



MANTÉNGASE SEGURO

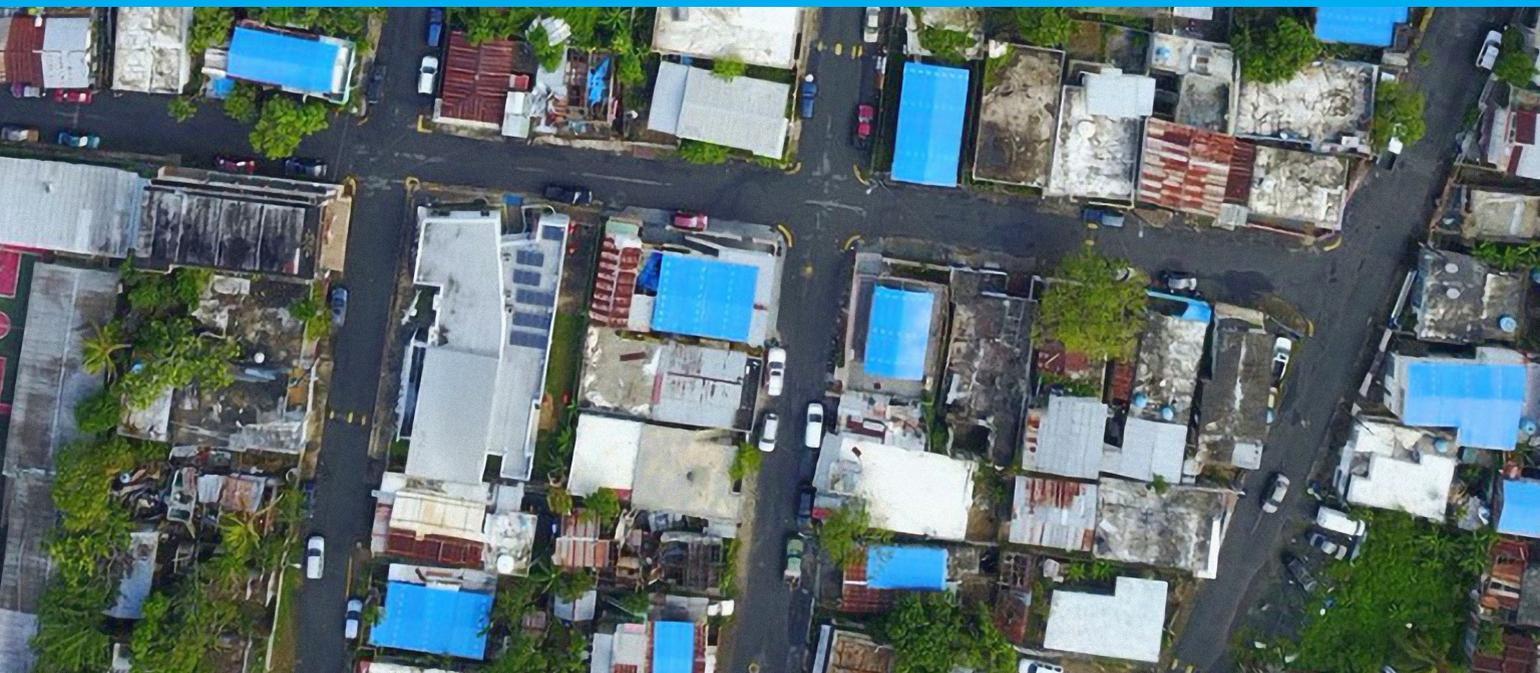
UNA GUÍA PARA EL DISEÑO DE VIVIENDAS
RESILIENTES EN COMUNIDADES ISLEÑAS

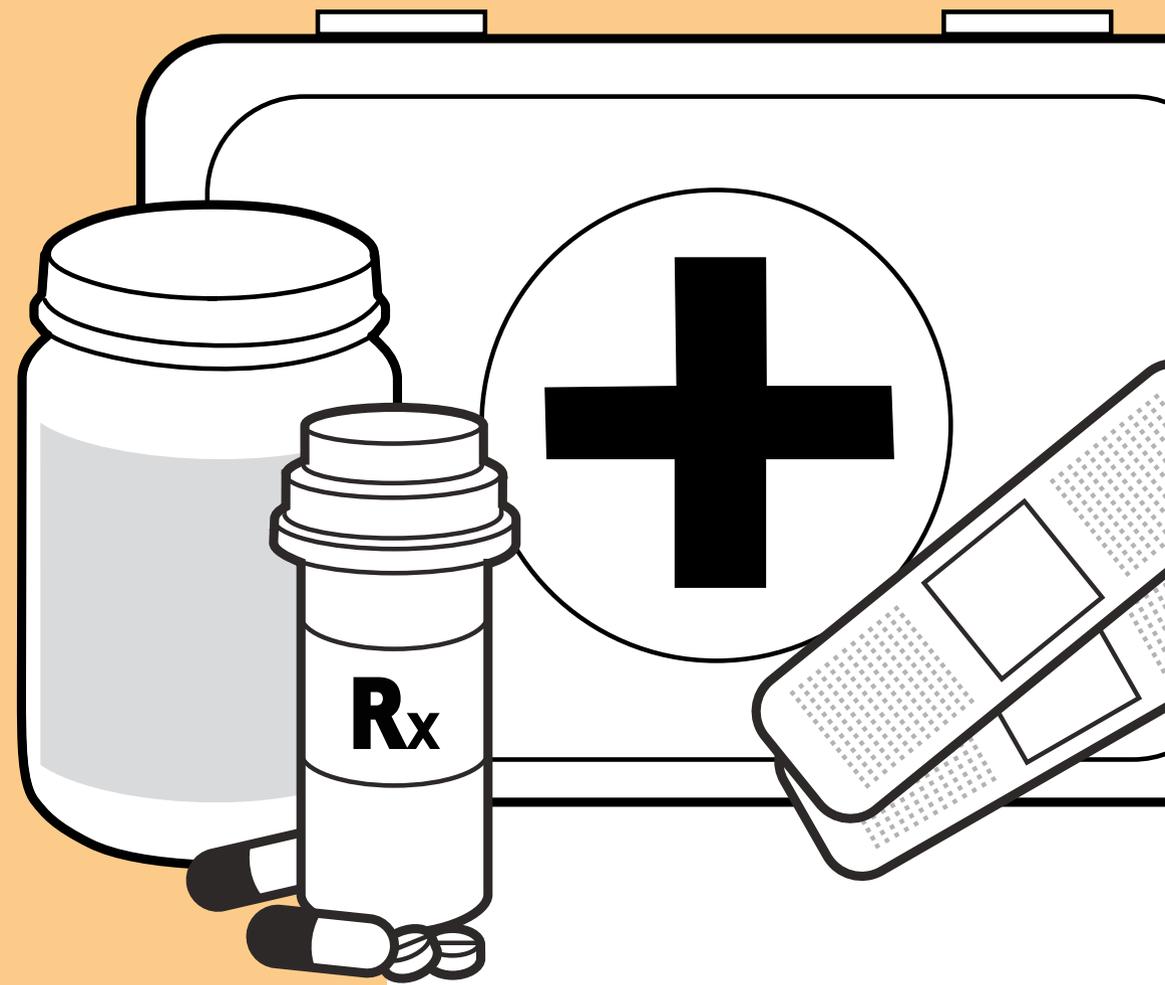


Enterprise®



ASOCIACIÓN DE
CONSTRUCTORES
DE PUERTO RICO





PREPARACIÓN PARA EMERGENCIAS EN EL HOGAR

Herramientas para estar preparados en caso de pérdida de servicios.

ESTRATEGIA EN ACCIÓN

ESTRATEGIA	23	24	25
ESTRATEGIA NOMBRE/ TÍTULO	DESARROLLE UN PLAN DE EMERGENCIA PARA SU HOGAR	ESCOJA UN LUGAR DONDE MANTENER SU FAMILIA SEGURA	RESPONDA Y COMIENZE LA RECUPERACIÓN DEL HOGAR
DESCRIPCIÓN	Esta estrategia se enfoca en ayudarle a usted y a su familia a manejar la información vital, mantenerse en contacto y tener los suministros esenciales durante e inmediatamente después de un desastre.	Cuando se acerca un desastre previsto, lo primero que debe preguntarse es si debe desalojar el área con su familia, quedarse en casa (refugiarse en casa) o evacuar a un refugio cercano. Los huracanes avisan su llegada con varios días de anticipación, pero no hay forma de prever muchos otros desastres naturales. Esta estrategia le ayudará a determinar las mejores opciones para manejar todo tipo de condición y actuar según corresponda.	Esta estrategia se enfoca en ayudarle a usted y a su familia a manejar la información vital, mantenerse en contacto y tener los suministros esenciales durante e inmediatamente después de un desastre.
	\$	\$	\$

Luego del huracán María, la población de Puerto Rico vivió sin electricidad por mucho tiempo; algunos hogares no tuvieron luz por más de un año. Según el reporte de acciones tomadas preparado por FEMA, la respuesta fue la misión aérea más larga y sostenida en la historia de la agencia en cuanto al transporte aéreo de agua y comida. A la mayoría de la gente se le hizo imposible vivir cómodamente. Pasados dos meses desde el huracán, unas 179,000 personas abandonaron la isla para irse a Estados Unidos, sin la certeza de que podrían regresar.

Nadie se hubiera imaginado la magnitud de la destrucción causada por el huracán ni cómo este fenómeno cambiaría la vida cotidiana. Ahora, a medida que los huracanes y otros fenómenos extremos se

hacen más frecuentes, hace falta tener un plan de emergencia que atienda las necesidades del hogar. Todo buen plan aborda los mismos temas: cómo prepararse con antelación, cómo mantenerse seguro durante el evento y cuáles son los primeros pasos a seguir para empezar a recuperarse.

Las estrategias en esta sección le ayudarán a desarrollar un plan de emergencia adecuado para su familia y su hogar. Además, la planificación comunitaria y entre vecinos puede ayudar a salvar vidas y evitar daños a la propiedad. El siguiente capítulo le mostrará cómo desarrollar planes colectivos con los miembros de su comunidad. También le ayudará a determinar lo que usted y su familia necesitan hacer antes, durante y luego de un desastre.



