de evacuación de animales necesitará a alguien que haga un control formal con documentación escrita y fotografías. Las funciones deben revisarse y confirmarse en cada reunión vecinal para adaptarse a las nuevas personas y mantenerlo preparado en caso de desastre.]

▶ [Enumere las ubicaciones clave:]

- Nuestro Lugar de reunión vecinal es: [Incluir principal y secundario]

- Nuestra Área de triaje es: [Incluir principal y secundario]

- [Enumere el personal clave. Incluya a los responsables y suplentes para cada puesto y la información de contacto para las 24 horas del día, los 7 días de la semana]:

- Nuestro Comandante del incidente es:

- Nuestros Capitanes de manzana son:

- Nuestro Líder en comunicaciones es:

- Nuestro Líder de cuidados generales es:

- Nuestro Líder de materiales y suministros es:

- Nuestro Líder de búsqueda y rescate es:

- Nuestro Líder de transporte es:

- ▶ [Determine qué Anexos de apoyo y planes para catástrofes específicas deben elaborarse y agregarse al plan básico en el futuro (consulte las páginas 94 y 95 de la guía de 5 Pasos)]
- ▶ [Describa cómo será el procedimiento para mantener su plan en su vecindario y documente las consideraciones especiales en el proceso de planificación. Incluya entrenamiento específico y recomendaciones de ejercicios (por ejemplo, tipos de entrenamiento/ejercicios, frecuencia, etc.)]
- ▶ [Describa la forma en que compartirá este plan (por ejemplo, distribución puerta a puerta, publicación en el sitio web, etc.)]

Anexos funcionales

[Estos anexos se centran en responsabilidades, tareas y acciones específicas. Una tarea de planificación temprana y muy importante es identificar las funciones que son de fundamental importancia para el éxito de la respuesta en caso de emergencia. Estas funciones centrales se convierten en los temas de los anexos separados.]

[Los planificadores deben asegurarse de abordar las preocupaciones específicas de ciertos segmentos de la población; por ejemplo, niños e individuos con necesidades funcionales y de acceso.]

[Incluya información que elaboró como parte de la sección de Póngalo por escrito del paso 5 de los 5 Pasos para la preparación vecinal. Considere funciones tales como Comunicaciones, Búsqueda y rescate, Cuidado de animales, y Triaje y Tratamiento. En las páginas a continuación, se incluyen modelos de los anexos funcionales; por ejemplo, los Anexos A.2 y A.3.]

A.1 Encuesta para vecinos

A.1.1 Resumen de los resultados de la encuesta

[Sintetice los resultados de la Encuesta para vecinos que se distribuyó entre los residentes del vecindario y, luego, se recopiló. Esta encuesta se incluye como Apéndice F de este documento.]

A.2 Anexo de notificaciones

A.2.1 Propósito

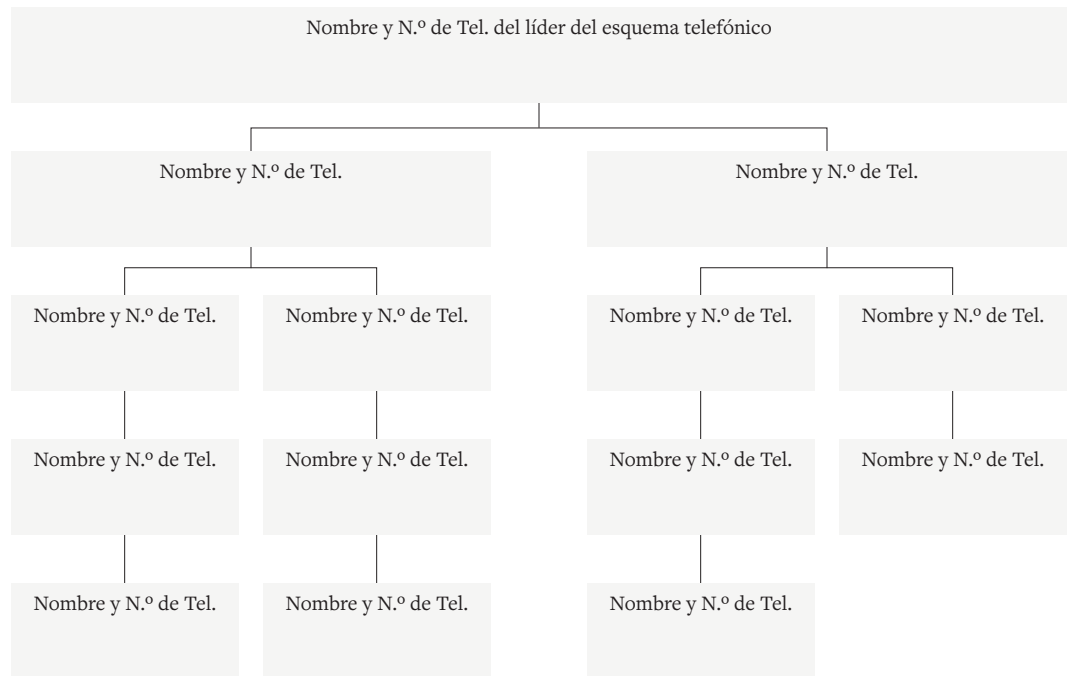
El propósito de este anexo es delinear los métodos que se usarán para informar a los miembros de la comunidad en relación con un desastre.

