

*Ciudad de Sonoma*

**S. C. O. P. E.**

**Ciudadanos de Sonoma  
Organizados y Preparados  
para Emergencias**

# **S.C.O.P.E.**

## **CIUDADANOS DE SONOMA ORGANIZADOS Y PREPARADOS PARA EMERGENCIAS**



Las siguientes páginas introducen los siete pasos para desarrollar en su vecindario un equipo de SCOPE y proveer apoyo continuo.

Para fomentar este esfuerzo, la ciudad de Sonoma:

- Proveerá formas de censo para identificar las unidades familiares en su vecindario.
- Proveerá direcciones para los miembros del equipo SCOPE.
- Proveerá sesiones de entrenamiento para los líderes del equipo SCOPE.
- Asistirá las juntas de su equipo SCOPE cuando lo sea requerido.

# **Las Sesiones de Entrenamiento por los Líderes de SCOPE**

- **Organización**
- **Técnicas de supresión de Fuego**
- **Primeros Auxilios Básicos**
- **Provisiones para Desastres**
- **Control de Utilidades**

## Los Siete Pasos

Defina la envergadura de su vecindario

- Incluya diez o veinte hogares
- Si HOA, (Homeowner Association/Asociación de Propietarios de Vivienda) segmenta en grupos manejables

Construir el equipo de liderazgo para su vecindario

- Enliste dos a tres personas
- Los líderes deben ser
  - Capaces
  - Hábiles para responder rápidamente a situaciones que cambien
  - Creativos y
  - Comprometidos

Tome un censo de los residentes en su vecindario

- Usa la forma de censo incluido
- Conoce sus habilidades especiales
- Conoce sus necesidades

Aumenta la información sobre los hogares individuales

- Registra ubicaciones de gas, agua y suministros eléctricos
- Entender las operaciones manuales de una puerta de garaje
- Anotar peligros de fuego específicos:
  - Techos de madera y
  - Ubicaciones de plantas inflamables
- Anotar disponibilidad de herramientas especiales para emergencias

Identificar un lugar para juntarse si es necesario e identificar las posibles rutas de escape

- Escoger un lugar central para juntarse cuando una emergencia ocurra
- Defina rutas de escape alternativas para evacuación dependiendo de la situación

Hagan una fecha para hacer una reunión con los residentes. (SVFRA Estación de Bomberos 1 está disponible para juntas con reservaciones.)

- Introducir los líderes del equipo
- Revisar los resultados de los encuestas
- Discutir el lugar central de reunión y rutas de escape
- Discutir las acciones del equipo cuando una emergencia ocurre
- Discutir comunicaciones y transportación a lugares centrales de medicina
- Distribuir la lista de artículos, guías de consulta de emergencia y los pasos de preparación para el hogar

Esfuerzo continuo

- Actualizar la información del censo para nuevos residentes en su vecindario
- Revisar el censo cada cuatro meses para cambios en los residentes, en sus necesidades y capacidades
- Revisar su lugar de reunión y sus rutas de escape planeado para cada cuatro meses
- Informar residentes sobre los cambios, si hay alguno

**FORMA DE CENSO DEL EQUIPO SCOPE**

DIRECCIÓN \_\_\_\_\_

TELÉFONO \_\_\_\_\_ TELÉFONO CELULAR \_\_\_\_\_

Familia individual \_\_\_\_\_ Apartamentos \_\_\_\_\_ Alberca/Lago \_\_\_\_\_

¿Estás capacitado para abrir la puerta del estacionamiento manualmente? \_\_\_\_\_

RESIDENTES

MOVILIDAD

NECESIDADES CRÍTICAS

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

MASCOTAS \_\_\_\_\_

HABILIDADES Y CONOCIMIENTOS (Médicos, comunicación, comercio, otros)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

EQUIPO ESPECIAL (generador, celular, cierra, barra de palanca, otro)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

UBICACIÓN DE LLAVE O CONDUCTO DE CIERRE DE:

ELECTRICIDAD \_\_\_\_\_

AGUA \_\_\_\_\_ GAS \_\_\_\_\_

¿Hay alguna llave para cerrar el medidor de gas? Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

PELIGROS DE INCENDIO ESPECÍFICOS (techos de madera, vegetación inflamable, sustancias tóxicas o inflamables guardadas en la casa o en el estacionamiento, otro.)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

CONTACTO(S) DE EMERGENCIA (Nombre, teléfono, dirección)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

OTRA INFORMACIÓN CORRESPONDIENTE \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# NOTAS DE ENTRENAMIENTO DE EL LÍDER SCOPE

1. Resumen de Líder SCOPE
  - a. Diagrama –uno para cada residencia- llamar si hay algún error
    - Número de casa
    - Número de residentes
    - Número de teléfono, número de celulares
    - Ubicaciones de llave de cierre de luz, agua y gas.
    - Lugar de reunión cuando una emergencia ocurra
    - Área de tratamiento más cercana
  - b. Formas de censo
    - Guardas por el líder
    - Contactos de emergencia no publicados en el diagrama
2. Revisar las formas de censo en enero, mayo, septiembre. Llamar para actualizar el diagrama.
- 3 Recordatorio: Reclutamiento es un proceso continuo. Animar a los vecinos a asistir a las reuniones de grupo.