Dagua Naguabo Emergency Manager

DESARROLLE UN PLAN DE EMERGENCIA PARA SU HOGAR

\$

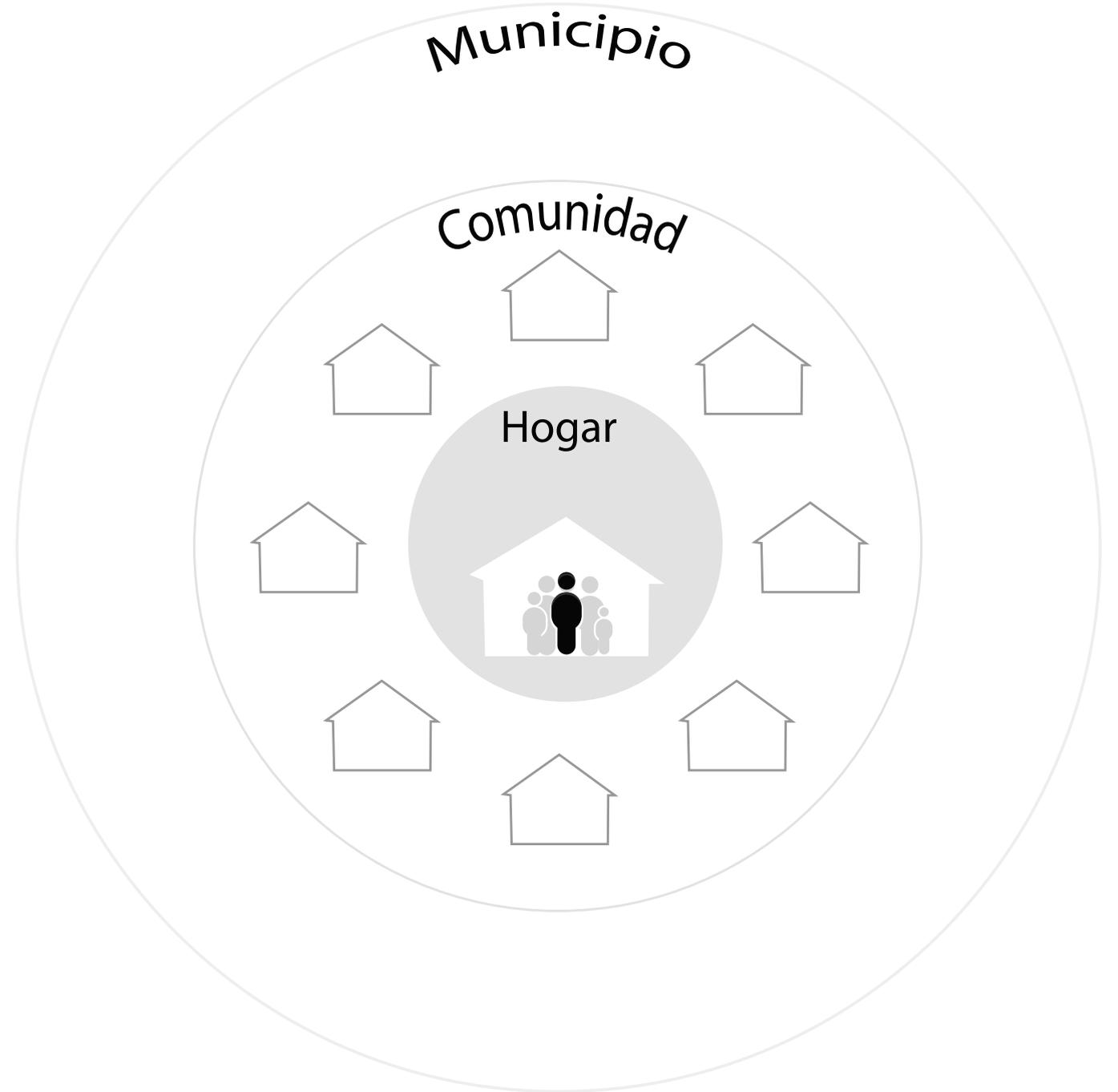
Es esencial que desarrolle un plan de emergencia que se ajuste a las necesidades particulares de su familia, sea esta compuesta por un miembro o varios. Esta estrategia se enfoca en ayudarle a usted y a su familia a manejar la información vital, mantenerse en contacto y tener los suministros esenciales durante e inmediatamente después de un desastre.

Estrategia en Acción

1. **Reúna a la familia**
2. **Desarrolle un plan para quedarse en su hogar**
 - a. *Establezca un plan de comunicación*
 - b. *Recolecte suministros para refugiarse en su hogar*
 - c. *Sugerencias para refugiarse en su hogar*
3. **Desarrolle un plan para trasladarse**
 - a. *Prepare un bulto de emergencia para cada miembro de la familia*
 - b. *Sugerencias para desalojar en auto*
 - c. *Prepare su hogar*

LO QUE NECESITA SABER

- ▶ Aunque nadie puede anticipar todas las consecuencias de un desastre, fenómenos pasados nos han demostrado los desafíos más grandes y probables para la mayoría de los hogares y lo que estos pueden hacer con antelación para superarlos.
- ▶ Este manual ofrece sugerencias para proteger las edificaciones de los propietarios de viviendas unifamiliares. Proprietarios y administradores de viviendas multifamiliares: en la sección titulada Enterprise Community Partners Ready to Respond Tools for Resilience, en la página web de Enterprise Community Partners, encontrarán recursos más extensos que le ayudarán a manejar sus responsabilidades particulares con este tipo de vivienda.



ESTRATEGIAS DE APOYO

01	04	08	23	25	26	27	28
Refuerce su entorno	Determine las prioridades según las condiciones estructurales de su hogar o edificio antes de un evento	Sujete, selle y proteja las aperturas en los edificios	Desarrolle un plan de emergencia para su hogar	Responda y comience la recuperación del hogar	Identifique y prepare un refugio seguro para la comunidad	Desarrolle un plan comunitario	Inspire la planificación comunitaria luego del desastre

DESARROLLE UN PLAN DE EMERGENCIA PARA SU HOGAR

PASO 1 - REÚNA A LA FAMILIA

¿QUÉ DEBE CONFIRMAR?

Haga preguntas sobre lo que haría cada miembro de la familia en caso de desastre. Las respuestas serán el punto de partida para su plan.

- ▶ ¿Cómo nos encontraremos?
- ▶ ¿Cuáles son nuestras opciones de refugio?
- ▶ ¿Cómo nos trasladaríamos?
- ▶ ¿Qué debemos tener a la mano?
- ▶ ¿Qué sucederá con nuestras mascotas?
- ▶ ¿Cómo recibiremos las noticias?

▶ Varias organizaciones, como la Cruz Roja Americana, cuentan con manuales de trabajo y aplicaciones de planificación que puede utilizar para complementar su proceso de planificación. Para más información, visite: <https://www.redcross.org/local/puerto-rico.html>

SUGERENCIAS DE MANTENIMIENTO Y OPERACIÓN

- ▶ Confirme que el espacio seguro en su hogar o en donde decida pasar el desastre natural esté listo, mientras usted:
- ▶ Desmante los elementos que cuelguen de las paredes, tales como estanterías, espejos, fotos y obras de arte.
- ▶ Mueva los objetos pesados, como los libros, a estanterías más bajas o a cajas plásticas en el piso.
- ▶ Repare las grietas y selle las aperturas que den al exterior, como las ventanas, con paneles de madera o tormenteras. Vea la Estrategia 08.

PASO 2 - DESARROLLE UN PLAN PARA QUEDARSE EN SU HOGAR

A. ESTABLEZCA UN PLAN DE COMUNICACIÓN

Determine con quiénes deben estar en contacto los miembros de su hogar y cómo se comunicarán entre sí. Recuerde que podría ser difícil descargar

aplicaciones. Por ende, establezca conexiones ya por distintos medios para garantizar una comunicación ininterrumpida antes, durante y luego de un desastre.



TELÉFONO

- Es de esperar que se interrumpan las llamadas locales por celular. Sea breve en sus llamadas y utilice mensajes de texto mayormente.
- Es más probable que la llamada progrese si se hace por una línea fija (como teléfonos públicos) o a larga distancia.



REDES SOCIALES

- Aproveche los grupos ya existentes en aplicaciones de las redes sociales como Facebook.
- Siga los grupos locales o personas que puedan estar activos luego del desastre.
- Cree grupos de intercambio de textos por celular, WhatsApp o aplicaciones similares.



CORREO ELECTRÓNICO

El jefe de familia debe enviar un correo electrónico con copia a los miembros principales de la red de contactos para así guardar y recopilar las direcciones de correo electrónico.

	NOMBRE	NÚMERO DE TELÉFONO	CORREO ELECTRÓNICO / MANEJO
1		() -	@ /
2		() -	@ /
3		() -	@ /
4		() -	@ /
5		() -	@ /

DESARROLLE UN PLAN DE EMERGENCIA PARA SU HOGAR

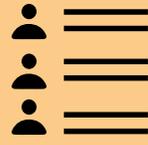
PASO 2 - DESARROLLE UN PLAN PARA QUEDARSE EN SU HOGAR

A. ESTABLEZCA UN PLAN DE COMUNICACIÓN



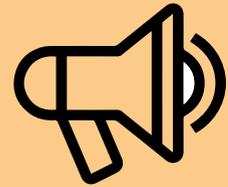
UBICACIONES FÍSICAS

- Escoja dos lugares a donde acudir si resulta imposible regresar al hogar y no hay sistemas de comunicación disponibles. Uno debe quedar cerca (como la casa de un vecino) y otro debe estar ubicado fuera de su vecindario. Ambos lugares deben tener un espacio donde dejar una nota si no se puede esperar allí.
- Planifique cómo los miembros del hogar avisarán al resto de la red al desalojar o llegar a un lugar.



LISTA DE CONTACTOS

Recopile los números de teléfono, correos electrónicos, identificadores (handles), etc. de las personas en su red primaria para crear una lista de contactos. Verifique que todos en la red tengan una copia impresa y plastificada de la lista en sus bultos de emergencia y que esta también esté disponible en línea, ya sea por correo electrónico o como documento compartido. Todo el grupo debe tener una copia impresa a mano durante un desastre. Si alguien tiene problemas del habla, sujete la lista a su persona por si se separa del grupo. Vea la tabla a continuación.



