

# UN PASO ADELANTE

## ANTE UNA EMERGENCIA

Anticipa. *Prepara.* Responde. *Recupera.*



[manejodeemergencias.pr.gov](http://manejodeemergencias.pr.gov)



NEGOCIADO PARA EL MANEJO DE  
EMERGENCIAS Y ADMINISTRACIÓN  
DE DESASTRES

**NMEAD**

GOBIERNO DE PUERTO RICO

# ¿Qué debe de incluir en su plan de emergencia familiar?

- ☐ Agua potable: un galón por día por persona para 10 días
- ☐ Alimentos no perecederos: para mínimo 10 días por persona
- ☐ Dinero en efectivo
- ☐ Linterna y radio de baterías
- ☐ Baterías y baterías solares
- ☐ Botiquín de primeros auxilios
- ☐ Números de emergencia
- ☐ Fórmula para bebés y pañales
- ☐ Carga los celulares y tenga cargadores portátiles
- ☐ Abrelatas (si el kit contiene alimentos enlatados)
- ☐ Conozca si su zona es inundable

**Tenga suministros para por lo menos 10 días para cada persona.**



## Plan de Primeros Auxilios

- ☐ Medicamentos recetados y no recetados
- ☐ Silbato para pedir ayuda
- ☐ Números de emergencia
- ☐ Prepare lo necesario para las máquinas de terapia que necesitan electricidad
- ☐ Si tiene que desalojar su casa, lleve su mochila de emergencia



## Almacene Agua

- ☐ Un galón de agua por persona, por día, para un mínimo de 10 días
- ☐ 10 galones para propósitos sanitarios
- ☐ Almacene agua en envases de cristal o de plástico
- ☐ Utilice un gotero y una taza de medir para añadir cloro, se recomienda de 1 a 4 gotas por litro, dependiendo del estado del agua. Después de agregar el cloro, espere media hora antes de tomarla.
- ☐ También, puede hervir el agua para purificarla



## Proteja Sus Mascotas

- ☐ Prepare su mochila de emergencias
- ☐ Alimentos, medicamentos
- ☐ Correa y/o collares por si los tiene que amarrar
- ☐ No los deje solos en la casa durante la emergencia
- ☐ Tenga cerca su "kennel" o jaula en caso de que tenga que acudir a un refugio
- ☐ Expediente de vacunas (copias)



## Inundaciones

- ☐ Si en pasadas tormentas han ocurrido inundaciones en su área, desaloje a tiempo
- ☐ Busque el mapa de zonas inundables de su área en su municipio



## Almacene Combustible

- ☐ Guárdelo en un lugar fresco, ventilado y oscuro
- ☐ No utilice la técnica de aspirar la gasolina para extraerla de tu vehículo
- ☐ Asegúrese de que el envase sea el recomendado
- ☐ Asegúrese que tenga cierre que lo selle completamente
- ☐ No agite el recipiente cuando haya depositado gasolina
- ☐ No fume cerca
- ☐ Tenga un extintor a la mano



## Generadores Eléctricos

- ☐ Presupuesto: Escoja el tamaño del generador según las áreas que quieres energizar y así tendrá el precio correcto
- ☐ Combustible (hay 4 tipos): gasolina, diésel, gas propano o combustible dual
- ☐ Busque un perito electricista para instalarlo, así evitará poner en riesgo su vida y propiedad
- ☐ Sitúelo en un espacio abierto (no en marquesina), los gases tóxicos causan daños
- ☐ Dele mantenimiento según las instrucciones del manual
- ☐ Tenga reservas para cambio de aceite y filtro (no todos usan los mismos)
- ☐ Tenga un extintor a la mano



## Prepare una Mochila de Emergencias

- ☐ Merienda y agua
- ☐ Una o dos mudas de ropa
- ☐ Sus identificaciones y tarjetas de seguros médicos, copia de documentos importantes
- ☐ Cargadores para sus celulares (portátiles o solares)
- ☐ Linterna, "flashlights" y radio de baterías o solares
- ☐ Baterías
- ☐ Artículos de aseo personal



