

Terremotos

¿Qué es un Terremoto?

- Sacudida natural de la superficie de la tierra.
- Causado por el movimiento de las placas tectónicas.
- Puede variar de leve a severo.

Durante un Terremoto:

- **Interior:** Busca refugio bajo una mesa resistente o marco de puerta.
- **Exterior:** Aléjate de edificios y árboles.

Lugares Seguros en Casa:

- Debajo de una mesa resistente.
- Junto a una pared interior.
- Cerca de una puerta resistente (si estás afuera).
- Lejos de ventanas.



Practica 'Agacharse, Cubrirse y Sostenerse':

1. Agáchate al suelo.
2. Cúbrete bajo un objeto resistente.
3. Sosténte hasta que el temblor se detenga.



Números de Teléfono de Emergencia:

- **Emergencia General:** 911
- **Bomberos:** 115
- **Policía Nacional:** 809-682-2151
- **Centro de Operaciones de Emergencias (COE):** 809-472-0909

¡Mantente Preparado, Mantente Seguro!

Recuerda revisar esta guía regularmente y practicar tus planes de emergencia con familia y amigos.

Información de Contacto de IDRASTICC

Ilustraciones de Preparación para Emergencias: Julia Bakay

Edición: © 2024

Coordinador de Proyecto: Persis Ramírez

Correo electrónico: idrasticc@gmail.com



YY4C es una iniciativa codirigida por el UNDP y el Ministerio de Medio Ambiente de Italia.

GUÍA DE PREPARACIÓN PARA EMERGENCIAS

Para Niños



Aumento de la conciencia sobre el riesgo de desastres a través de la capacitación estratégica en comunidades costeras (IDRASTICC)

¡Bienvenidos a la Guía de Preparación para Emergencias!

1

Inundaciones y Tormentas

2

Incendios



ANTES

PREPARACIÓN PARA INUNDACIONES Y TORMENTAS



Mantente atento/a a las noticias y actualizaciones de las autoridades.



Empaca una bolsa pequeña con ropa, comida, una linterna y documentos importantes.



Conversa con tu familia sobre donde ir en caso de evacuación.

PREPARACIÓN PARA INCENDIOS Y HUMO



Identifica un lugar seguro al aire libre.



Practica gatear bajo el humo.



Practica ¡Detente, Tírate y Rueda!

PREPARACIÓN PARA TERREMOTOS



Practica "Agáchate, Cúbrete y Agárrate."



Busca lugares seguros para refugiarte y ayuda a los adultos si es necesario.



Conversa con tu familia como preparar un kit de emergencia.

Esta guía está diseñada para ayudarte a mantenerte seguro y preparado ante situaciones inesperadas como **inundaciones, tormentas, incendios o terremotos.**

En el interior, encontrarás:

- Información importante sobre varios tipos de emergencias.
- Consejos prácticos para antes, durante y después de cada tipo de emergencia.
- Cómo identificar peligros y protegerte a ti mismo y a tu familia.

Recuerda, ¡la preparación es la clave para mantenerse seguro! ¡Vamos a empezar a aprender y a prepararnos juntos!

Definiciones:

- **Tormentas:** Fenómenos atmosféricos con fuertes lluvias, truenos, relámpagos y vientos fuertes.
- **Huracanes:** Súper tormentas con vientos extremadamente fuertes y gran cantidad de lluvia.
- **Inundaciones:** Desbordamiento de agua debido a fuertes lluvias, a menudo después de tormentas y huracanes.

Preparación para Inundaciones y Tormentas:

1. Desarrollar un plan de emergencia.
2. Crear un kit de emergencia.
3. Identificar rutas seguras de evacuación.

Lista de Verificación del Kit de Emergencia:

- Agua (1 galón por persona por día, para 3 días)
- Alimentos no perecederos
- Linterna y pilas extra
- Radio portátil
- Botiquín de primeros auxilios
- Mantas
- Documentos importantes (en una bolsa impermeable)
- Artículos de higiene personal
- Herramientas multiusos

¡Recuerda revisar y actualizar tu kit anualmente!

DURANTE



Sal de la casa rápidamente, y para evitar el humo mantente cerca del suelo.



Cuando ya estes fuera, no vuelvas a entrar.



Llama al 911 o grita: ¡Ayuda! ¡Auxilio! si no puedes salir.

DESPUÉS



Mantente alejado de casa hasta que los bomberos o las autoridades digan que es seguro.



Habla con un adulto si estás asustado/A o triste.



Colabora y muestra gratitud a los equipos de emergencia por su orientación y ayuda.

Consejos de Seguridad contra Incendios:

- No jugar con fuego o cerca de estufas.
- Apagar velas y cigarrillos correctamente.
- Mantener objetos inflamables lejos de fuentes de calor.
- Conocer tus rutas de escape.

Alarmas de Incendio:

- Aprende dónde están en tu hogar.
- Responde inmediatamente al sonido.
- Sal rápidamente si escuchas una alarma.

Si tu Ropa se Prende Fuego:

- Recuerda: ¡Detente, Cae y Rueda!
- Detente de moverte
- Cae al suelo
- Rueda para sofocar las llamas
- Cubre tu cara con tus manos
- Pide ayuda inmediatamente después