## RESUMEN DE LÍDER SCOPE

*En su reunión de equipo usted resumirá la información de la **Guía de Preparación de Emergencias**, proporcionando un diagrama a cada casa, contestando las preguntas de los residentes y determinando si les gustaría tener un miembro del Departamento de Bomberos acompañándole en un recorrido-alrededor de su vecindario.*

ENFATICE LO SIGUIENTE A SUS RESIDENTES:

1. Conozca el lugar de su reunión
2. Conozca qué área de tratamiento está más cerca de su ubicación para obtener ayuda médica
3. Conozca dónde están sus válvulas versátiles de (gas, electricidad y agua) dónde están situadas y cómo apagarlas. Advertir a los residentes de NO apagar el gas al menos que haya una fuga confirmada (olor a gas). Si lo hace, la compañía de gas tiene que venir para prenderlo.
4. Conozca cómo abrir su puerta de estacionamiento si hay un apagón. Si no puede levantar la puerta manualmente, favor de avisar a su líder de SCOPE para que la ayuda pueda ser proporcionada.
5. Conozca su ruta(s) de evacuación
6. Cuando una emergencia suceda, vaya al lugar de reunión definido para pasar lista. Si un residente(s) no está presente, algunos miembros de su equipo de SCOPE irán a checarlos.
7. *Saque los coches de los estacionamientos y estacionelos en la dirección que usted ha determinado que será la mejor ruta de escape que dependerá de la situación de emergencia*

*RECORDATORIO: Revise y actualice su censo cada enero, mayo y septiembre. Llame para actualizar su diagrama.*

# Apagado de Utilidad (Cuándo y Cómo)

Un terremoto mayor romperá tubos de gas, líneas eléctricas y tubos de agua. Todo esto puede causar problemas mayores. Uno de los resultados más devastadores de un terremoto es un incendio de gas. Las tuberías de agua rotas pueden causar daños a su casa. Las chispas de las líneas eléctricas pueden causar incendios.

Localice su suministro de gas, agua y utilidades eléctricas. Asegúrese de que su gas, electricidad y válvulas de agua no estén oxidados ni remachados. Enseñe a todos los miembros de la familia cómo apagar todas las utilidades y cuándo hacerlo.

Muestre a sus vecinos dónde se encuentran sus medidores y haga arreglos con ellos para apagar sus utilidades si usted no está en casa. Sepa donde se encuentran las válvulas de cierre en las casas de sus vecinos también.

## Gas

- Deposite una llave inglesa ajustable o una herramienta especial al medidor de gas para que usted no pierda tiempo para encontrarla enseguida de un terremoto.
- Después de un desastre mayor, apague el gas inmediatamente **sólo si huele a gas y/o si nota un consumo grande de gas en el medidor.**
- Recuerde, si el gas ha sido apagado, no lo prenda de nuevo. Sólo un plomero con licencia o PG&E pueden prenderlo sin peligro, una vez que ha sido apagado.



# Cómo Apagar el Agua de Su Casa

¿Sabe cómo apagar el agua de su casa en caso de una emergencia? La información debajo le guiará a situar y apagar su agua utilizando la "válvula de la casa".

## Situando la válvula de su casa...

La válvula de su casa típicamente está situada por fuera de su casa. Puede estar en frente, al lado o en el patio de atrás.

Busque un grifo para manguera (exterior) junto a su casa con un tubo que sube del suelo (Vea Foto 1).

Situado en ese tubo entre el suelo y el grifo o llave para manguera está una válvula.

Esta es la válvula de la casa.

Típicamente, la válvula de la casa tendrá una rueda o una manija recta para dar vuelta.

## Operando la válvula de su casa...

La válvula de su casa puede ser de uno o de dos tipos: una válvula de puerta (Vea Foto 2) o una válvula de bola (Vea Foto 3).

Las válvulas de puertas son operadas girando la rueda a la derecha hasta que el agua esté apagada.

Las válvulas de pelota o perilla son operadas girando la manija un cuarto de vuelta a la derecha hasta que el agua esté apagada.

Para verificar que el agua está apagada, de vuelta a la llave próximo a la válvula de la casa.