## Almacene Alimentos

- ☐ Alimentos no perecederos para por lo menos 10 días por persona
- ☐ Leche de caja o en polvo
- ☐ Cereales, barras de proteína, galletas de soda, comida enlatada, mantequilla de maní
- ☐ Comida y fórmula de bebé
- ☐ Comida para tu mascota
- ☐ Abridor de lata manual



## Guarde Dinero en Efectivo

- ☐ Cambie en billetes de distintas denominaciones. Algunos de \$20, \$10, \$5 y \$1
- ☐ Guárdelos en un lugar seguro, compárte con otro familiar en dónde están
- ☐ Colóquelos en una bolsa plástica para protegerlos del agua
- ☐ Si tiene que desalojar su casa lleve parte en la mochila de emergencia y parte con usted



## Cuando las Telecomunicaciones Fallan

- ☐ Debe mantener la calma
- ☐ Si tiene teléfono de línea, conéctelo
- ☐ Asegúrese de tener cargadores portátiles para su celular
- ☐ Tenga a la mano un silbato en caso de que quede atrapado
- ☐ Identifique un punto de encuentro, en un lugar medio, para sus familiares
- ☐ Identifique a una persona fuera de Puerto Rico para que sirva de enlace



## Prepare Su Casa

- ☐ Ventanas: deben estar fijas con tornillos de 3" a 4" de largo y que no falle ninguno. Debe cerrar herméticamente
- ☐ Mantenga desagües del techo, patio y alcantarillas libres de basura u hojas
- ☐ Equipos: en el techo o en los alrededores asegúrelos o ancla al piso
- ☐ Casa de madera: techo, las paredes, piso y cimientos deben estar unidos por anclajes de metal
- ☐ Habitación segura: busque un área con pocas ventanas, como pasillos y baños para proteger a su familia, lleve algunos suministros
- ☐ Techo: si es de madera y zinc y no está bien construido, amárrelo con cables tensores, anclándolos a columnas o pisos de hormigón o enterrándolos a tres pies de profundidad
- ☐ Tormenteras (hay varios tipos): madera, paneles plásticos o de aluminio, tormentera tipo acordeón y tormentera enrollable



## Almacenamiento de Información Digital

Guarda digitalmente todos los documentos importantes para protegerlos.

- ☐ Personales: licencia, pasaporte, tarjeta seguro médico, tarjeta seguro social, certificados de nacimiento
- ☐ Hogar: escrituras, póliza de seguro del hogar (toma fotos de la casa antes del huracán)
- ☐ Auto: licencia del auto, seguro de auto
- ☐ Puede ponerlos en un dispositivo de almacenamiento de datos (USB), en un disco externo, subirlos al "iCloud" o tomarles fotos y enviárselos por correo electrónico