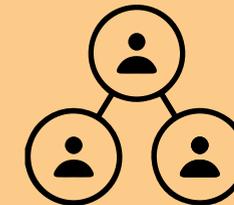
NOTICIAS E INFORMACIÓN

Escoja las fuentes de noticias que seguirán durante el evento. Todos deben recibir la misma información a la vez. Una buena fuente para recibir actualizaciones del tiempo y escuchar la transmisión de mensajes públicos es la Radio del Tiempo de NOAA.



SIMULACRO

Practique sus planes de comunicación. Por lo menos una vez al año, realice un simulacro con todos los miembros de su red primaria de contactos, incluso su contacto fuera del área y su cuidador de mascotas, para asegurar que todo proceda según previsto.



ORGANICE LA RED DE CONTACTOS

- Organice la red de contactos
- Establezca varias maneras para comunicarse entre sí. Designe un grupo primario de personas que se encargue de mantenerse en contacto entre sí. Esto incluirá, sin limitarse a:
 - Un jefe de familia designado
 - Otros miembros de su familia inmediata
 - Un contacto que esté fuera del área y que pueda recibir llamadas y servir como centro de noticias para su familia y otras personas
 - Un cuidador de mascotas que pueda asistir a su mascota si usted no puede regresar a su hogar



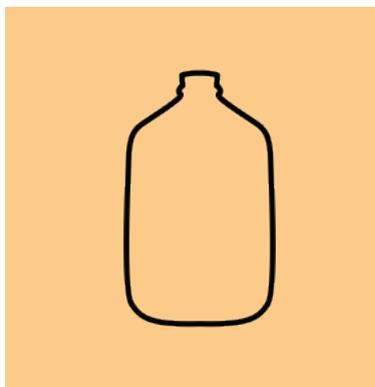
DESARROLLE UN PLAN DE EMERGENCIA PARA SU HOGAR

PASO 2 - DESARROLLE UN PLAN PARA QUEDARSE EN SU HOGAR

B. RECOLECTE SUMINISTROS PARA REFUGIARSE EN SU HOGAR

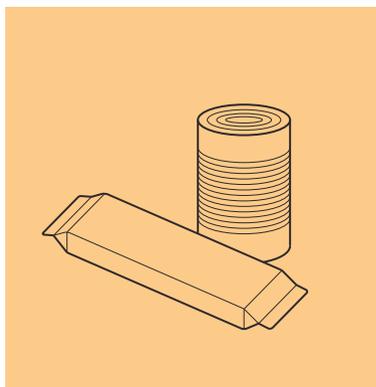
Recolecte suministros para al menos 5 días. Si la infraestructura cerca de su área es débil, planifique recolectar suministros para 2 semanas. Asegure que los suministros estén guardados en un área que no vaya a sufrir daños. Considere la cantidad miembros en la familia al determinar cuántos suministros serán necesarios.

COMIDA Y AGUA



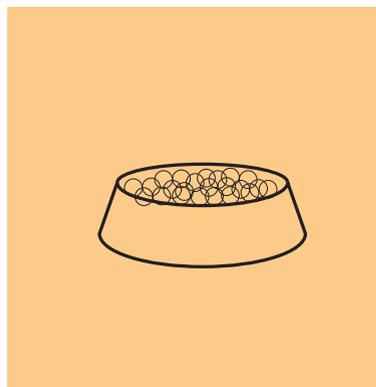
AGUA

- Incluya 1 galón por día, por persona y agua adicional para las mascotas.
- Los suministros de agua deben durar de 5 a 14 días.



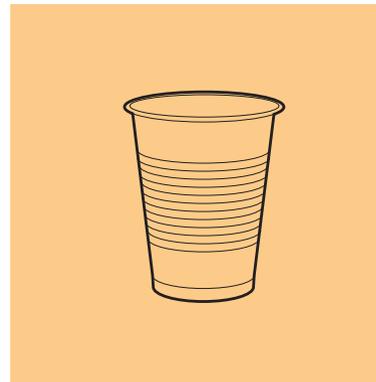
ALIMENTOS ENLATADOS

- Las mejores opciones son los alimentos enlatados o secos no perecederos en paquetes sellados que sean conocidos para su familia y que no requieran refrigeración, agua, preparación especial o cocción.
- ¡Verifique la fecha de expiración de todos los productos comestibles!



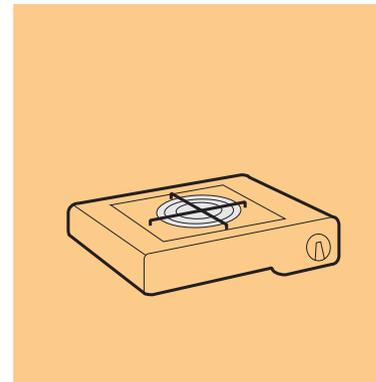
COMIDA PARA MASCOTAS

- Non Perishable Food for Pets
- Bottles of Water



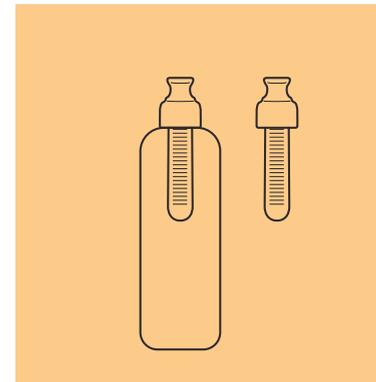
CONTAINERS

Platos, vasos, utensilios y papel toalla desechables



EQUIPO

Suministros de cocina para utilizar luego del desastre (no use la estufa hasta asegurarse de que no hay fugas de gas). Cocine con carbón u otro material combustible sellado en un contenedor impermeable si tiene un grill, olla de calor con combustible enlatado, horno solar o estufa de acampar y fósforos.



FILTRO DE AGUA

Cloro líquido sin olor, cuentagotas y botellas plásticas grandes o contenedores aprobados para purificar el agua (vea la Estrategia 25 para instrucciones).

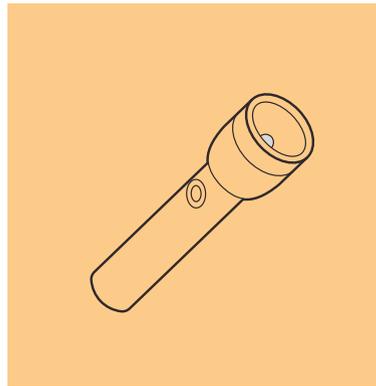


DESARROLLE UN PLAN DE EMERGENCIA PARA SU HOGAR

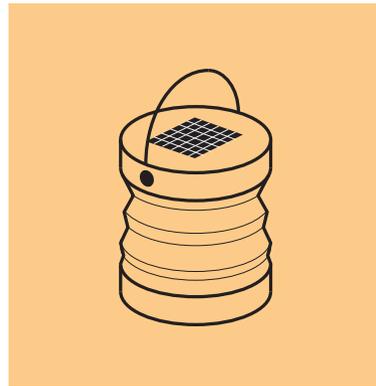
PASO 2 - DESARROLLE UN PLAN PARA QUEDARSE EN SU HOGAR

B. RECOLECTE SUMINISTROS PARA REFUGIARSE EN SU HOGAR

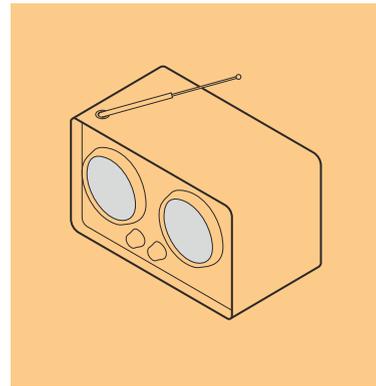
DEVICES



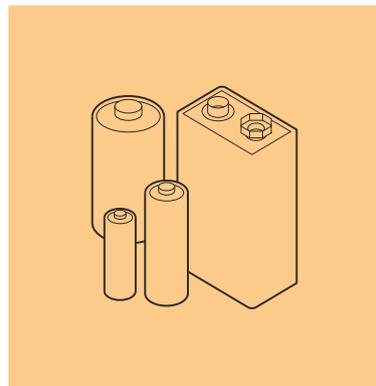
LINTERNAS



LINTERNAS DE BATERÍA O SOLARES

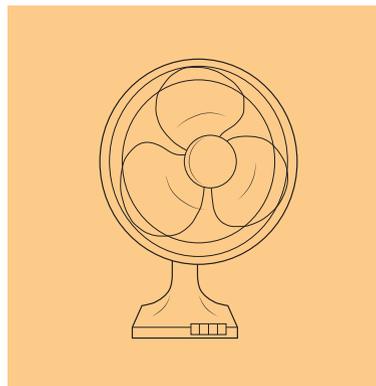


RADIO METEOROLÓGICA DE NOAA CON CARGADOR SOLAR O DE MANIVELA



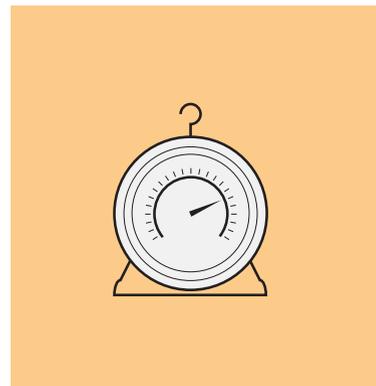
BATERÍAS

Ensure battery sizing works with your equipment.



