



Cómo Armar Un Equipo De Suministros Para Desastres

UPDATED: 02/2014

Un equipo de suministros para desastres para su hogar o para una evacuación debe incluir objetos de seis áreas básicas: (1) agua, (2) alimentos, (3) medicamentos e insumos de primeros auxilios, (4) vestimenta y ropa de cama, (5) herramientas y suministros de emergencia, y (6) documentos importantes de la familia. Necesitará un equipo de suministros si debe quedar confinado en su casa. También es útil si debe ser evacuado hacia un lugar que no sea un refugio bien aprovisionado o si no está seguro acerca de los suministros del refugio.

Consejos para armar su equipo

- Guarde los objetos sueltos en bolsas de plástico herméticas.
- Junte los objetos de los niños en recipientes de fácil transporte o petates. Coloque el equipo al alcance de la salida que más utiliza.
- Controle y actualice su equipo y las necesidades de la familia al menos una vez por año.

Consejos para el suministro de agua y alimentos

- Una persona con actividad normal necesita beber al menos dos cuartos de galón de agua a diario. El calor y la actividad intensa pueden duplicar esta cantidad. Los niños, las madres lactantes y las personas con necesidades especiales pueden requerir beber más.
- La preparación y condición de salubridad de los alimentos requieren otros dos cuartos de galón (como mínimo) por persona diariamente.
- El agua embotellada que usted compra sellada es la mejor para almacenar. Cumple con las pautas de la FDA para alimentos, no es tan vulnerable a los cambios de temperatura como el agua sin sellar y no tiene fecha de caducidad. (Algunas botellas tienen fechas de caducidad, pero esto es sólo para el control de inventario.) Si, por alguna razón, debe desinfectar el agua, utilice blanqueador sin perfume en una proporción de 8 gotas por galón, casi 1/8 cucharadita, y deje reposar la mezcla 30 minutos antes de utilizarla.
- Elija los alimentos compactos y livianos que no requieren refrigeración, cocina o preparación y alimentos que utilicen poca agua o que no requieran agua.
- Lavarse las manos con agua y jabón es extremadamente importante. Sin embargo, en caso de que no haya agua para lavarse las manos, puede usar un limpiador de manos en base a alcohol.

El DOH recomienda por lo menos un suministro de tres días de alimentos y el agua en su equipo, que incluya:

- Un galón de agua por persona por día
- Carnes, frutas y verduras enlatadas listas para comer
- Productos básicos (sal, azúcar, pimienta, condimentos, etc.)
- Leche en polvo y jugos enlatados

- Aperitivos de alto contenido energético y alimentos reconfortantes/antiestrés
- Alimentos para niños y personas con necesidades especiales
- Pedialyte (para rehidratar si fuera necesario)
- Estuches con utensilios de cocina o tazas, platos de papel y utensilios de plástico y
- Abridor de latas no eléctrico, navaja multiusos

Para las herramientas y los suministros de emergencia el DOH recomienda:

- Dinero en efectivo o cheques de viajero, monedas
- Mapa del área para ubicar refugios
- Radio y linterna a batería y baterías de repuesto
- Extintor de fuego
- Alicates y llave inglesa para cerrar las llaves de agua y/o gas
- Brújula, luces de bengala, silbato y una carpa tubular
- Láminas de plástico, recipientes para almacenar y balde con tapa ajustada
- Bolsas de plástico para la basura y lazos para cumplir con las condiciones de salubridad
- Cinta (adhesiva de tela, adhesiva protectora)
- Velas y fósforos en un recipiente a prueba de agua
- Papel, lápiz
- Agujas, hilo
- Gotero para medicamentos
- Rollo de aluminio
- Papel higiénico, toallitas húmedas y toallas
- Jabón, detergente líquido, desinfectante y blanqueador de uso doméstico a base de cloro sin perfume
- Suministros para la higiene femenina y personal
- Suministros para niños pequeños (pañales, mamaderas y chupetes)

Para la vestimenta y la ropa de cama el DOH recomienda:

- Al menos una muda completa de ropa y zapatos por persona
- Zapatos resistentes, botas de trabajo, sombreros y guantes
- Cobijas o bolsas de dormir y almohadas
- Equipo para la lluvia

El DOH recomienda tener equipos de primeros auxilios para su hogar y sus automóviles, que incluyan:

- Un suministro de los medicamentos vitales de cada persona para tres días
- Los medicamentos recetados en su envase original (frascos)
- Cintas adhesivas estériles de diferentes tamaños
- Parches de gasa estériles de 2 pulgadas y 4 pulgadas (4–6)
- Rollos de venda estéril de 2 pulgadas y 3 pulgadas (3 rollos)
- Vendajes triangulares (3)

- Guantes de látex (al menos 2 pares)
- Agente limpiador, jabón y toallitas húmedas
- Pomada antiséptica y antibiótica
- Vaselina u otro lubricante
- Imperdibles de diferentes tamaños
- Tijeras, pinzas, jeringa y termómetro
- Bajalenguas (2)
- Medicamentos no recetados
- Aspirina o analgésicos sin aspirina
- Medicamentos para la diarrea, antiácidos y laxantes
- Jarabe de Ipecacuana (utilizar para inducir el vómito si lo indica el Centro de Control de Intoxicaciones)
- Carbón vegetal activado (utilizar si lo indica el Centro de Control de Intoxicaciones)
- Protector solar
- Repelente de mosquitos, con DEET cuando corresponda
- Un par adicional de anteojos recetados, lentes para el sol y/o lentes de contacto
- Audífonos y baterías
- Artículos personales requeridos para realizar las funciones diarias básicas

El DOH recomienda conservar copias de los siguientes documentos importantes de la familia en un recipiente portátil a prueba de agua dentro de los equipos:

- Pólizas de seguro
- Contratos y escrituras
- Títulos y acciones
- Tarjetas del Seguro Social y pasaportes
- Registros de inmunizaciones y recetas
- Números de cuentas bancarias
- Números de cuenta de tarjetas de crédito y nombres y números de teléfono de la compañía
- Inventario de los electrodomésticos valiosos
- Registros familiares (nacimiento, matrimonio, certificados de defunción) y testamentos
- Fotografías actuales de los miembros de la familia

Para más información, favor de comunicarse con el departamento de salud del condado local o visite www.floridahealth.gov o www.floridadisaster.org.