A.2.2 Procedimiento de notificación

[Detalle quién es responsable de contactar a quién, y el método principal y alternativo de contacto; por ejemplo, teléfono, radio o contacto puerta a puerta.]

Tenga en cuenta lo siguiente:

1. La persona al inicio de la lista comenzará el proceso de notificación. Puede resultar útil contar con una breve secuencia de toda la acción específica.
2. Pídale a la persona que tome lápiz y papel para anotar las indicaciones específicas.
3. Informe hechos respecto del evento.
4. Asegúrese de tener los números de teléfono alternativos y las frecuencias de radio, de modo que pueda contactar a la persona si salió de su casa/oficina.
5. Si nadie responde, deje un mensaje y, luego, use el método alternativo de contacto. Si aún no puede establecer contacto, comuníquese con la persona que sigue. Esto debería garantizar la recepción oportuna de la información por parte de todas las personas.
6. Confirme que se comunicarán con las próximas personas de la ficha.
7. Acuerde previamente con la última persona para que se comunique con la primera persona de la lista después de haber recibido el mensaje. La ÚLTIMA persona de la ficha de notificaciones debe COMUNICARSE CON LA PRIMERA persona para asegurarse de que se completó el circuito de notificaciones de la ficha y que el mensaje fue preciso.



Considere incluir una lista de números de teléfono y frecuencias de radio en este Anexo. Los números de teléfono deben actualizarse con regularidad. Las llamadas a la próxima persona en la lista también deben practicarse con regularidad.

A.3 Anexo de Búsqueda y rescate

A.3.1 Propósito

El propósito de este anexo es detallar los procedimientos que se seguirán después de haber determinado que existe la necesidad de hacer una misión de Búsqueda y rescate en el área luego de un desastre o una emergencia.

A.3.2 Procedimientos generales

En realidad, Búsqueda y rescate son dos actividades independientes. Durante la fase de Búsqueda, el equipo sistemáticamente inspecciona el área buscando víctimas. En la fase de Rescate, el equipo apunta a liberar a la víctimas del confinamiento.

Los objetivos de las actividades de Búsqueda y rescate incluyen:

- ▶ Mantener la seguridad del rescatista.
- ▶ Rescatar el mayor número de personas en el menor tiempo posible.
- ▶ Rescatar primero a las víctimas levemente atrapadas.

Si el vecindario tiene miembros entrenados en CERT, entonces los equipos de CERT serán los responsables de iniciar los procedimientos de Búsqueda y rescate y asignar los equipos a las áreas específicas.

Las estrategias clave y los temas incluyen:

- ▶ Designar la seguridad del rescatista como prioridad.
- ▶ Estar alerta a los peligros.
- ▶ Usar equipo de seguridad (cascos, gafas y calzado resistente).
- ▶ Nunca ingresar a una estructura inestable.

Luego de un desastre o durante una emergencia, el equipo CERT u otros líderes designados se reunirán en el Lugar de reunión vecinal y designarán los equipos de Búsqueda y rescate. Uno o dos miembros del Equipo de rescate animal en caso de desastre (DART) deben acompañar a cada equipo de Búsqueda y rescate para asegurarse de rescatar y cuidar a los animales. Considere asignar una persona en cada equipo de Búsqueda y rescate para asegurarse de que los formularios correspondientes estén completos y se documente la información importante.