VENTILADORS

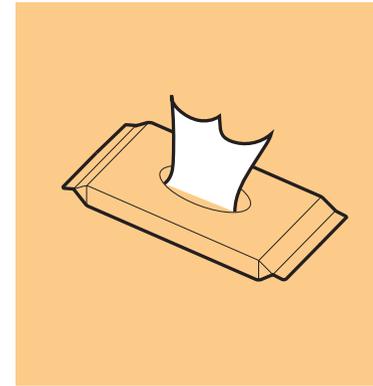
Abanicos de mano o de batería (en especial para las personas mayores o que sean sensitivas al calor)



TERMÓMETROS

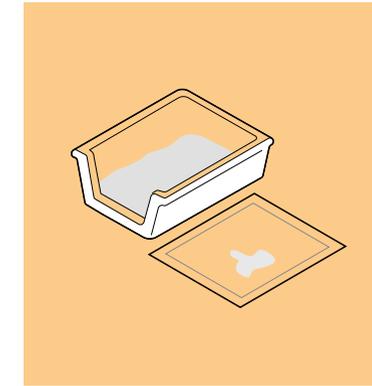
Termómetros para electrodomésticos que le permitan monitorear las temperaturas de la nevera y el congelador

HIGIENE



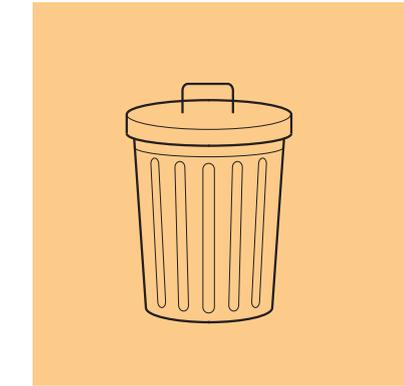
TOALLAS HÚMEDAS

Cleaning and preparing food.



PARA MASCOTAS

Caja de arena, "pads" o pañales para que las mascotas puedan hacer sus necesidades.



BOLSAS DE BASURA PARA ZAFACÓN

Bolsas de basura o recipientes con tapa para la basura (especialmente para pañales y residuos de alimentos)



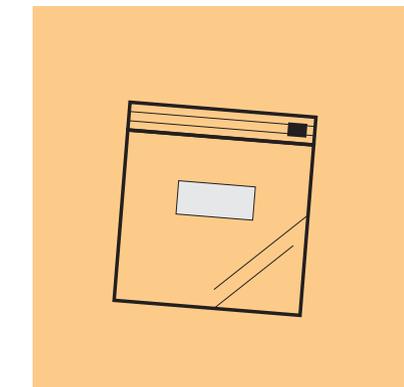
SUMINISTROS DE LIMPIEZA

Suministros para limpiar o recoger el área luego del evento: bolsas de basura grandes y resistentes, productos de limpieza ecológicos, mapas, baldes, guantes de goma, gafas de seguridad y mascarillas N-95 para los miembros de la familia.



CALZADO

Ropa exterior y calzado resistente para cada miembro de la familia, en caso de que tengan que desalojar



BOLSAS DE BASURA

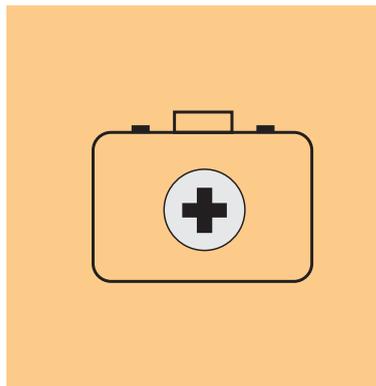
Bolsas pequeñas con cierre para la basura del baño (si no se puede descargar el inodoro)

DESARROLLE UN PLAN DE EMERGENCIA PARA SU HOGAR

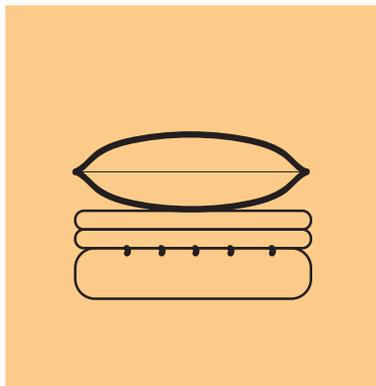
PASO 2 - DESARROLLE UN PLAN PARA QUEDARSE EN SU HOGAR

B. RECOLECTE SUMINISTROS PARA REFUGIARSE EN SU HOGAR

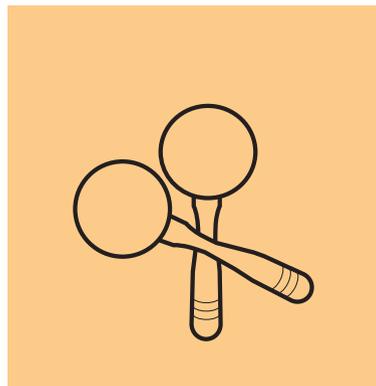
BIENESTAR



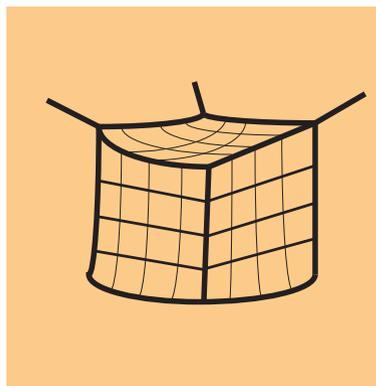
KIT DE PRIMEROS AUXILIOS COMPLETO



SÁBANAS, COJINES, ALMOHADAS Y MANTAS



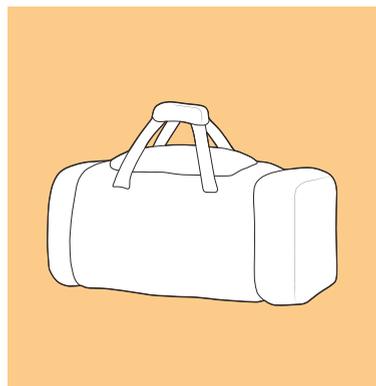
TJUGUETES, JUEGOS, LIBROS E INSTRUMENTOS MUSICALES



MOSQUITEROS



PROTECTOR SOLAR



"GO BAG"

PASO 3 - DESARROLLE UN PLAN PARA TRASLADARSE

A. PREPARE UN BULTO DE EMERGENCIA PARA CADA MIEMBRO DE LA FAMILIA

Su bulto debe ser resistente y fácil de cargar, como una mochila o maleta con ruedas. Mantenga el bulto en un área donde lo pueda agarrar rápidamente.

SEGURIDAD Y BIENESTAR

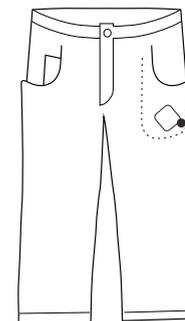


PAÑALES
Incluya suficiente pañales para 5 días



COMIDA
Comida no parecerá como granola

INFORMACIÓN Y MATERIALES IMPORTANTES



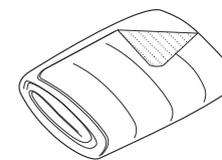
LISTA DE CONTACTOS
Lista de contactos adjunta al interior del bolsillo



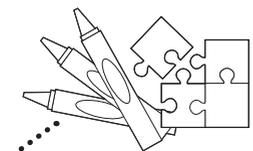
PELUCHES
Incluya peluches para entretenimiento y comodidad de infantes.



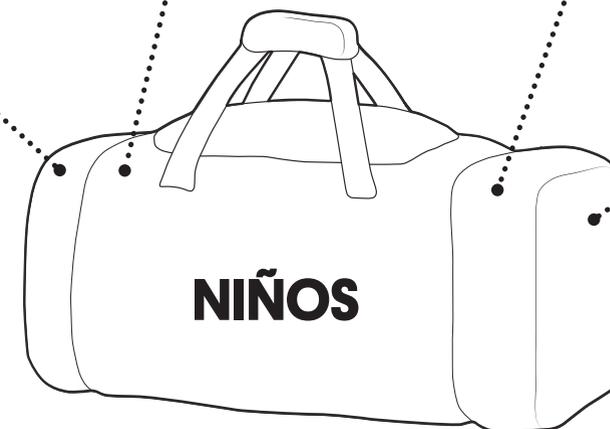
AUDIFONOS
Incluya un headset para dispositivos de entretenimiento



FRISA
Incluya una frisa para clima inesperado.



ENTRETENIMIENTO
Crayones y rompecabezas sirven para entretener y distraer a los niños



DESARROLLE UN PLAN DE EMERGENCIA PARA SU HOGAR

PASO 3 - DESARROLLE UN PLAN PARA TRASLADARSE

A. PREPARE UN BULTO DE EMERGENCIA PARA CADA MIEMBRO DE LA FAMILIA

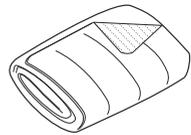
SEGURIDAD Y BIENESTAR

INFORMACIÓN Y MATERIALES IMPORTANTES

DISPOSITIVOS Y ARTÍCULOS IMPORTANTES



MEDICINA
Suministro de vitaminas y suplementos para 7 días



ARTÍCULOS PARA LA COMODIDAD
Una frisa, pantuflas o algún objeto preciado y pequeño



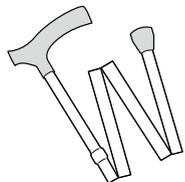
LISTA DE EQUIPO MÉDICO
Lista en letra grande con todos los contactos y línea directa para reunificación



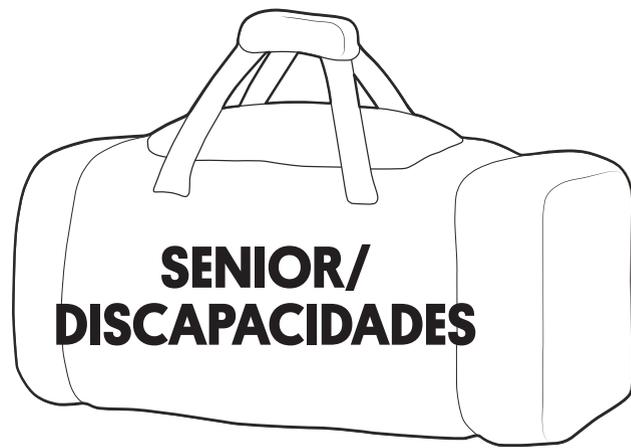
LISTA DE CONTACTO
Large-text version of all contacts and reunification hotline



BATERÍAS
Baterías extra para audífonos u otros dispositivos



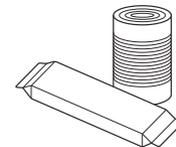
ANDADORES
Bastón plegable o andador



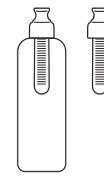
SEGURIDAD Y BIENESTAR

INFORMACIÓN Y MATERIALES IMPORTANTES

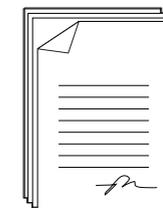
DISPOSITIVOS Y ARTÍCULOS



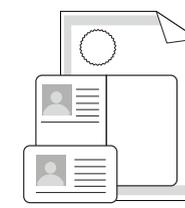
COMIDA
Comida no perecedera como granola o barras de energía