## Derrumbes

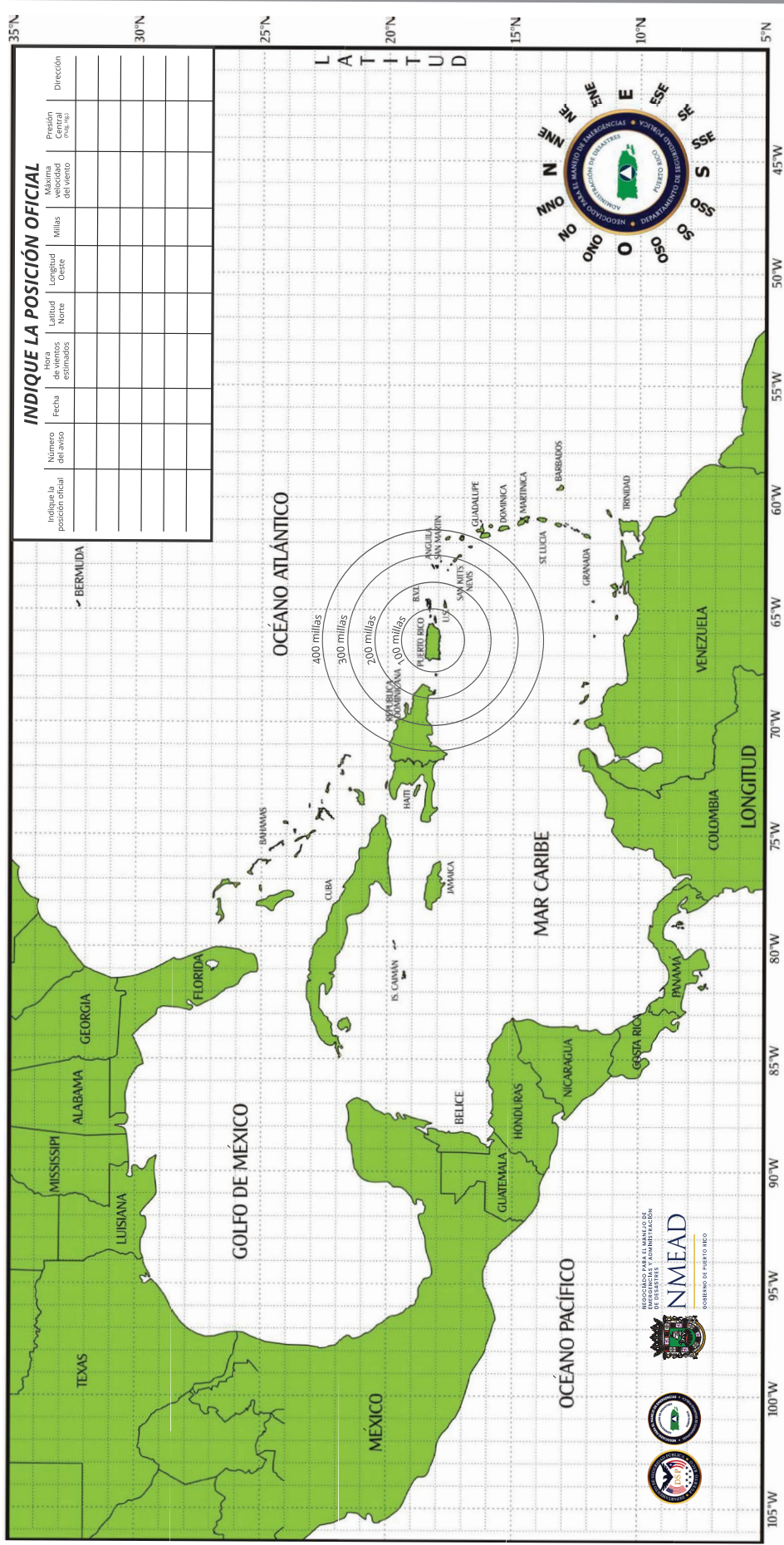
- ☐ Si ocurren derrumbes, manténgase alejado del área. Puede haber peligro de que se produzcan más
- ☐ Si en pasadas tormentas han ocurrido derrumbes en su área, desaloje
- ☐ Identifique personas heridas o atrapadas cerca del derrumbe, sin entrar directamente en el área
- ☐ Informe a los oficiales locales pertinentes sobre personas atrapadas o heridas, sobre líneas rotas de electricidad, caminos y vías dañadas



## Medicamentos

- ☐ Vaya a la farmacia y asegúrese de tener todos sus medicamentos
- ☐ Todo envase de medicamento que la tapa sea de roscas, tapas a presión o goteros que están contaminados deben ser eliminados
- ☐ La insulina pierde su potencia según la temperatura y el tiempo. Debe conservarla tan fría como sea posible lejos del calor directo y evitar que se congele
- ☐ Si usa máquinas que le ayude a vivir o al funcionamiento de órganos vitales, comuníquese con el proveedor del equipo para saber cómo mantenerlo conectado a un generador eléctrico

