



# KIT DE SUMINISTROS PARA DESASTRES

Seis Areas Básicas Para Almancenar

# KIT DE SUMINISTROS PARA DESASTRES

Esta guía está diseñada para ayudarlo en situaciones en las que debe evacuar su hogar debido a un desastre / emergencia o cuando decide refugiarse en su hogar o en un lugar cercano.

Hay seis áreas básicas que debe almacenar para su casa:



Agua



Comida



Primeros Auxilios



Ropa y ropa de cama



Herramientas y Suministros de Emergencia



Artículos Necesidades Especiales

Guarde en un contenedor o bolsa fácil de llevar los artículos que probablemente necesitará durante una evacuación .

## Lista de Verificación de Artículos

Incluya un cuaderno y esta guía de planificación en su kit de emergencia con la siguiente información:

- ✓ Información de contacto de familiares y amigos
- ✓ Número de trabajadores de mantenimiento
- ✓ Una lista oficial de números de emergencia
- ✓ Instrucción detallada para protocolos de emergencia para la casa, incluido cómo apagar los servicios
- ✓ Información médica, incluido el teléfono del doctor familiar, información del proveedor de servicio, tipo de sangre, alergias, condiciones médicas y medicinas y dosis.
- ✓ Papeleo educacional como el Plan Individualizado Educativo (IEP) o Plan 504, Plan de comportamiento, si aplica, y otros documentos importantes relacionados al estudiante con discapacidad.
- ✓ Tome una foto de todos los documentos y súbala a un folder electrónico en internet: Google Drive, Drop Box, Etc.

**\*\*No se confíe si tiene esta información en un aparato electrónico - ya que estos requieren electricidad y esta puede no estar disponible.**

# Agua



**A**LMACENE agua en contenedores. Evite los que pueden quebrarse, como ser, vasos de vidrio o galones plásticos de leche. Una persona activa debe consumir alrededor de dos galones de agua al día. Ambientes calientes y actividad física pueden duplicar este monto. Niños, madres dando de mamar, y personas enfermas pueden necesitar más agua. Si su área experimenta el desastre directamente, su familia necesitara más

agua por aproximadamente una semana hasta que los oficiales de emergencia puedan ayudarle o la electricidad sea restaurada.

Conserve suministros de agua para un mínimo de una semana. Se calcula por persona dos cuartos para beber y dos cuartos para preparación de comidas e higiene. Cambie el agua almacenada cada seis meses para que se mantenga fresca. Si compra agua embotellada manténgala en el empaque sellado de acuerdo a la fecha indicada para su uso.



## Comida

**A**LMACENE alimentos no-perecederos para un mínimo de 3 a 7 días. Elija comidas que no requieren refrigeración (si no hay electricidad), de preparación o cocinado fácil con poca o sin agua. Si debe calentar comida, empaque una lata de combustible y fósforos. Guárdelos en una bolsa a prueba de agua. Seleccione alimentos compactos y livianos, si es posible. Incluya una selección de lo siguiente en su kit de suministros:

- Comida enlatada lista para consumirse
- Vegetales enlatados
- Frutas enlatadas y deshidratadas. Semillas. Recuerde limitar su consumo de azúcar, cafeína, alcohol, y otras comidas no saludables.



## Esenciales

- Radio operada a baterías y baterías adicionales
- Linternas y más baterías
- Llaves adicionales
- No lleve velas ya que está comprobado que pueden causar más desastres después del desastre mayor.

## Kit de Primeros Auxilios

P

ONGA un kit de primeros auxilios para su casa y cada vehículo. Este debe incluir lo siguiente:

- Bandas adhesivas estériles de diferentes tamaños
- Pasadores de seguridad de diferentes tamaños
- Agente de limpieza/jabón
- Guantes de latex (2 pares)
- Protector solar
- 2-inch Gazas esterilizadas (entre 4 – 6)
- 4-inch Gazas esterilizadas (entre 4 – 6)
- Vendas triangulares (al menos 3)
- 2-inch vendajes estériles (el menos 3 rollos)
- 3-inch vendajes estériles (al menos 3 rollos)
- Tijeras
- Cinta Adhesiva
- Pinzas
- Agujas
- Toallitas húmedas
- Antisépticos
- Alcohol para frotar
- Termómetro
- Depresor lingual (2)
- Lubricante
- Par adicional de lentes o gafas