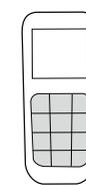
SUMINISTROS MÉDICOS
Medicamentos y kit de primeros auxilios



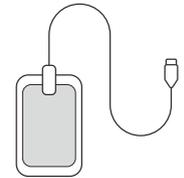
PRUEBA DE RESIDENCIA
Guarde en contenedor a prueba de agua



IDENTIFICACIÓN
Guarde en contenedor a prueba de agua



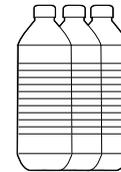
TELÉFONO DE EMERGENCIA
Junto on cargador de pared o USB



CARGADOR DE DISPOSITIVOS
Preferiblemente solar



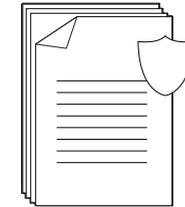
SUMINISTROS MÉDICOS
Medicamentos y kit de primeros auxilios



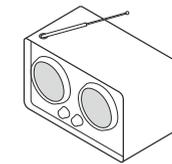
FILTRO DE AGUA
Conseguir un agua botella con filtro y reemplazos



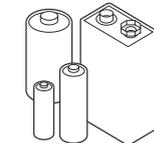
RÉCORD MÉDICO
Guarde en contenedor a prueba de agua



RÉCORD DE PLAN MÉDICO Y ASEGURADORA
Guarde en contenedor a prueba de agua



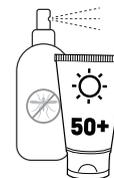
RADIO
Debe ser alimentado por batería. Saque las baterías cuando esté almacenado



BATERÍAS
Incluya variedad de baterías: AAA, AA, 9V, D



ROPA
Incluya al menos dos cambios de ropa



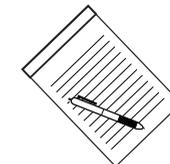
BLOQUEADOR SOLAR Y REPELENTE
El más fuerte que pueda conseguir



EFFECTIVO
Guárdelo en un recipiente seguro a prueba de agua.



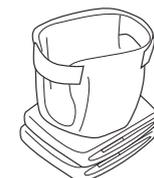
LLAVES DE REPUESTA
Guarde en contenedor a prueba de agua



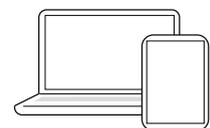
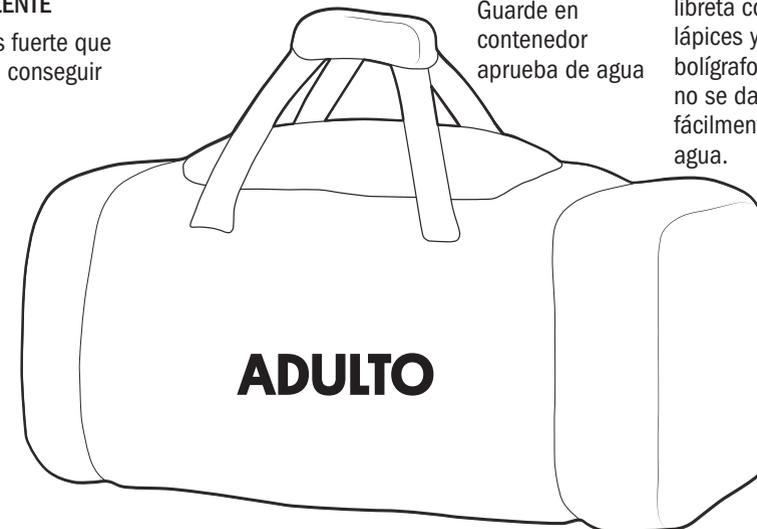
LIBRETA Y BOLÍGRAFOS
Incluya una libreta con lápices y bolígrafos que no se dañen fácilmente con agua.



FLASHLIGHT
Preferiblemente solar



PAÑALES
Incluya suficiente pañales para 5 días



LAPTOP O TABLETA
Junto on cargador de pared o USB

DESARROLLE UN PLAN DE EMERGENCIA PARA SU HOGAR

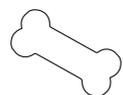
PASO 3 - DESARROLLE UN PLAN PARA TRASLADARSE

A. PREPARE UN BULTO DE EMERGENCIA PARA CADA MIEMBRO DE LA FAMILIA

SEGURIDAD Y BIENESTAR



MEDICINA Y PRIMEROS AUXILIOS
Suministro de medicinas para 7 días, incluir kit de primeros auxilios para mascota y tratamiento para pulgas.



ARTÍCULO PARA LA COMODIDAD
Incluir juguete o artículo para la comodidad



COMIDA
Incluir agua y comida para 3 días con platos plegables

INFORMACIÓN Y MATERIALES IMPORTANTES

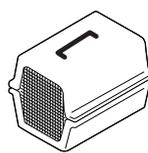


RÉCORD MÉDICO
Vacunas, Identificación de Microship, foto con mascota y familia en caso de separación.

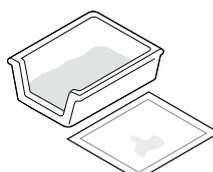


IDENTIFICACIÓN Y LISTA DE CONTACTO
Incluir veterinario y persona que pueda ayudar a sus animales si usted no puede llegar a su casa

DISPOSITIVOS Y ARTÍCULOS



PORTADOR
Incluir jaula o portador para sus mascotas



PADS DE ENTRENAMIENTO
Incluir litter portátil o pads de entrenamiento



FUNDAS
Incluya fundas para limpiar en situaciones inesperadas

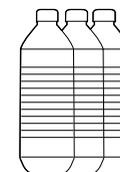


MASCOTAS

SEGURIDAD Y BIENESTAR



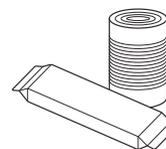
SUMINISTROS MÉDICOS
Medicamentos y kit de primeros auxilios



AGUA EMBOTELLADA
Si es posible incluir agua embotellada para tres días



HIGIENE DE BAÑO
Incluya toallitas o papel de baño



COMIDA
Comida no perecedera como granola



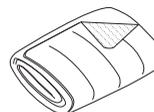
HIGIENE
Toallitas, desinfectante, cepillo y pasta de dientes



BLOQUEADOR SOLAR Y REPELENTE
El más fuerte que pueda conseguir

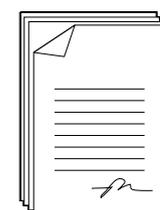


PAÑALES
Incluya suficiente pañales para 5 días



FRISA

INFORMACIÓN Y MATERIALES IMPORTANTES



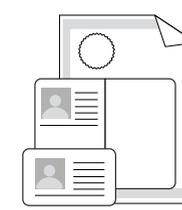
PRUEBA DE RESIDENCIA
Guarde en contenedor aprueba de agua



RÉCORD MÉDICO
Guarde en contenedor aprueba de agua



EFFECTIVO
Guarde en contenedor aprueba de agua



IDENTIFICACIÓN
Guarde en contenedor aprueba de agua



RÉCORD DE PLAN MÉDICO Y ASEGURADORA
Guarde en contenedor aprueba de agua

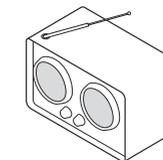


LLAVES DE REPUESTA
Guarde en contenedor aprueba de agua

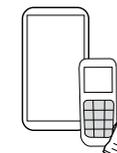


BOLSA FAMILIAR

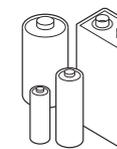
DISPOSITIVOS Y ARTÍCULOS



RADIO
Debe ser operador por baterías. Asegúrese de quitárselas mientras esté guarda



TELÉFONO MÓVIL
Con cargador de auto



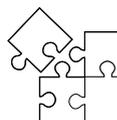
BATERÍAS
Incluya variedad de baterías: AAA, AA, 9V, D



FLASHLIGHT
Preferiblemente solar



SOMBRERO
Incluya un sombrero o gorra para protegerse contra la exposición solar prolongada



ENTRETENIMIENTO
Juegos y rompecabezas sirven para entretener y distraer



SOMBRILLA



COLLAR Y CORREA

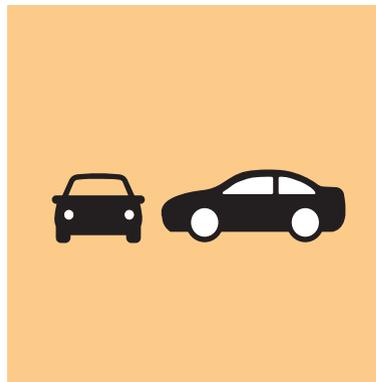
DESARROLLE UN PLAN DE EMERGENCIA PARA SU HOGAR

PASO 3 - DESARROLLE UN PLAN PARA TRASLADARSE

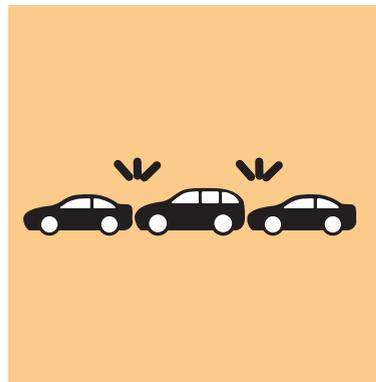
B. SUGERENCIAS PARA DESALOJAR EN AUTO



Llene el tanque de gasolina temprano para evitar filas largas de espera. Considere llevar gasolina adicional en un contenedor aprobado.



Use un auto por familia para ayudar a disminuir los tapones. Ofrezca transporte a sus vecinos si tiene espacio en su auto.