# MAPA OFICIAL TRAYECTORIA DE HURACANES



## ¿Qué hacer **antes** de un huracán?

---

- ☐ Identifique un lugar seguro que sirva como punto de encuentro en caso que la familia haya tenido que separarse.
- ☐ Prepare una mochila de emergencia con alimentos enlatados y artículos de primera necesidad.
- ☐ Despeje los alrededores de su hogar para evitar que objetos livianos se conviertan en proyectiles.
- ☐ Identifique los refugios disponibles cerca de su hogar.
- ☐ Asegure su mascota, prepare su mochila de emergencia, almacene sus alimentos y medicamentos. Comuníquese con su veterinario para que le facilite una lista de hospedajes disponibles.
- ☐ Corrija aquellos daños estructurales que sean necesarios.
- ☐ Determine los árboles y arbustos a ser podados para evitar el contacto de líneas eléctricas y telefónicas.
- ☐ Documentos personales: Debe digitalizarlos o tener copias físicas protegidas en un sobre o bolsa plástica.
- ☐ Mantenga una provisión de alimentos no perecederos para un periodo mínimo de 10 días.

## ¿Qué hacer **durante** un huracán?

---

- ☐ Conserve la calma y mantenga informado a sus familiares.
- ☐ Continúe escuchando la radio para obtener información o instrucciones acerca de la trayectoria del huracán.
- ☐ Desconecte todos sus aparatos eléctricos y el interruptor de energía eléctrica.
- ☐ Cierre las llaves de gas y agua.
- ☐ Manténgase alejado de puertas y ventanas.
- ☐ No encienda velas, use linternas.
- ☐ Si el viento abre una puerta o ventana, no avance hacia ella de forma frontal.
- ☐ No salga hasta que las autoridades indiquen que es seguro salir.

## ¿Qué hacer **después** de un huracán?

---

- ☐ Sintonicé la radio o sus noticias locales para obtener la información actualizada.
- ☐ Manténgase alerta en caso de lluvias prolongadas y posibles inundaciones aunque haya pasado la emergencia o evento.
- ☐ En caso de que usted y su familia queden separados, usen su plan familiar de emergencia.
- ☐ Conduzca solo si es necesario, evite los caminos y puentes inundados.
- ☐ Inspeccione si su vivienda sufrió daños. Tome fotografías de los daños, para su reclamación al seguro.
- ☐ Evite beber o preparar alimentos con agua del grifo hasta que esté seguro de no estar contaminada.
- ☐ Utilice el teléfono solo para llamadas de emergencia.
- ☐ Nunca use un generador dentro de la casa, garaje, sótano o áreas similares.
- ☐ Si no puede regresar a su hogar, localice el refugio más cercano.
- ☐ Use ropa protectora y tenga cuidado al limpiar escombros para evitar lesiones.

## Antes de un terremoto ¿Cómo podemos prepararnos?

---

- Reúna a las personas que comparten día a día junto a usted, como familiares, compañeros de trabajo y estudios. Practique simulacros, haga un plan de desalojo e identifique puntos de encuentro.
- Haga una lista y anote los números de los lugares en donde su familia pasa más tiempo: el trabajo, el cuido y la escuela.
- Identifique un contacto, preferiblemente fuera de Puerto Rico, para que sirva de enlace. Puede que sea más fácil hacer llamadas de larga distancia que llamadas locales.
- Asegúrese de que cada miembro de su familia conozca cuál es el contacto y el número de teléfono de emergencia seleccionado.
- Programe su teléfono móvil para que se desbloquee en caso de emergencia y acceda a los contactos de emergencia asignados.
- Asegúrese de decirle a sus familiares y amigos si les ha anotado como contactos de emergencia.
- Prepare tu mochila de emergencia. Una para cada miembro de la familia (es recomendable que tenga varias, en lugares diferentes como en su casa, en el trabajo y en el auto y que te permitan sobrevivir por un mínimo de 3 días).

## ¿Qué hacer *durante* un terremoto?

---

- Mantenga la **CALMA**.
- **AGÁCHESE** en el suelo.
- **CÚBRASE** debajo de muebles fuertes como un escritorio, mesa sin tope de cristal, o cualquier otro mueble fuerte en áreas pequeñas de la casa que no tengan cosas que puedan romperse o caer y hacerle daño. Si no hay ninguno a su alrededor, acérquese a una pared interior cerca de columnas y cubra su cabeza y cuello con sus brazos y manos.
- **SUJÉTESE** al mueble, proteja su cabeza y cuello hasta que pare de temblar.
- **Manténgase** alejado de ventanas de cristal, lámparas, espejos, tablillas, televisores, abanicos de techo, archivos de oficina, objetos pesados que estén en gabinetes de cocina o muebles pesados.