## Necesidades Médicas

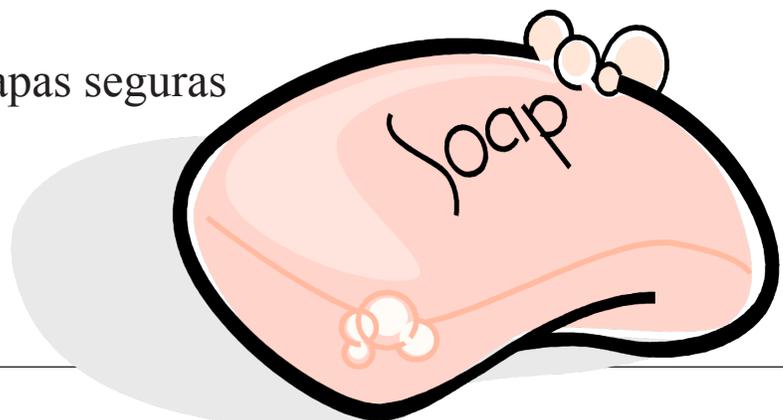
- Medicinas para el corazón y la presión alta
- Insulina y hielo para refrigerar
- Medicinas por prescripción
- Suministros dentales
- Lentes de contacto y suministros

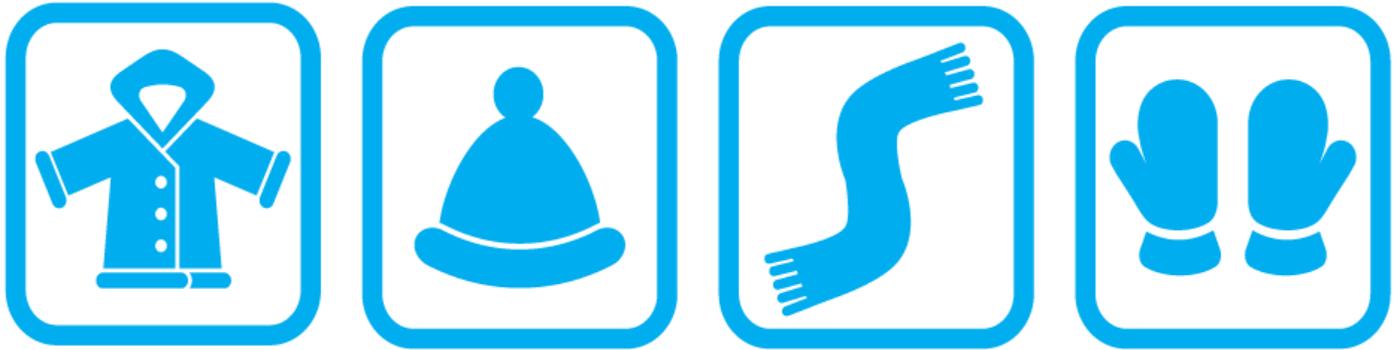
## Medicinas sin Prescripción

- Calmantes con y sin aspirina
- Medicina para evitar diarrea
- Antiácidos (para problemas del estómago)
- Jarabe para inducir vómito en caso de envenenamiento (si es recomendado por el Poison Control Center, 1-800-222-1222)
- Laxante
- Activated charcoal (para uso si es recomendado por el Poison Control Center)

## Higiene

- Papel de baño, toallitas, papel toalla
- Jabón, detergente líquido
- Suministros de higiene femenina
- Suministros de higiene personal
- Bolsas plásticas de basura, lazos (para usos higiénicos personales)
- Contenedores plásticos con tapas seguras
- Desinfectantes
- Cloro blanqueador
- Pañuelos faciales





## Ropa y Ropa de Cama

- Por lo menos un cambio completo de ropa y un par de zapatos por persona
- Zapatos resistentes o botas de trabajo
- Ropa de lluvia
- Mantas o bolsas para dormir
- Sombreros y guantes
- Gafas de sol