Conforme apaga la válvula de la casa, el agua de la llave debe parar.

Para tener el agua de regreso, gire la válvula de puerta a la izquierda o gire la válvula de pelota un cuarto de vuelta a la izquierda.



**Foto 1**

Un grifo para manguera y tubos



**Foto 2**

Una válvula de puerta



**Foto 3**

Una válvula de bola

## Cómo Apagar Su Electricidad



Es importante saber dónde están situados todos los paneles eléctricos de su casa y cómo apagar la electricidad en caso de una emergencia. (Es posible que haya más de un panel).

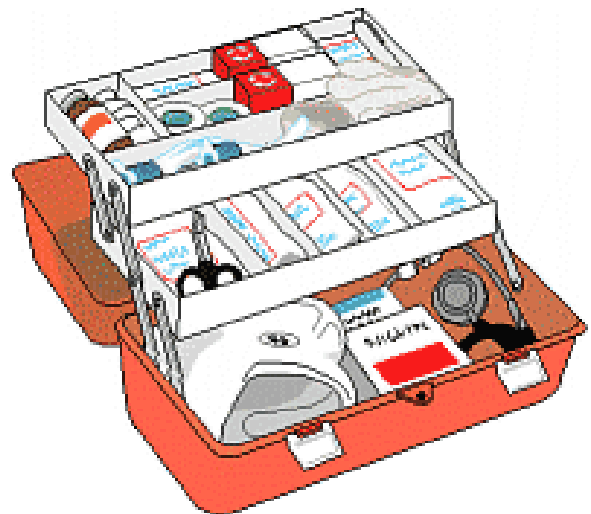
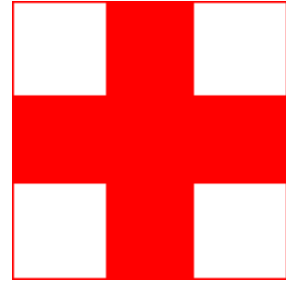
Su casa puede estar equipada con fusibles o cortacircuitos.

- Si su casa tiene fusibles, encontrará una manija de cuchillo de interruptor o fusible de retirada que deben ser marcados "MAIN".
- Si su casa tiene cortacircuitos, podría necesitar abrir la puerta metálica de la caja para revelar los cortacircuitos (nunca quite la cobertura metálica). El cortacircuitos principal "MAIN" debe ser marcado claramente mostrando las posiciones de encendido "ON" y apagado "OFF".
- Quite todos los fusibles pequeños o apague todos los cortacircuitos pequeños primero, entonces apaga el principal "MAIN".
- Si tiene algún otro panel eléctrico sustituto aparte del panel principal de fusibles o los cortacircuitos en otras partes de la casa, en una emergencia apáguelos también. Los cortos pueden algunas veces desarrollarse al sobre pasar el cortacircuitos o el fusible.
- Asegúrese de marcar todos los cortacircuitos o fusibles para facilitar la seguridad de la electricidad en caso de una emergencia.

# PRIMEROS AUXILIOS

## TEMAS INCLUIDOS:

- Evaluación del paciente
- Manejo de vías respiratorias básico
- Vendaje y entablillado
- Control de sangrado
- Tratamiento de quemaduras
- Tratamiento de shock (choque/impacto)
- Emergencias ambientales



# Como Usar en Forma Segura los Extinguidores de Incendio



**Q**uite

**A**punte

**A**priete

**R**ocíe

## **Objetivos**

---

- Entienda el proceso de combustión y los diferentes tipos de fuego.
- Entienda los tipos de extinguidores de fuego, procedimientos de operación, capacidades y limitaciones.
- Entienda los conceptos básicos de combatir el fuego.



## Preparación para sus Mascotas en Caso de Desastres

Las emergencias se presentan en varias formas y pueden requerir desde una evacuación corta hasta una evacuación permanente. Cada tipo de desastre requiere medidas diferentes para mantener a sus mascotas seguras. Lo mejor que puede hacer por usted y sus mascotas es estar preparado.