Pasos simples para hacer una Búsqueda

- ▶ Verifique si hay tarjetas rojas o verdes colgadas en las puertas. Las tarjetas rojas indican que los residentes piden ayuda.
- ▶ Use la lista de “personas que necesitan ayuda” creada por el vecindario.
- ▶ Haga una evaluación inicial del daño para identificar las áreas de la catástrofe y priorizar las operaciones de Búsqueda y rescate. Los equipos de Búsqueda y rescate deben informar a las víctimas a medida que pasan evaluando los daños que regresarán y los rescatarán.
- ▶ Grite. Comience a gritar “Si puede escucharme, ¡salga!”
- ▶ Sea sistemático. Use un patrón de búsqueda para asegurarse de que se revisaron todas las áreas de un edificio. Por ejemplo, comience buscando en el piso inferior y suba, o vaya de derecha a izquierda por una casa.
- ▶ Escuche con atención. Deténgase frecuentemente y preste atención a voces o golpes.

- ▶ Vaya con un compañero. Trabajen en parejas; dos rescatistas pueden hacer una búsqueda más efectiva y segura en una estructura.
- ▶ Marque las áreas ya registradas. Dibuje una barra diagonal en la puerta o cerca de la misma, justo antes de entrar. Dibuje la barra opuesta (creando una "X") cuando se hayan retirado todos los ocupantes y se haya completado la búsqueda en esa área.
- ▶ Documente los resultados. Registre las víctimas retiradas y las víctimas que permanecen atrapadas.

Las operaciones efectivas de rescate tienen tres funciones: (1) crear un ambiente de rescate seguro, (2) separar y estabilizar a las víctimas, y (3) retirar a las víctimas a una zona de rescate más segura.

Pasos simples para hacer un rescate

- ▶ Reunir las herramientas y los equipos necesarios. Esto puede ser cualquier cosa que sea útil para mover escombros y objetos grandes.
- ▶ Retirar escombros y sacar objetos del camino. Usar guantes para protegerse las manos.
- ▶ Retirar a las víctimas. Algunas víctimas podrán moverse por sí solas cuando el camino esté liberado. Otras necesitarán ayuda.

Se deberán seguir los procedimientos a continuación en el caso de víctimas fatales.

- ▶ Las víctimas fatales en residencias desocupadas deben permanecer allí y se debe indicar el número de víctimas fatales y la ubicación en la entrada.
- ▶ Las víctimas fatales en residencias que seguirán estando ocupadas deben trasladarse a un área separada de la vivienda.
- ▶ Si fuera posible, las víctimas fatales deben envolverse con cubiertas de plástico (por ejemplo, telas para cubrir superficies cuando se pinta, lonas impermeabilizadas, etc.) y atarlas con una soga o cuerda.

Anexos sobre Incidentes y amenaza de catástrofes

[El contenido de los anexos destinados específicamente a los incidentes, catástrofes o amenazas se enfoca en las necesidades especiales de planificación generadas por la catástrofe en cuestión. Incluya información que elaboró como parte de la sección de Póngalo por escrito del paso 5 de los 5 *Pasos para la preparación vecinal*. Tenga en cuenta catástrofes tales como el corte del suministro eléctrico, incendios arrasadores, inundación, terremoto y cualquier otro peligro que amenaza a su comunidad.]

Apéndice F

5 PASOS PARA LA PREPARACIÓN VECINAL: ENCUESTA PARA VECINOS



Esta plantilla es para uso privado, no gubernamental. Fairfax County no tiene acceso, y no recopila, conserva ni revela ningún tipo de información ingresada en esta plantilla. Si completa este formulario electrónicamente, los datos ingresados durante la sesión actual no se guardarán en forma automática. Si debe interrumpir la elaboración de su plan, asegúrese de guardar su trabajo. Si necesita ayuda para completar este plan, comuníquese con la Oficina para el Manejo de Emergencias de Fairfax County Office llamando al +1-571-350-1000.

Nombre del vecindario:

Plan vecinal en caso de desastre

¿Realmente está preparado?

Qué tan preparados estamos en este momento, antes de que ocurra un desastre, determinará cómo serán nuestras vidas después de un desastre.