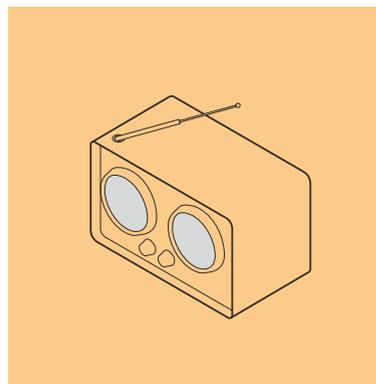
Espere retrasos prolongados. En las evacuaciones masivas de vehículos, el traslado puede tomar aproximadamente cuatro veces más de lo usual.



Memorice las rutas de desalojo designadas o lleve un mapa con las rutas marcadas. Solo viaje por estas rutas ya que otras podrían estar bloqueadas.



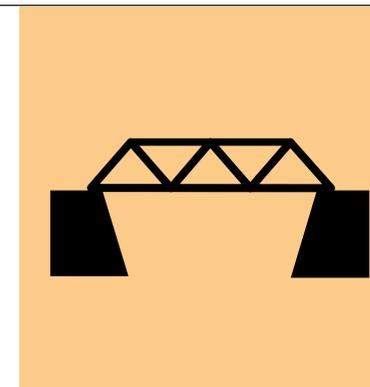
No conduzca en áreas inundadas. Tan solo seis pulgadas de agua en movimiento pueden derribar a una persona, y solo un pie de agua en movimiento puede arrastrar un auto.



Mantenga la radio prendida, siga las advertencias del tráfico y esté atento a cualquier peligro que observe, como cables eléctricos caídos y puentes arrasados por el agua.



Use zapatos resistentes y ropa protectora cómoda, como pantalones y una camisa de manga larga.



Anticipe el cierre de puentes a medida que la velocidad del viento aumente durante un huracán.



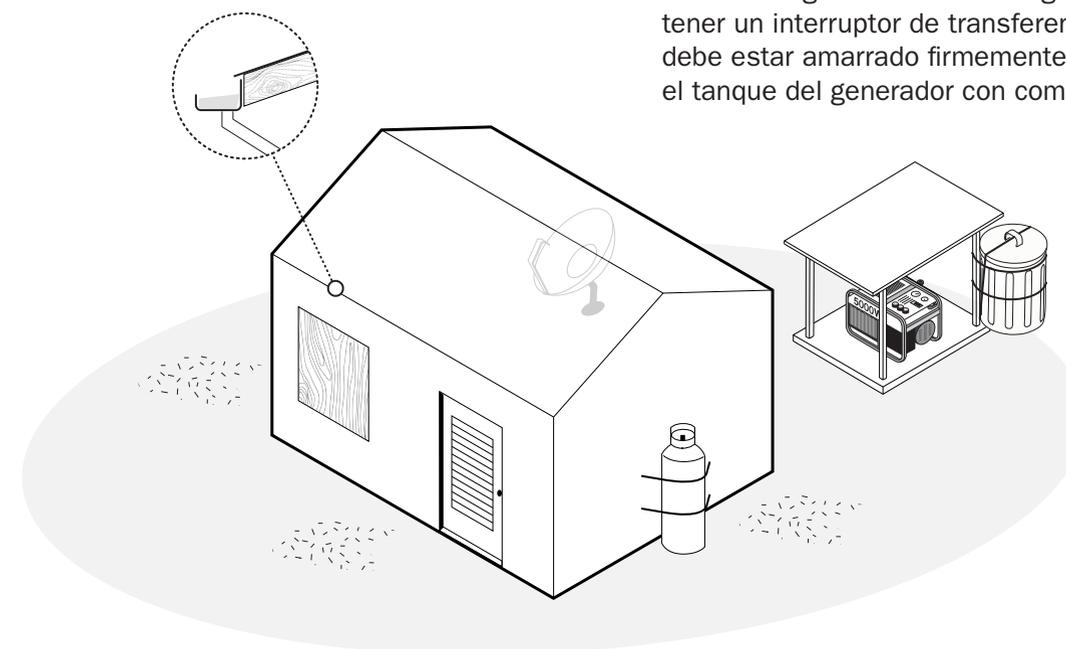
Tenga suministros de emergencia en su carro, inclusive una goma de repuesta o kit de parches, una linterna grande, un kit de primeros auxilios y herramientas básicas para reparaciones.

C. PREPARE SU HOGAR

Si tiene tiempo, proteja su hogar y sus pertenencias.

FUERA

- ▶ Amarre o reubique materiales o equipos sueltos, como muebles de exteriores, contenedores de basura, grills y bicicletas.
- ▶ Asegure las puertas y cubra las ventanas con madera laminada o persianas.
- ▶ Si lo hace con suficiente antelación, puede usar un sistema de amarre con cables para reforzar su hogar contra los vientos fuertes.
- ▶ Ancle los tanques de gas propano y cualquier recipiente que contenga químicos nocivos, para evitar derrames o que estos se vayan flotando.
- ▶ Limpie las canaletas y los desagües y mueva cualquier objeto que pueda impedir el retroceso del agua. Pruebe su bomba de sumidero, si la tiene.
- ▶ Si tiene un generador en su hogar, este debe tener un interruptor de transferencia aprobado y debe estar amarrado firmemente. Pruébelo y llene el tanque del generador con combustible.



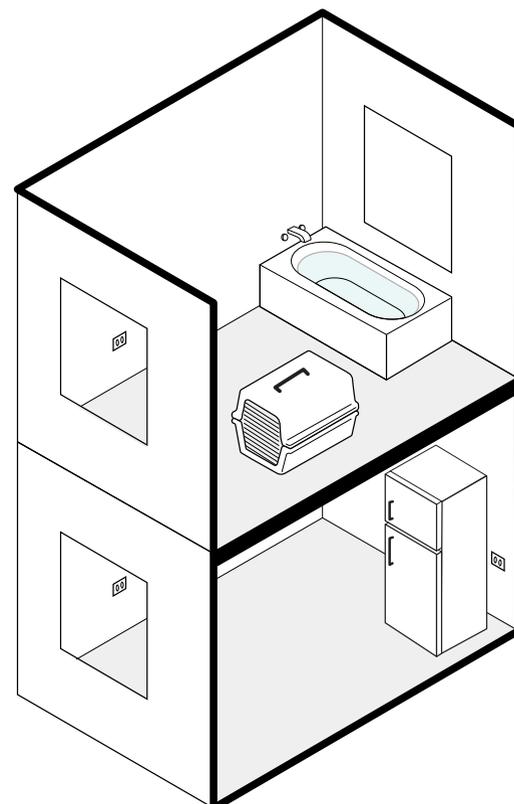
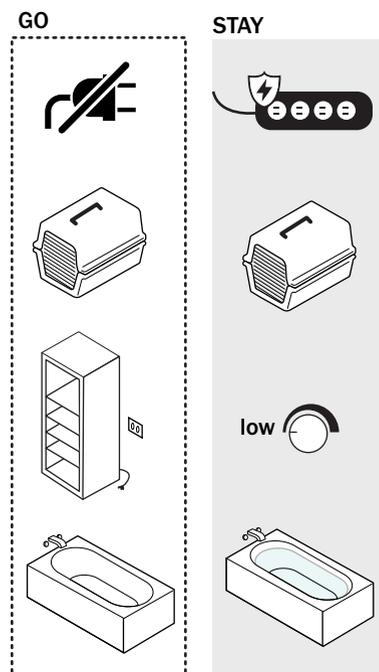
DESARROLLE UN PLAN DE EMERGENCIA PARA SU HOGAR

PASO 3 - DESARROLLE UN PLAN PARA TRASLADARSE

C. PREPARE SU HOGAR

DENTRO

- ▶ Reubique sus objetos de valor a la planta más alta si hay probabilidades de inundación.
- ▶ Llene la(s) bañera(s) y demás contenedores grandes y limpios con agua. Puede beber de esta agua si fuese necesario.
- ▶ Mantenga sus mascotas en un lugar seguro. Ubique las mascotas en una habitación o jaula para poder recogerlas rápidamente cuando esté listo para desalojar o trasladarse a un refugio.
- ▶ Si va a abandonar su hogar, desenchufe todos los enseres. Si decide quedarse, considere instalar un protector de sobrecarga (power surge) para conectar la nevera y el congelador, si desea mantenerlos conectados.
- ▶ Si opta por desalojar, vacíe la nevera y el congelador para evitar tener desechar comida podrida al regresar. El hongo y el hedor dentro de las neveras y congeladores pueden dañar estos enseres y podría tener que deshacerse de ellos.
- ▶ Si decide quedarse, ajuste las temperaturas de la nevera y el congelador a lo más bajo posible para que los alimentos se mantengan fríos por más tiempo.

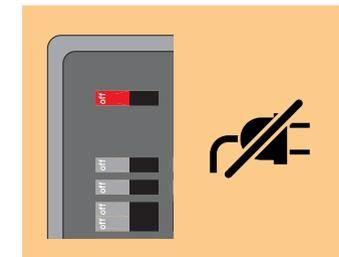


SISTEMAS DE SUMINISTRO Y SERVICIOS

Desconecte los sistemas de suministro para minimizar los riesgos y los daños. Por lo general, los riesgos de un corte de servicio surgen cuando los sistemas vuelven a funcionar sin haber sido desconectados adecuadamente. Pídale a un profesional que le enseñe a desconectar estos sistemas antes de un desastre.

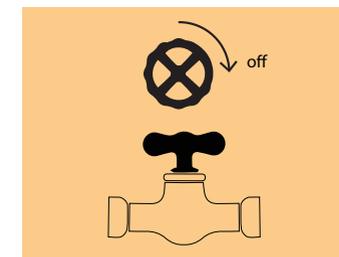
ELECTRICIDAD

- ▶ Hay dos puntos donde se puede cortar la electricidad: la caja de circuitos en el interior y la conexión eléctrica principal ubicada en el exterior del hogar. Accione los interruptores en cualquiera de estos lugares para cortar la electricidad.
- ▶ Desenchufe los enseres para evitar daños por sobrecarga eléctrica.
- ▶ Si es aconsejable cortar su servicio de electricidad, se transmitirá un mensaje de alerta pública para notificarlo.