### Suministros para Emergencias y Botiquín para Viaje

- Botiquín de primeros auxilios para mascotas y una guía
- Un suministro para 3-7 días de comida enlatada (abre fácil) o seca (asegúrese de rotar cada dos meses)
- Bandejas sanitarias desechables (las bandejas de aluminio son perfectas)
- Arena o toallas de papel
- Jabón líquido para platos y desinfectante
- Bolsas para basura desechables para limpieza
- Comederos para mascotas
- Arnés extra y correa (Nota: los arneses se recomiendan por seguridad)
- Fotocopias de los registros médicos y un recipiente impermeable con un suministro para dos semanas de cualquier medicamento que su mascota necesite (Recuerde, los alimentos y medicamentos deben ser cambiados de su botiquín para emergencias-caso contrario pueden dañarse o ser inefectivos).
- Botella de agua, por lo menos una ración para 7 días para cada persona y mascota (guárdela en un lugar fresco, seco y cámbiela cada dos meses)
- Una bolsa de viaje, caja de madera o portamascotas resistente, si es posible uno para cada mascota
- Linterna
- Manta (para coger en brazos a una mascota espantada)
- Fotos recientes de sus mascotas (en caso que se separe y necesite hacer carteles de "Estraviado")
- Especialmente para gatos: Funda de almohada o EvackSack, juguetes, arena aglutinante
- Especialmente para perros: Correa larga y estaca para patio, juguetes y juguetes para masticar, cubierta para jaulas para una semana.

## Preparación para la Evacuación

- Guarde un botiquín para emergencias y correas lo más cerca a una salida.
- Asegúrese que todas las mascotas utilicen collares y etiquetas con identificación actualizada. La etiqueta de identificación de su mascota debe tener su nombre, número de teléfono y cualquier necesidad médica urgente. Asegúrese de escribir el nombre de su mascota, su nombre e información de contacto en el portamascotas.
- La ASPCA recomienda colocar un microchip a su mascota como una forma más permanente de identificación. Se implanta un microchip en el área del hombro del animal y se lo puede leer por escáner en la mayoría de los refugios para animales.
- Siempre lleve a las mascotas adentro en la primera señal o advertencia de una tormenta o desastre. Las mascotas pueden desorientarse y desviarse del rumbo del hogar durante una crisis.
- Considere su ruta de evacuación y llame de antemano para hacer arreglos para poner a su mascota fuera de la zona de peligro en la primera señal de desastre.

## Consideraciones Especiales para Pájaros

- Los pájaros deben ser transportados en un portamascotas o jaula de viaje segura.
- En clima frío, asegúrese de colocar una manta sobre la jaula de su mascota. Esto además puede ayudar a reducir el estrés de viajar.
- En clima cálido, lleve una botella rociadora para humedecer periódicamente las plumas de su pájaro.
- Tenga fotos recientes disponibles y coloque las bandas de pierna de su pájaro para identificación.
- Si el portamascotas no tiene una percha, recúbrala con toallas de papel que pueda cambiar con frecuencia.
- Mantenga el portamascotas en un área lo más tranquila posible.
- Es muy importante que los pájaros coman diariamente, por lo mismo debe comprar un alimentador cronometrado. Si debe dejar a su pájaro inesperadamente, el alimentador asegurará su horario diario de alimentación.
- Artículos para mantener a la mano: Malla protectora, toalla pesada, manta o sábana para cubrir la jaula, cubierta para jaulas.

## Contactos Locales

Dep. de Policía de Sonoma	(Bus.) 996-3602
Bomberos y Rescate de Sonoma	(Bus.) 996-2102
Palacio de Gobierno de Sonoma	938-3681
Obras Públicas de Sonoma	938-3332
Emergencias/ Hospital de Sonoma	935-5100
PG&E	(800) 743-5000
CHP (Napa)	(Bus.) 253-4906
Cruz Roja Americana	577-7600

## Información de Emergencia

### RADIO

KCBS 740 AM  
KSVY 91.3 FM

### Televisión

KRON 4 CH. 4  
KTVU CH. 2  
SVTV CH. 27



## Información de Contacto:

Joe Morrison  
Captain  
SVFRA  
SCOPE Director del Programa  
[joem@svfra.org](mailto:joem@svfra.org)  
(707) 996-2102

Revisado 12/05/07

## Manual de Bolsillo para

# Preparación en casos de Emergencia

**Su seguridad. Es por lo que  
salud pública trabaja.**

**Estamos trabajando todo el tiempo para proteger su salud y seguridad. Nuestro trabajo incluye promoción de salud, prevención de enfermedades y sirviendo como un respondante en casos de emergencias de salud públicas. Para enterarse un poco más del departamento del Condado de Sonoma, visítenos en el sitio de la Internet [www.sonoma-county.org/health](http://www.sonoma-county.org/health) o llame al 707-565-4400.**

**Este manual puede ayudarle en casos de emergencia mayor. Tiene información de cómo planear y responder a desastres naturales y causados por el hombre. Se incluyen también sitios de ayuda en la Internet y números de teléfono. Por favor lea cuidadosamente su manual y manténgalo para referencia en el futuro.**

**Sonoma County Department  
of Health Services**



En caso de un

# Terremoto

Los terremotos y las potenciales pérdidas de vida, lesiones y extensos daños a la propiedad, son siempre una preocupación para la mayoría de los californianos.