## Herramientas y Suministros

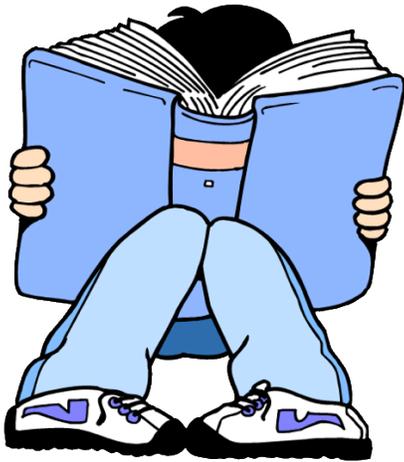
- Vasos y platos de papel y utensilios plásticos
- Efectivo y tarjetas de crédito
- Abridor de latas no eléctrico y cuchillos de cocina
- Alicates, destornillador, martillo, palanca, clavos surtidos, tornillos para madera
- Llave de cierre, para apagar el gas y el agua del hogar.
- Cinta, como cinta adhesiva
- Brújula
- Fósforos en un recipiente impermeable.
- Papel de aluminio

- Contenedores de plástico
- Señales de Bengala
- Papel, lápiz, bolígrafos.
- Agujas, hilo
- Vertidor de Medicina
- Etiquetas adhesivas
- Gafas protectoras
- Guantes de trabajo pesado
- Silbato
- Cuerda pesada de algodón o cáñamo
- Kit de parche y lata de sello al vacío
- Suministros de entretenimiento
- Mascarillas desechables contra el polvo
- Láminas de plástico

## Para El Bebé

- Fórmula o leche en polvo -
- Pañales y toallitas húmedas -
- Botellas -
- Leche o comida de bebé -
- Medicinas -



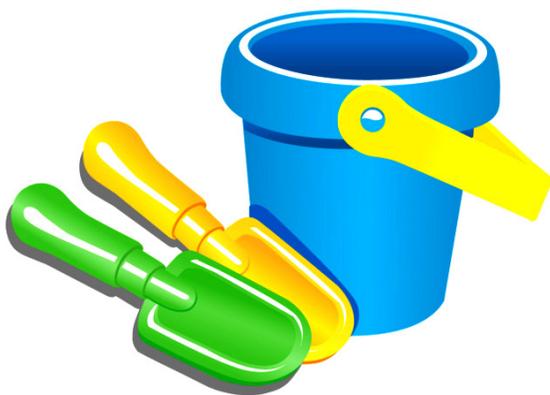


## Entretención

- Juegos y libros
- Juguetes que no necesitan baterías
- Peluches o mantas favoritas

**Otros suministros para desastres:** Combine estos con sus otros suministros como sea necesario y almacénelos en un lugar de fácil acceso.

- Lista de información de emergencia / otras listas
- Linterna pequeña
- Medicación extra
- Copias de prescripciones médicas
- Par de gafas extra
- Audífonos
- Protector solar



## Suministros para el Carro

- Varias mantas o cobertores
- Cables de electricidad e instrucciones
- Pieza de tela roja para usar como bandera
- Teléfono celular