AGUA

- ▶ La válvula de cierre principal funciona como el dial de una manguera de jardín. Consulte con un plomero para identificar y rotular esta válvula con una etiqueta plástica.
- ▶ Si va a desalojar su hogar, desconecte las conexiones principales de corriente y agua.
- ▶ Si va a refugiarse en su hogar, debe seguir los anuncios públicos o desconectar el agua y la corriente de manera preventiva.
- ▶ Independientemente de si decide desalojar o no, cierre el paso de gas a los enseres. Utilice la válvula que quede justo al lado de los enseres, no la válvula principal.



ESCOJA UN LUGAR DONDE MANTENER SU FAMILIA SEGURA

\$

Cuando se acerca un desastre previsto, lo primero que debe preguntarse es si debe desalojar el área con su familia, quedarse en casa (refugiarse en casa) o evacuar a un refugio cercano. Los huracanes avisan su llegada con varios días de anticipación, pero no hay forma de prever muchos otros desastres naturales. Esta estrategia le ayudará a determinar las mejores opciones para manejar todo tipo de condición y actuar según corresponda.

Estrategia en Acción

1. **Comprenda las vulnerabilidades de su hogar**
 - a. *Considere las dificultades que cada persona pueda enfrentar*
 - b. *Entienda los riesgos en su edificación*
 - c. *Entienda los riesgos en su área*
2. **Decida si debe quedarse o desalojar**

DESCRIPCIÓN Y FUNCIÓN

- ▶ Al evaluar las dificultades que puedan surgir para cada miembro de su hogar durante un desastre, su plan puede incluir formas de mitigar este impacto.
- ▶ Si tiene aviso previo, podrá considerar cuál es el lugar más seguro para pasar la tormenta: su propio hogar (refugiarse en casa), un refugio local o en algún otro lugar, ya sea con familiares, amistades o en un hotel, en un área segura y alejada de la zona de desastre. Como parte del proceso de planificación, haga nota de dos amigos que vivan fuera de su área y a los que su familia pueda acudir. Las mismas consideraciones aplican si necesita tomar estas decisiones luego del evento.



Fotos Patillas



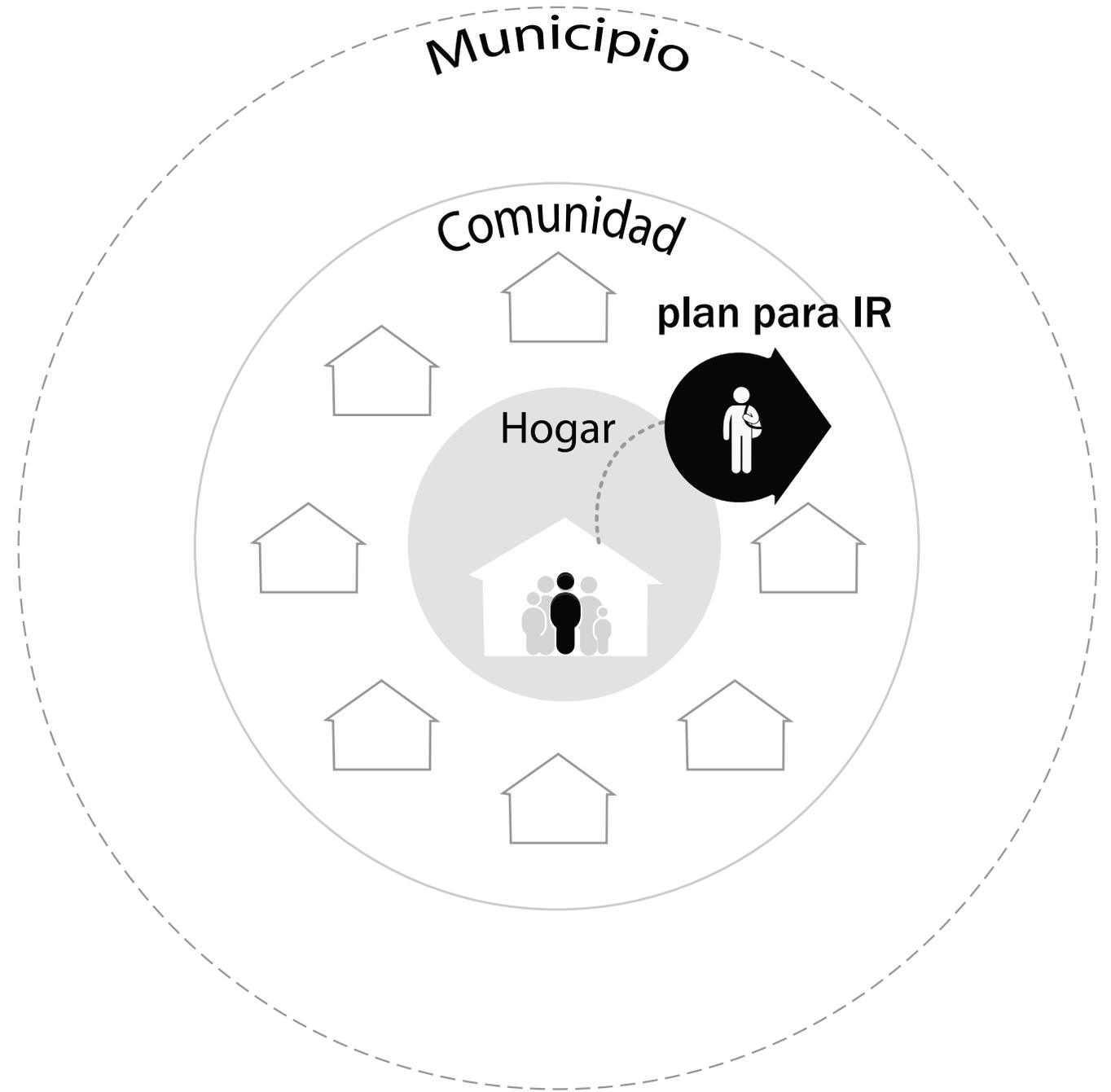
ESTRATEGIAS DE APOYO

01

Refuerce su entorno

04

Determine las prioridades según las condiciones estructurales de su hogar o edificio antes de un evento



ESCOJA UN LUGAR DONDE MANTENER SU FAMILIA SEGURA

PASO 1 - COMPRENDA LAS VULNERABILIDADES DE SU HOGAR



CONSIDERE LAS DIFICULTADES QUE CADA PERSONA PUEDA ENFRENTAR

- ¿Todos pueden recorrer largas distancias por su cuenta?
- ¿Todos pueden cargar un bulto moderadamente pesado?
- ¿Alguno necesita medicamentos, asistencia médica, equipo o alimentos especiales?
- ¿Alguien depende de la electricidad para su supervivencia?
- ¿Todos pueden hablar, escuchar y ver bien?
- ¿Qué opciones tiene para mantener sus mascotas seguras?

ENTIENDA LOS RIESGOS EN SU EDIFICACIÓN

- Identifique los puntos estructurales débiles en su hogar (vea la Estrategia 04 para realizar una inspección visual de su hogar).
- Considere una evaluación profesional para conocer sobre los diferentes riesgos que puedan afectar su edificación y si será seguro refugiarse allí durante una emergencia o si hay otro lugar al que pueda acudir.

ENTIENDA LOS RIESGOS EN SU ÁREA

- Algunos eventos, como los huracanes, pueden ser pronosticados por adelantado, pero no hay forma de avisar muchos otros desastres que pueden ocurrir en Puerto Rico. Para comprender las condiciones de su localidad en comparación con el resto de la isla, revise la Estrategia 01.
- ¿Se encuentra en un Área Especial de Riesgo de Inundación (SFHA, por sus siglas en inglés) o en una planicie inundable vulnerable a marejadas ciclónicas o inundaciones? Vea los mapas de inundación provistos en línea por el Centro de Servicios de Mapas (MSC, por sus siglas en inglés) de FEMA.
- ¿Se encuentra en una zona de evacuación designada por su gobierno local?
- ¿Se encuentra en un área aislada donde las vías de acceso podrían quedar fácilmente bloqueadas?
- ¿Tiene posesiones, escombros o químicos en su propiedad que puedan representar un peligro para usted o sus vecinos?

PASO 2 - DECIDA SI DEBE QUEDARSE O DESALOJAR

► ¡ES MEJOR PECAR DE CAUTELOSO!

Por lo general, la opción más sencilla es desalojar y quedarse con familiares y amistades que vivan fuera del área, antes de que se anuncie una orden de evacuación. Tome esta decisión con suficiente tiempo para maximizar sus opciones para trasladarse. Esto adquiere mayor importancia si un miembro de su hogar tiene necesidades especiales o si tiene que quedarse en un hotel que acepte mascotas.

► ¡NO SE OLVIDE DE SUS MASCOTAS!

Asegure que el lugar donde piense pasar el evento sea una alternativa donde acepten mascotas. Las opciones para mascotas incluyen:

- Quedarse en un hotel donde acepten mascotas
- Dejarlos en una guardería para animales que se encuentre en un área segura
- Dejarlas con un amigo que viva fuera del área
- Dejarlas con un vecino a quien le guste cuidar mascotas o llevarlas a un refugio de la comunidad en donde acepten mascotas.

¿QUÉ ES UNA ORDEN DE EVACUACIÓN Y QUÉ PUEDE HACER QUE SU ENTORNO SE TORNE PELIGROSO?

- Una orden de evacuación es un anuncio emitido por agencias gubernamentales, incluida la Agencia Estatal para el Manejo de Emergencias y Administración de Desastres (AEMED). Esta orden se emite cuando el área donde está su hogar es vulnerable a los peligros naturales, como inundaciones, marejadas ciclónicas, deslizamientos o vientos fuertes.
- Puede que el gobierno no siempre se percate de situaciones particulares. Aun cuando no se haya emitido una orden de evacuación, asegure que sus alrededores y su hogar estén seguros. Vea la Estrategia 01 y la Estrategia 04.

¿CUÁLES SON LAS CARACTERÍSTICAS DE UN ESPACIO SEGURO EN EL HOGAR?

- Cimientos, paredes y techo resistentes y estructuralmente firmes (preferiblemente de hormigón)
- Un número reducido de ventanas, tragaluces y otras aperturas
- Suficientes suministros para las personas y las mascotas
- Este espacio seguro puede ser:
 - Un baño o armario ubicado en el centro o interior de su hogar (no a lo largo de paredes exteriores)
 - Un espacio diseñado específicamente para servir de refugio durante desastres.
 - This safe space can be:
 - An interior bathroom or closet located at the center of your home (not along an exterior wall)
 - A space that is specifically built as a shelter during disasters.