**Las siguientes sugerencias le pueden ayudar con su seguridad:**

1.

**Tenga un Plan:** Practique AGACHARSE, CUBRIRSE, y MANTENERSE y enseñe a los niños cómo hacerlo. Esto significa: *agacharse* o *mantenerse* en el suelo, *meterse* debajo de alguna cosa fuerte como una mesa, *manténgase* a ella y preparese a mover con ella.

2.

**Prepare un Botiquín con Suministros de Emergencia:**

Asegúrese de tener suficientes alimentos, agua, suministros médicos y otros materiales que necesite por lo menos para 3 días después de un terremoto.

3.

**Cuando el Temblor Comience:** AGACHESE, CUBRASE, MANTENGASE.

Manténgase en el interior hasta que deje de temblar. Si usted se encuentra afuera, busque un lugar despejado alejado de edificios, árboles y líneas eléctricas y déjese caer en el suelo. Si está en un automóvil, disminuya la velocidad y maneje hacia un lugar despejado.

4.

**Después que Deje de Temblar:** Salga hacia un lugar seguro afuera si cree que la estructura en la que usted se encuentra está en peligro de caerse. Proporcione primeros auxilios a cualquier persona con lesiones leves y busque atención médica para cualquier persona que esté seriamente lesionada. Asuma que los temblores continuarán. Asegure cualquier cosa pesada que pudiera caerse y elimine los peligros de incendio. Escuche la radio para instrucciones relacionadas con el cierre de las llaves del gas y del agua. Si huele a gas o cree que hay un escape de gas, cierre la llave, PERO RECUERDE: Solamente un profesional debe volverla a abrir.

## En caso de una Emergencia **Biológica**



**A**lgunas bacterias o virus pueden enfermar gravemente a las personas o provocarles la muerte. Durante las emergencias biológicas, los funcionarios de Salud Pública local, estatal y federal dispondrán de la distribución de los medicamentos que salvan la vida en las áreas de riesgo de exposición. Su protección y tratamiento dependerá del tipo de organismo, como la gripe o el ántrax y de su exposición directa o no al virus.

## En caso de una Emergencia **Química**



**Q**uímicas despididas pueden ser causadas por accidentes industriales o por medio de la liberación intencional de sustancias dañinas. **REFUGIARSE EN UN LUGAR** o **EVACUAR**. Las autoridades locales le darán éstas órdenes solamente cuando sea necesario. Una emergencia química ocurre cuando un químico peligroso se libera y tiene la potencia de hacer daño a la salud de la gente.

## En caso de una Emergencia **Radiológica**



**U**na explosión nuclear o un accidente en una planta nuclear puede ocasionar proliferación radioactiva. Un ataque terrorista con una “bomba sucia” puede también expandir la materia radioactiva en el ambiente. Una “bomba sucia” es una mezcla de explosivos, como dinamita, con polvo radioactivo o perdigón.

**AUTO-DESCONTAMINACION:** Si usted ha estado en contacto con un agente químico o de radiación, quítese la ropa lo más pronto posible. Póngala en una bolsa de plástico sellada. Báñese y lávese con mucho jabón y agua tibia. Dígale a las autoridades de emergencia lo que ha hecho con la ropa. **No se encargue de la bolsa de plástico usted mismo.**

## LIMITE EL CONTAGIO DE LA ENFERMEDAD

- o Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón durante 30 segundos como mínimo O utilice un desinfectante de manos con 60% de alcohol.
- o Cubra su tos y estornudos con pañuelos o tisús (pañuelos de papel) y luego lávese las manos O tosa o estornude dentro de su manga.
- o Si está enfermo, quédese en casa y lo más lejos posible de las otras personas.
- o No envíe a los niños enfermos a la escuela.
- o Evite el contacto cercano con personas enfermas.

### MANTENGA LIMPIO EL AMBIENTE DE LA CASA

- o A diario limpie las superficies y los objetos que comúnmente se comparten como el horno de microondas, manijas del refrigerador, teléfonos, controles remotos, manijas y agarraderas de puertas, asientos y manijas de inodoros, grifos, interruptores de luz y juguetes. Use un desinfectante etiquetado para el hogar o una mezcla de blanqueador de cloro (ver a continuación).
- o El blanqueador de cloro comercial puede ser usado como desinfectante mezclando 1/4 de taza de blanqueador de cloro en 1 galón de agua fría.

### PREVENCIÓN

- o Manténgase sano comiendo una dieta balanceada, haciendo ejercicio diariamente, descansando lo suficiente, bebiendo líquidos y poniéndose la vacuna contra la influenza de la temporada. Recuerde recibir su vacuna para la gripe estacional.