La Oficina para el Manejo de Emergencias de Fairfax County elaboró una plantilla para el plan vecinal en caso de desastre. Júntese con sus vecinos y redacten un plan vecinal. Complete la encuesta adjunta de modo que los líderes vecinales puedan saber cómo ayudar a su comunidad de la mejor manera posible en caso de un desastre.

Complete la encuesta antes del:

(Fecha)

Su vecino, , regresará a recogerla.

(Nombre)

La información dada será confidencial y se usará únicamente para elaborar un plan de emergencia y se consultará en caso de una emergencia real.

ENCUESTA PARA VECINOS

¿Realmente está preparado? Qué tan preparados estamos en este momento, antes de que ocurra un desastre, determinará cómo serán nuestras vidas después de un desastre.

¡Ayúdenos a elaborar un Plan vecinal en caso de desastre! Para completar el plan, necesitamos saber qué ayuda adicional usted podría necesitar en caso de un desastre y qué capacidades o suministros especiales usted tiene y nos podría ayudar. (El vecindario debe mantener toda información dada de modo confidencial y la usará solo para la planificación vecinal en caso de un desastre). Complete un formulario por casa, negocio u organización y regréselo al contacto de su vecindario. Esta información es voluntaria.

1. ¿Cuál es su nombre, teléfono, correo electrónico y dirección?

Nombre:

Teléfono celular:

Teléfono de casa (opcional):

Correo electrónico:

Dirección:

¿Cuál es el nombre y el número de teléfono de un contacto fuera del área de emergencia?

2. ¿Alguien de su vivienda necesita un traductor? Si es así, indique los idiomas.

Español

Coreano

Chino mandarín

Otro:

3. ¿Qué animales o mascotas tiene en esta dirección? ¿Cuántos?

Perros: Nombre/s:

Gatos: Nombre/s:

Aves: Nombre/s:

Otros: Nombre/s:

¿Los animales son amigables? Sí / No

4. ¿Alguna persona de su casa puede necesitar ayuda durante una emergencia; por ejemplo, personas con niños pequeños o personas con capacidad reducida o limitada o incapacidad para ver, leer, caminar, hablar, escuchar, aprender, recordar, entender o responder con rapidez?

5. ¿Alguna persona de su casa tiene alguna capacidad o algún entrenamiento especial (por ejemplo, experiencia o entrenamiento con Community Emergency Response Team, Red Cross; experiencia o entrenamiento militar, en seguridad pública, atención médica, primeros auxilios, electricidad, plomería, líneas telefónicas, empresas de gas o habla varios idiomas)? Si la respuesta es afirmativa, indique el tipo y clase de experiencia o entrenamiento.

6. ¿Tiene equipos o suministros que podamos usar en caso de un desastre? Si la respuesta es afirmativa, describa el tipo de equipo o suministro, la cantidad disponible, el número de personas para el cual dicho equipo puede usarse, conductores (si corresponde) e información de contacto durante las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Durante un desastre, solo puede tener segundos para tomar grandes decisiones. ¿Sabe con exactitud dónde están sus suministros? A continuación incluimos algunos suministros y materiales relacionados con los desastres:

Documentos

- Identificación: Licencias de conducir, certificados de nacimiento, pasaportes, tarjetas de seguro social e información de la cuenta bancaria, fotografías recientes de los familiares
- Documentos de seguros, préstamos, testamentos, fideicomisos, certificados
- Una lista de los familiares con información de contacto (número de línea, celular, del trabajo, dirección). Copie documentos importantes en una memoria USB y guárdela en un lugar seguro

Información médica

- Información del proveedor médico
- Medicamentos y cuándo debe tomarlos
- Al menos una provisión para siete días de los medicamentos recetados y, si fuera posible, copias de las recetas
- Si los medicamentos deben estar refrigerados o requieren un manejo especial, determine planes especiales (por ejemplo, compresas frías, hielera, mini refrigerador)

Kit de primeros auxilios

- Vendas, gasa, toallas húmedas, guantes de látex
- Alcohol isopropílico y peróxido de hidrógeno

Para bebés/niños

- Fórmula y biberones
- Pañales
- Medicamentos
- Artículos de higiene
- Juguete o libro familiar
- Asiento para el automóvil

Herramientas

- Batería, radio AM/FM con carga a manivela o energía solar
- Linterna con baterías adicionales
- Llave para cortar el gas