## Artículos de Necesidades Especiales

### Documentos Familiares Importantes

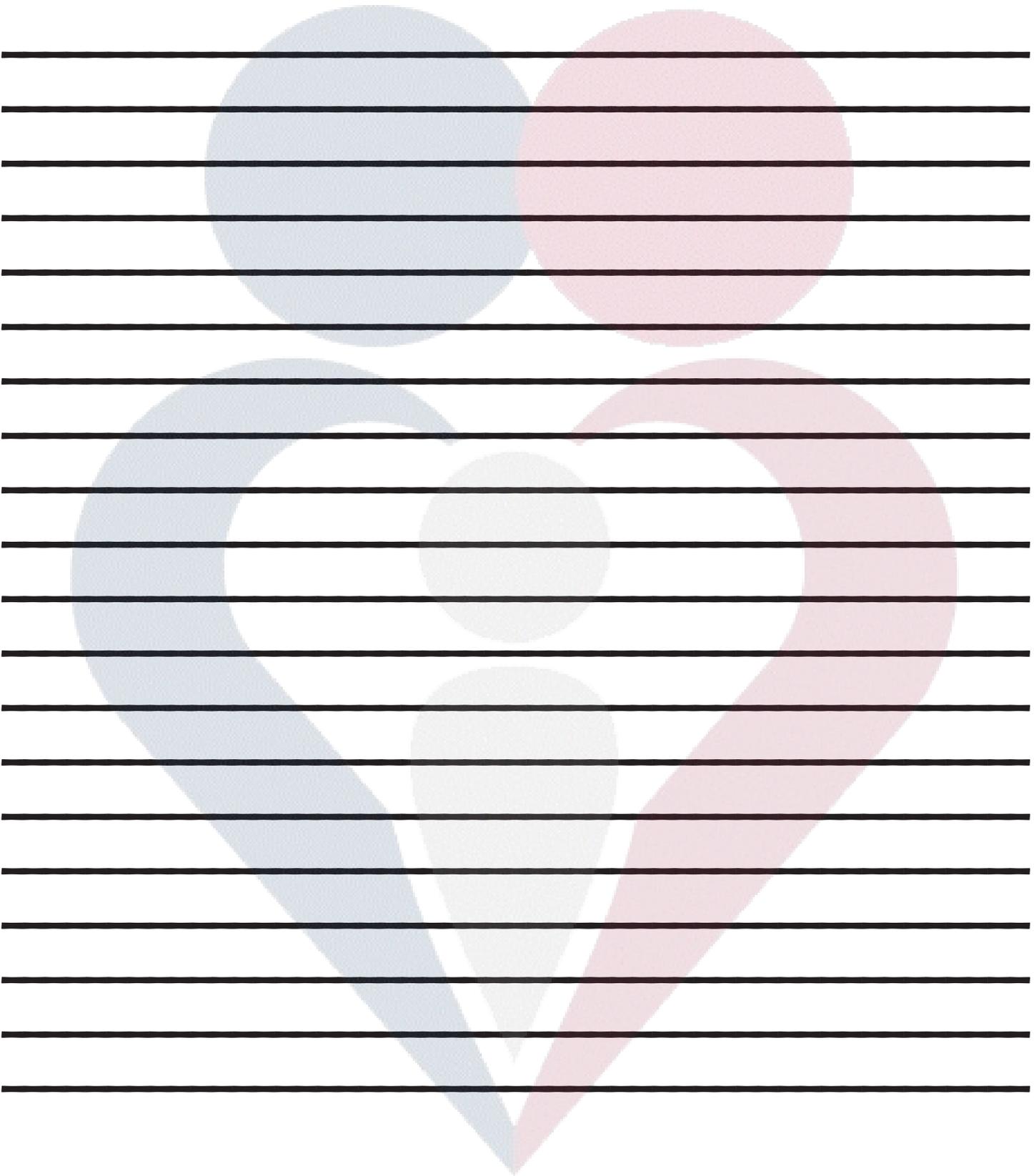
- Copia de su testamento, pólizas de seguros, contratos, escrituras, acciones y bonos
- Copia de pasaportes, tarjetas de seguro social, registros de vacunación.
- Registro de cuentas de crédito.
- Registro de números de cuentas bancarias, nombres y números de teléfono
- Inventario de bienes valiosos del hogar, números de teléfono importantes.
- Registros familiares (nacimiento, matrimonio, certificados de defunción)
- Copia de la carta de adjudicación del seguro social.
- Lista de estilos y números de serie de dispositivos médicos, como marcapasos
- Seguro médico y tarjetas de Medicare / Medicaid.

### Suministros para las mascotas/ Animales de servicios y perros guía

- |                               |  |
|-------------------------------|--|
| • Comida                      | • Medicinas                            |
| • Agua extra                  | • Vacunaciones y records médicos       |
| • Correa/arnés                | • Transportador o Jaula (1 por animal) |
| • Collar                      |  |
| • Etiquetas de Identificación |  |



# NOTAS:





**Family Network on Disabilities (FND)** fue fundada el 1985 por un grupo de padres de hijos con discapacidad que se unieron para apoyo mutuo y para compartir información. **FND** es una organización de base para personas con discapacidades y sus familias, centrada en la familia y dirigida por la familia.

**Family Network on Disabilities** es una red nacional para individuos de todas las edades que pueden estar en riesgo, tener discapacidades o necesidades especiales, así como para sus familias, profesionales y ciudadanos interesados. La misión de **FND** es esforzarse por lograr integración e igualdad completa de las personas con discapacidades en una sociedad sin barreras. Brinda servicios desde el nacimiento hasta los 26 años a personas con toda la gama de discapacidades descritas en la sección 602(3) de IDEA. FND es una organización de padres como se define en 671(a)(2) de IDEA 2004.

## INFORMACION DE CONTACTO

 @FamilyNetworkonDisabilities

 @FND\_USA

 (727) 523-1130 / (800) 825-5736

Todos los materiales fueron creados en colaboración con Julie M Shaw, CEO de Disability Solutions Firm