### Solución de rehidratación para adultos y adolescentes

- 4 tazas de agua limpia
- 2 cucharadas de azúcar
- 1/2 cucharadita de sal

Mezcle todos los ingredientes hasta que desaparezca el azúcar. Puede beber la solución a temperatura ambiente.

**Nota:** No hierva la solución ya que reduce su eficacia.

#### Declaración médica importante

La información contenida en esta publicación no tiene el fin de reemplazar la atención del experto y el asesoramiento de un médico calificado. Por favor, comuníquese con su médico personal con respecto a cualquier problema médico.

## ¿ES RESFRÍO O GRIPE?

### SÍNTOMA

Fiebre  
Dolor de cabeza  
Dolores generales  
Fatiga, debilidad  
Cansancio extremo  
Nariz tapada  
Estornudos  
Dolor de garganta  
Molestia en el pecho,  
Tos

### RESFRÍO

Rara  
Rara  
Leve  
A veces  
Nunca  
Común  
Habituales  
Común  
Leve-moderado  
Tos seca y persistente

### GRIPE

Habitual: Alta (100 F – 102 F)  
Común  
Habituales, a menudo graves  
Habituales, a menudo graves  
Habitual, en el inicio  
A veces  
A veces  
A veces  
Común, puede ser  
Grave



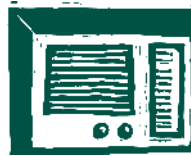
# Cómo Obtener Información en una Emergencia

Las estaciones de radio locales y los canales de televisión le proporcionarán información en caso de una emergencia mayor. En algunas circunstancias el Sistema de Alerta para Emergencia (EAS) podría ser activado. Las instrucciones específicas de emergencia serán transmitidas por:



## Televisión:

- KFTY Ch50
- KTVU Ch2
- NBC11 Ch3
- KRON Ch4
- KPIX Ch5
- KGO Ch7



## Radio:

- KZST 100.1 FM
- KSRO AM 1350
- KCBS AM 740
- KBBF 89.1 FM (Español)

Las instrucciones de emergencia le proporcionarán información acerca de si es más seguro evacuar su casa o lugar de trabajo, o si estaría mejor protegido al Refugiarse en el Lugar. Si se le ordena evacuar, los anuncios del radio le aconsejarán también el lugar más seguro adonde ir.

## SITIOS DE AYUDA EN LA INTERNET

Departamento de Servicios de Salud del Condado de Sonoma, División de Salud Pública .....	<a href="http://www.sonoma-county.org/health/ph">www.sonoma-county.org/health/ph</a>
Departamento de Servicios de Emergencia del Condado de Sonoma.....	<a href="http://www.sonoma-county.org/oes">www.sonoma-county.org/oes</a>
Departamento de Seguridad del Suelo Patrio (Dept. of Homeland Security) de los Estados Unidos .....	<a href="http://www.ready.gov">www.ready.gov</a>
Centros para Control y Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention) .....	<a href="http://www.bt.cdc.gov">www.bt.cdc.gov</a>
Cruz Roja Americana (American Red Cross).....	<a href="http://www.redcross.org">www.redcross.org</a>
Información de Influenza Pandémic de CDC (CDC Pandemic Flu Information).....	<a href="http://www.pandemicflu.gov">www.pandemicflu.gov</a>

## Lo Que No Debe Hacer En Una Emergencia

**NO** llame al 9-1-1 excepto en casos de situaciones de vida o muerte. Es muy importante mantener esta línea desocupada para verdaderas emergencias.

**NO** maneje su vehículo a menos que se le haya advertido de evacuar o si tiene una emergencia médica. Asegúrese de informarse de la condición de las carreteras o de las restricciones para viajar.

**NO** vaya al hospital excepto por una emergencia médica.

**NO** desconecte ni cierre ningún servicio público a menos que las autoridades de emergencia le hayan dicho, o a menos que haya algún daño al tubo del gas, a la tubería de agua o a las líneas eléctricas.

**NO** encienda fósforos ni encienda ni apague ningún interruptor eléctrico si huele a gas o cree que pudiera haber un escape de gas.



# Su mejor protección es la preparación

**E**xisten varios tipos de emergencias. Este manual le ofrece información con relación a desastres de gran magnitud específicamente terremotos, inundación y actos terroristas que involucren agentes químicos, biológicos, radiológicos, nucleares y explosivos.

Si ocurre alguno de estos desastres, las autoridades podrían pedirle tomar una de dos acciones: **REFUGIARSE EN EL LUGAR** (permanecer en su casa o lugar de trabajo), o abandonar su casa o lugar de trabajo. En cualquier caso es muy importante que usted y su familia tengan un **PLAN DE PREPARACIÓN PARA EMERGENCIAS**.