Suministros

- Efectivo, al menos entre USD 100 y USD 200 en billetes chicos por persona, si fuera posible
- Jabón, papel higiénico
- Cepillo de dientes/pasta dentífrica
- Bolsas de plástico para basura y para guardar elementos
- Dos juegos completos de ropa y zapatos por persona
- Mantas o bolsas de dormir para cada persona
- Juego adicional de llaves
- Productos femeninos

Agua y alimentos

- Agua: 3.8 litros (1 galón) por persona, por día, incluyendo bebés y niños (provisión para una semana y con etiquetas que indiquen la fecha de vencimiento).
- Alimento no perecedero que no requiere refrigeración, preparación/cocción, y poca o nada de agua.
- Alimento adicional (recuerde las necesidades alimentarias especiales).

Discapacidad o movilidad limitada

Si usted es una persona discapacitada, tiene discapacidad sensorial o cognitiva, o movilidad limitada, asegúrese de que su kit de emergencia incluya elementos específicos para sus necesidades y arme una lista con lo siguiente:

- Adaptadores o soportes y baterías adicionales
- Instrucciones sobre cómo operar cualquier equipo especial

Para mascotas/animales de servicio

- Tarjetas de identificación
- Alimento y agua adicional
- Artículos de limpieza
- Medicamentos
- Jaula de transporte (una por animal)
- Correa

CONSEJO: Según fuera necesario después de un desastre, cierre las llaves de paso del agua y el del gas. No corte el gas a menos que sienta olor a gas. Corte el gas girando la llave de paso hasta que la “barra” quede perpendicular a la tubería de gas. Deje una pinza conectada al medidor de gas y conozca la ubicación de las llaves de paso del agua.

Apéndice G

LISTA DE VERIFICACIÓN PARA EL KIT DE EMERGENCIA



LISTA DE VERIFICACIÓN PARA EL KIT DE EMERGENCIA DE FAIRFAX COUNTY

Arme un kit: cómo armar un kit de emergencia

- Arme varios kits: refugio en el lugar/bolso de emergencia/bolso para el vehículo/trabajo
- Al menos considere la cantidad suficiente para un suministro de tres días en caso de emergencia
- Haga copias de la documentación esencial de su familia: identificación, prueba de residencia, seguro, información médica y financiera
- Tenga los equipos electrónicos cargados y cargadores de repuesto disponibles para los artefactos electrónicos
- Revise y haga un mantenimiento de su kit cada 6 meses

Artículos para su kit básico de emergencia

- Agua/alimentos enlatados/abridor de latas/bocadillos
- Productos de higiene personal
- Bolsas para basura/guantes/herramientas
- Radio del clima a batería/baterías
- Mantas
- Kit de primeros auxilios/máscara de protección
- Medicamentos/anteojos/lentes de contacto
- Mochila
- Documentos familiares importantes
- Lista de contactos familiares
- Mapa del área circundante
- Cargador de artefactos solares
- Linterna
- Mapa del área circundante
- Papel/bolígrafo
- Pañuelos descartables/toallas antibacteriales/desinfectante de mano

Bebés/niños pequeños

- Fórmula/biberones/chupetes
- Alimentos/bocadillos/alimento para bebés
- Utensilios/tazón/taza para sorber
- Pañales/toallas húmedas/crema para pañales
- Medicamentos
- Ropa/medias/mantas
- Actividades/juguetes
- Portabebés/cochecito para niños

Niños en edad preescolar/escolar

- Leche/jugo/alimentos/bocadillos/alimento para bebés
- Utensilios/tazón/taza para sorber
- Medicamentos
- Ropa/medias/mantas
- Juguetes/peluches/libros/juegos

Individuos con necesidades especiales

- Tecnología de apoyo/Instrucciones
- Equipo médico de respaldo
- Información de salud/medicamento
- Información del encargado del cuidado

Mascotas y animales de servicio

- Etiquetas/correas/transportadores
- Medicamento/registros del veterinario/información de contacto del veterinario
- Fotografías de la mascota
- Agua/alimento/bocadillos
- Juguetes/mantas

Kit para el vehículo

- Artículos del kit básico para emergencias
- Cables de puente/herramientas/linterna
- Bengalas/espátula para raspar hielo
- Cargador para automóvil
- Mapas/kit de primeros auxilios
- Poncho/manta/calentadores para manos