## ¿Qué hacer *después* de un terremoto?

---

- Salga de su lugar seguro cuando no sienta más movimiento.
- Si el movimiento es tan fuerte que no puede mantenerse de pie (que dure más de 20 segundos), debe estar pendiente a:
  - Si el evento ocurrió cerca de las costas o profundidades del mar
  - Si el evento fue un sismo de magnitud 7.1 local o más, o si se emite un aviso de tsunami
  - Si vive cerca de la costa y el mar se retira, estos son indicativos de que se está generando un tsunami y debe trasladarse a un lugar alto y seguro
- Active el plan de emergencias establecido.
- Esté atento a las alarmas de tsunami.
- No toque ningún tendido eléctrico en el suelo.
- No se acerque a áreas propensas a derrumbes.
- Aléjese de la costa y vaya al lugar más alto posible.
- Cierre las llaves de utilidades como gas y agua.
- Apague el interruptor ("main breaker") del servicio eléctrico.

# TSUNAMI

## ¿Qué es un tsunami?

Un tsunami o maremoto es un disturbio en la columna de agua generada por un terremoto, deslizamiento submarino o aéreo o el impacto de un cuerpo celeste. Esto genera a su vez una serie de olas a las que se denomina tsunami. Durante un tsunami el océano muestra un comportamiento inusual como, por ejemplo, se retira o eleva rápidamente o se escucha un ruido fuerte como un avión en altura baja. Un terremoto de larga duración (más de 20 segundos) y/o de magnitud 7.1 local o más tiene la capacidad de generar un tsunami.

## ¿Qué ocurre *durante* un tsunami?

Se pueden observar las señales naturales antes descritas (el mar se retira, se escucha un ruido fuerte como un avión en altura baja, desborde de ríos y/o quebradas). Las autoridades emiten alertas de tsunami mediante la activación del Sistema de Alerta de Emergencias (EAS por sus siglas en inglés) a través de la televisión, radio y celular (WEA), por salvavidas en la playa, sirenas fijas de la comunidad (activadas generalmente por las Oficinas Municipales de Manejo de Emergencias), activación de radios NOAA, páginas de internet de los Centros de Alerta de Tsunamis, Red Sísmica de Puerto Rico y del Servicio Nacional de Meteorología, entre otros.

## ¿Qué hacer *durante* un tsunami?

- ☐ Si está en la costa y nota alguna de las alertas naturales antes descritas o recibe una alerta oficial, aléjese de la costa inmediatamente caminando y buscando altura.
- ☐ Si vive cerca de la costa, establezca el punto alto más cercano a donde dirigirse con su familia y luego diríjase a los lugares de asamblea designados en los mapas de desalojo por tsunami.
- ☐ Utilice las rutas de desalojo designadas en los mapas de desalojo por tsunami. Es importante salir del área marcada en amarillo lo antes posible y dirigirse hacia el área verde delimitada en los mapas.
- ☐ Si se encuentra en un lugar seguro, permanezca ahí.
- ☐ Trasládese caminando; no conduzca. Mantenga las carreteras despejadas para vehículos de emergencia.
- ☐ Sintone los medios de comunicación para que reciba la información de las autoridades locales sobre cambios en avisos de tsunami.
- ☐ Manténgase lejos de la costa o áreas llanas hasta que oficiales locales digan que es seguro regresar.



Los fondos utilizados para costear el presente material educativo fueron otorgados por el Departamento de Seguridad Pública de los Estados Unidos (DHS), bajo el Emergency Performance Grant Program (EMN-2024-EP-000).



NEGOCIADO PARA EL MANEJO DE EMERGENCIAS Y ADMINISTRACIÓN DE DESASTRES  
**NMEAD**  
GOBIERNO DE PUERTO RICO