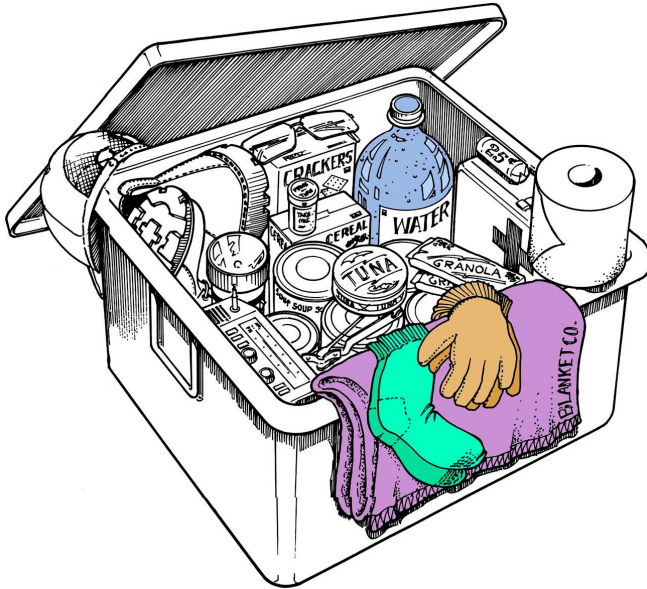


Guardar provisiones para emergencias

Lo más probable es que dependa de las provisiones disponibles en su casa al menos durante los tres primeros días tras un desastre de gran magnitud.

Guarde estos artículos en algo portátil y fácil de llevar, como un envase de plástico con tapa hermética. En caso de incendio o una evacuación rápida, agradecerá no tener sólo la ropa que lleva puesta.



El contenedor tendrá que ser resistente a la humedad, los insectos y a algunos golpes a causa del terremoto. Si tiene una familia numerosa, es más fácil llevar varios envases pequeños que uno grande.

Coloque los artículos en bolsas de plástico para protegerlos contra la condensación, que genera moho y óxido. Las bolsas en las que vienen los periódicos son una buena opción y después se pueden usar para tirar los desechos.

Coloque estos artículos lo más cerca posible de la salida principal de su vivienda. Quizás tenga que encontrarlos en la oscuridad o después de la convulsión de un terremoto.



Agua

Tenga provisiones de agua para al menos tres días para cada persona que vive en su casa. Las botellas de gaseosa de dos litros son muy útiles. Es decir, se necesitan seis botellas de dos litros por persona. (Consulte las páginas 6 - 7 para obtener más información sobre guardar provisiones de agua para emergencias).

Alimentos

Guarde provisiones de alimentos no perecederos para al menos tres días. Elija alimentos que no necesiten refrigeración ni cocción, y poco o nada de agua.

- Carnes, frutas y verduras enlatadas
- Jugos y sopas en caja
- Alimentos muy energéticos: mantequilla de maní, barras de granola, mezcla de frutos secos,
- Alimentos "reconfortantes": galletitas, caramelos duros, etc.

Artículos de primeros auxilios

- Artículos de primeros auxilios
- Vendas adhesivas esterilizadas de 4"
- Gasas esterilizadas de 4" x 4"
- Rollos de vendas de gasa de 4"
- Vendas triangulares grandes
- Vendas en mariposa
- Cinta adhesiva
- Tijeras y pinzas
- Toallitas húmedas
- Jabón en barra
- Guantes de látex
- Aspirinas y calmantes sin aspirina
- Antiácidos
- Medicina para la diarrea
- Repelente de insectos
- Peróxido de hidrógeno para desinfectar heridas
- Pomada antibiótica para curar heridas
- Protector solar
- Imperdibles
- Aguja e hilo
- Bolsas de plástico
- Almohadillas sanitarias
- Compresas frías instantáneas
- Navaja
- Materiales para entablillar



Use un tubo para rollo de película para guardar un par extra de guantes de látex en la guantera del auto



Herramientas y provisiones

- Vasos y platos de papel y utensilios de plástico
- Radio AM de baterías
- Baterías adicionales
- Linterna
- Abrelatas no eléctrico
- Extintor ABC
- Silbato
- Papel higiénico y toallitas
- Jabón líquido
- Artículos femeninos
- Rollos de cinta adhesiva plástica y plateada para sellar roturas



Artículos especiales

- Anteojos adicionales
- Medicamentos recetados
- Pañales, alimento y fórmula para bebés
- Una foto de la familia
- Juegos y libros
- Copias de pólizas de seguros
- Números de cuentas bancarias
- Inventario de objetos de valor
- Documentos de la familia
- Solución para lentes de contacto
- Adhesivo para dentadura postiza

Vestimenta y ropa de cama

- Una muda completa de ropa
- Frazadas o bolsas de dormir
- Mantas ignífugas de emergencia
- Calzado resistente
- Medias abrigadas
- Gorro y guantes

Prepararse para un desastre es un objetivo a largo plazo. Para que esta tarea se pueda cumplir, elija sólo dos o tres artículos que comprará por mes.

Mes 1 – Artículos a comprar

Artículo 1 _____

Artículo 2 _____

Mes 2

Artículo 1 _____

Artículo 2 _____

Mes 3

Artículo 1 _____

Artículo 2 _____

Mes 4

Artículo 1 _____

Artículo 2 _____

Mes 5

Artículo 1 _____

Artículo 2 _____

Mes 6

Artículo 1 _____

Artículo 2 _____

Planee cambiar los artículos en su equipo todos los años. ¡Esto incluye asegurarse de que la ropa que haya guardado todavía le sirva!