La Cruz Roja Americana proporciona toda la información necesaria para que haga su Plan de Preparación para Emergencias. Puede llamar a la Cruz Roja al teléfono (707) 577-7600 o visite el sitio de la Internet [www.sonomacounty.redcross.org](http://www.sonomacounty.redcross.org). Mientras tanto no es mala idea juntar algunos suministros de emergencia para su casa, para su lugar de trabajo, y para el carro.

## SUS SUMINISTROS DE EMERGENCIA DEBEN INCLUIR:

- Un radio de baterías o de cuerda.
- Una lámpara de mano con baterías frescas. Baterías deben estar guardadas aparte.
- Un botiquín de primeros auxilios incluyendo medicinas de emergencia.
- Un teléfono celular (*asegúrese de mantenerlo cargado*).
- Agua almacenada en envases irrompibles sellados; un galón por persona por día para dos semanas.
- Blanqueador de Cloro o kit de la purificación del agua. Vea 'Descontaminando Agua'.
- Suministro de alimentos para una semana y que no necesiten refrigeración, un abridor de latas manual y utensilios para comer.
- Bolsas de basura, cinta adhesiva de trabajo pesado (duct tape), rollos de plástico y guantes desechables.
- Extinguidores de incendio.
- Agregue una pala, cables para pasar corriente de un auto a otro, equipo de emergencia para inflar llantas y velas de emergencia para el carro.
- Mascarillas y guantes.
- Desinfectante de manos.
- Medicinas recetadas (suministró de 2-semanas).



## Quando su niño está en la escuela

Cada escuela tiene un plan de emergencia que incluye lugares de evacuación. Llame ahora a la escuela de su niño para averiguar el lugar y escríbalo aquí:

Averigüe también qué documentación usted o una persona designada necesitará proporcionar para recoger a su niño.

En caso de una evacuación los oficiales de la escuela le notificarán a dónde y cuándo puede recoger a su niño, así es que asegúrese que la escuela tenga su información al corriente donde localizarlo. Las estaciones de radio o televisión podrían también comunicar instrucciones. Finalmente asegúrese que su niño tenga una identificación y números de teléfono que él o ella puedan usar para comunicarse con la familia o amigos.



# Refugiarse en el lugar: Protegerse en Casa o en el Lugar de Trabajo

En caso de una emergencia química, biológica, radiológica, nucleare o explosiva las autoridades podrían ordenarle **REFUGIARSE EN EL LUGAR** o **EVACUAR**. El término "**REFUGIARSE EN EL LUGAR**" significa permanecer adentro de su casa o del lugar de trabajo y protegerse allí.

Si los oficiales de emergencia le recomiendan Refugiarse en el Lugar:

- 1** Permanezca en calma.
- 2** Ponga a los niños y mascotas adentro inmediatamente.
- 3** Cierre con llave las ventanas y puertas exteriores.
- 4** Apague todos los abanicos, sistemas de calefacción o aire acondicionado, cierre las puertas y ventanas exteriores.
- 5** Si tiene chimenea cierre la compuerta.
- 6** Junte todos los suministros para desastres y el radio de baterías.
- 7** Váyase a un cuarto interno, lo ideal sería sin ventanas. En caso de una amenaza química, es preferible un cuarto más arriba del suelo porque algunos químicos son más pesados que el aire y podrían filtrarse al sótano.
- 8** Escuche la radio o la televisión para las instrucciones de emergencia y Refúgiense en el Lugar hasta que se le diga que es seguro salir.



**Evacuación: Prepare para "Agarrar y Salir"**

## Botiquín de Emergencia

En algunas emergencias se le podría pedir que evacúe, en cuyo caso usted necesitará tener en un lugar conveniente un recipiente fácil de llevar, como una mochila o un maletín con suministros de emergencia adecuados. Es una buena idea mantener un poco de dinero en efectivo en su botiquín de emergencia. Guarde el botiquín en una localización conveniente. Asegúrese también que todos en su familia tengan una lista de los números de teléfono importantes, y que hayan escogido dos lugares alternativos en dónde reunirse en caso en que se hubieran separado.



# Donde encontrar los Hospitales para Cuidados Médicos de Emergencia

## HOSPITALES ( = centros de trauma)

### Santa Rosa Memorial Hospital

1165 Montgomery Drive  
Santa Rosa, CA 95405  
707-546-3210  
[www.stjosephhealth.org/santarosa/](http://www.stjosephhealth.org/santarosa/)

### Kaiser Medical Center

401 Bicentennial Way  
Santa Rosa, CA 95403  
707-571-4000  
[www.kaiserpermanente.org](http://www.kaiserpermanente.org)

### Palm Drive Hospital

501 Petaluma Avenue  
Sebastopol, CA 95472  
707-823-8511  
[www.palmdrivehospital.com](http://www.palmdrivehospital.com)

### Petaluma Valley Hospital

400 N. McDowell Boulevard  
Petaluma, CA 94954  
707-778-1111  
Emergency Room 707-778-2634  
[www.stjosephhealth.org/petalumavalley/](http://www.stjosephhealth.org/petalumavalley/)

### Sonoma Valley Hospital

347 Andrieux  
Sonoma, CA 95476  
707-935-5000  
[www.svh.com](http://www.svh.com)

### Healdsburg District Hospital

1375 University Avenue  
Healdsburg, CA 95448  
707-431-6500  
[www.h-g-h.org](http://www.h-g-h.org)

### Sutter Medical Center

3325 Chanate Road  
Santa Rosa, CA 95404  
707-576-4000  
[www.suttersantarosa.org](http://www.suttersantarosa.org)



## NÚMEROS DE TELÉFONO IMPORTANTES DE SALUD Y DE SEGURIDAD PÚBLICA

Los siguientes números son para información y ayuda relacionada a desastres y emergencias.

- Departamento de Servicios de Emergencia (Department of Emergency Services) del Condado de Sonoma..... 707-565-1152
- 911 Solamente Emergencia (Emergency Only)..... 911
- Teléfono rojo de Información Pública del Condado de Sonoma ..... 707-565-3856
- Departamento Alguacil (Sheriff's Department) del Condado de Sonoma..... 707-565-2511
- Línea de Información de Salud Pública del Condado de Sonoma ..... 707-565-4477
- CalTrans (condiciones de las carreteras) ..... 1-800-427-7623
- Cruz Roja Americana del Capítulo del Condado de Sonoma (American Red Cross) ..... 707-577-7600
- Centro de Control de Venenos de California (California Poison Control Center) ..... 1-800-876-4766



# Advertencias & Avisos de Inundación



## Cuando se anuncia una ALERTA DE INUNDACIÓN

- Sintonice las estaciones locales de radio o televisión para escuchar instrucciones y consejos.
- Transfiera sus posesiones de valor a los pisos superiores de la casa.
- Llene el tanque de gasolina de su automóvil en caso de que se anuncie una orden de evacuación.
- Conozca las rutas desde su casa u oficina a terrenos elevados y seguros.
- Designe un "punto de contacto fuera del estado para la familia", para que los amigos y parientes sepan a quién llamar para averiguar de su paradero.

## Cuando se anuncia una ADVERTENCIA DE INUNDACIÓN

- Esté pendiente por los signos de inundación repentina y esté listo para evacuar de manera inmediata.

## En Caso de una Inundación

- ▶ Permanézcase sintonizado a las estaciones locales de radio y televisión para información y consejos.
- ▶ Si las autoridades locales le piden abandonar su casa, diríjase a un área segura antes de que la inundación obstruya el acceso.
- ▶ Antes de irse, desconecte todos los electrodomésticos, y en caso de que su compañía de servicios públicos se lo pida, apague los circuitos eléctricos y paneles de fusibles y corte el servicio de gas en el medidor.
- ▶ Evite las zonas sujetas a inundaciones súbitas.
- ▶ No trate de cruzar una corriente de agua que le llegue hasta las rodillas. Incluso un volumen de agua de apenas 6 pulgadas de profundidad con una fuerte corriente puede arrastrarle.
- ▶ No intente conducir sobre un camino inundado o alrededor de barricadas. Esto puede causarle ser desamparado y atrapado.
- ▶ Si su vehículo se atora, abandónelo **INMEDIATAMENTE** y busque un terreno más elevado. Muchas muertes ocurren como resultado de tratar de movilizar los vehículos atorados.
- ▶ Utilice el teléfono UNICAMENTE para casos de emergencia o para reportar situaciones de peligro.

## Descontaminando Agua

Residentes son aconsejados a no usar agua contaminada para beber, cocinar o bañarse hasta que el agua haya sido desinfectada usando una solución de cloro o probada y determinada a ser limpia. Cualquier fuente que haya sido cubierta por la inundación debe ser considerada contaminada. Opciones para desinfectar el agua son:

- Hierva el agua vigorosamente por 3-5 minutos, o
- Agregué 8 gotas de blanqueador de cloro a 1 galón de agua clara, deje restar por 30 minutos, o
- Agregué 16 gotas de blanqueador de cloro a 1 galón de agua poco clara, deje restar por 30 minutos, o
- Utilice tabletas para la purificación del agua (disponibles para comprar en ferreterías y farmacias) siguiendo las direcciones.