¿QUÉ CONSTITUYE UN ESPACIO SEGURO CERCA DE SU ÁREA?

- Un espacio seguro cerca de su área puede ser el hogar de un vecino que está equipado con suficientes suministros de emergencia para todos, o un refugio de la comunidad.

ESCOJA UN LUGAR DONDE MANTENER SU FAMILIA SEGURA

PASO 2 - DECIDA SI DEBE QUEDARSE O DESALOJAR



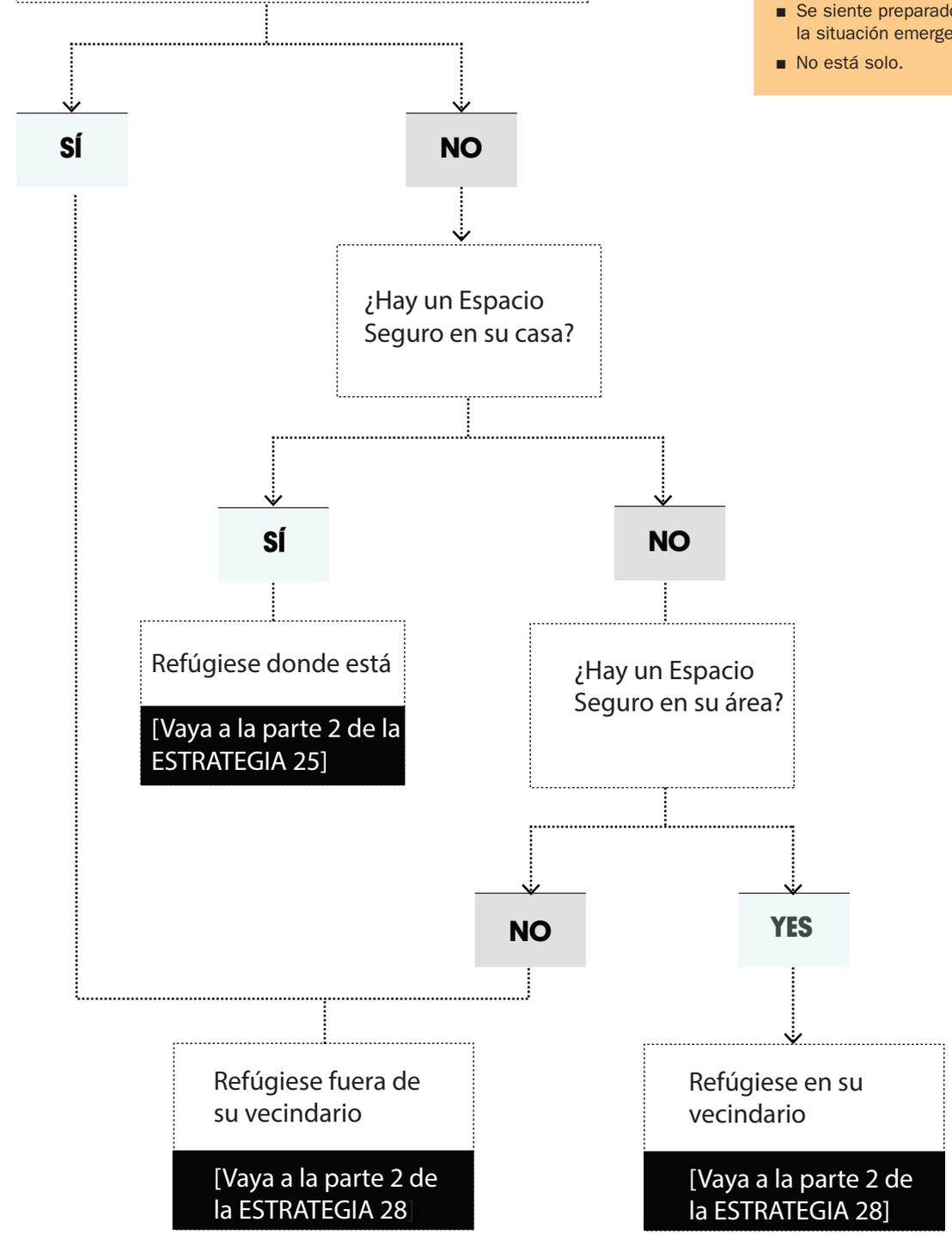
RECUERDA

¡OJO! PASE EL EVENTO AQUÍ SOLAMENTE SI:

- Todos están en buena salud como para vivir sin los sistemas de suministro por un período de tiempo prolongado. Cualquier persona que necesite atención médica más allá de los cuidados de primeros auxilios debe consultar con su médico de cabecera sobre cuál es el mejor lugar para trasladarse.
- Tiene manera de comunicarse y obtener noticias.
- Se siente preparado emocionalmente para pasar la situación emergente del desastre.
- No está solo.

¿Hay una orden de evacuación en su área?

¿Está usted vulnerable luego de la evaluación de la parte uno de esta estrategia?



RESPONDA Y COMIENZE LA RECUPERACIÓN DEL HOGAR

\$

Afrontar las consecuencias inmediatas y prolongadas de un huracán es una de las etapas más difíciles en el proceso de recuperación del hogar. Luego de un evento, el panorama puede incluir apagones, interrupciones en el servicio de agua y la destrucción de edificaciones. Esta estrategia se enfoca en lo que debe hacer durante una emergencia y cómo manejar el proceso de respuesta inmediata para que su recuperación a largo plazo sea la base de un futuro resiliente para su hogar y su familia.

DESCRIPCIÓN Y FUNCIÓN

Divida el trabajo que se requiera durante la fase de recuperación en tareas manejables; esto le ayudará a seguir adelante.



Jake Price Houston Texas Hurricane Harvey

Estrategia en Acción

1. *Durante la emergencia*
2. *Luego de la emergencia: Evalúe su hogar de manera segura*
3. *Reaccione ante las condiciones de emergencia*
4. *Comprenda lo que conlleva el proceso de recuperación: Regístrese para recibir asistencia*
5. *Reconstruya*

SUGERENCIAS DE MANTENIMIENTO Y OPERACIÓN

- ▷ Asegure el espacio seguro en su hogar o donde has decidido capear lo natural el desastre se prepara como usted:
- ▷ Retire cualquier elemento que cuelgue de las paredes como estantes, espejos, cuadros u obras de arte.
- ▷ Mueva objetos pesados, como libros, para bajar estantes o cajas de plástico en el piso.
- ▷ Repare fisuras y selle las aberturas al exterior, como ventanas, con paneles de madera o persianas de tormenta. Ver estrategia 08.

ESTRATEGIAS DE APOYO

01	04	08	23	25	26	27	28
Refuerce su entorno	Determine las prioridades según las condiciones estructurales de su hogar o edificio antes de un evento	Sujete, selle y proteja las aperturas en los edificios	Desarrolle un plan de emergencia para su hogar	Responda y comience la recuperación del hogar	Desarrolle un plan comunitario	Identifique y prepare un refugio seguro para la comunidad	Inspire la planificación comunitaria luego del desastre



RESPONDA Y COMIENZE LA RECUPERACIÓN DEL HOGAR

PASO 1 - DURANTE LA EMERGENCIA



- MANTENGA EL TELÉFONO O LA RADIO ENCENDIDA EN TODO MOMENTO.
- MANTENGA LA CALMA, AYUDE A OTROS Y SIGA LAS ADVERTENCIAS OFICIALES.
- TENGA JUEGOS DE MESA O CARTAS A LA MANO PARA PASAR EL TIEMPO EN UN ESPACIO CERRADO.
- PROTEJA Y ALMACENE LOS OBJETOS DE VALOR EN CONTENEDORES PLÁSTICOS. DESCONECTE Y COLOQUE LOS DISPOSITIVOS ELECTRÓNICOS EN SUPERFICIES ELEVADAS.



- GASTE LAS BATERÍAS EN USOS NO ESENCIALES.
- SE ARRIESGUE NI SE SEPARÉ DE LOS DEMÁS.
- ARRIESGUE SU VIDA PARA SALVAR SUS PERTENENCIAS.
- SALGA DE UN ESPACIO SEGURO A MENOS QUE LAS AUTORIDADES ANUNCIEN QUE EL PELIGRO HA PASADO.

PASO 2 - LUEGO DE LA EMERGENCIA EVALÚE SU HOGAR DE MANERA SEGURA

Las tormentas y otros desastres van dejando riesgos nuevos a su paso. Si desaloja su hogar, regrese solo cuando los oficiales cualificados entiendan que es seguro. Si se refugia en su hogar, no salga hasta que un anuncio oficial avise que puede hacerlo de manera segura.

SALIR LUEGO DE REFUGIARSE EN SU HOGAR

- Avise a los equipos de emergencia y los vecinos
- Coloque un aviso en la puerta principal en letras grandes y oscuras que lea 'OK' si no necesita ayuda de emergencia o 'AYUDA' de necesitarla.
- Si desaloja, coloque un mensaje que indique a dónde fue, con quién está y sus números de teléfono o contacto (pueden ser su número de celular y el de su contacto fuera del área).



JAKE PRICE HOUSTON TX HURRICANE HARVEY

PASO 2 - LUEGO DE LA EMERGENCIA EVALÚE SU HOGAR DE MANERA SEGURA



REGRESAR A SU HOGAR

- Entre al hogar con mucha precaución y con linterna en mano. No entre a la edificación con quinqués o cualquier otra fuente de llamas. Podría haber gas u otros vapores inflamables que puedan provocar incendios.
- Tenga cuidado con los vidrios rotos y escombros cortantes. Abandone el espacio si ve o huele a moho (da un olor rancio).
- El agua y la electricidad son peligrosos en conjunto. NUNCA conecte la corriente si hay agua dentro del hogar.
- Documente todos los daños para facilitar el proceso de respuesta de su compañía aseguradora, los servicios de emergencia y el municipio.
- Tome fotos o videos y documente todos los daños por escrito.
- Calcule las pérdidas totales estimadas en dólares.
- Lleve un registro de todos los daños para mostrarle el historial de su hogar a la compañía de seguros.



MANEJAR UNA VIVIENDA INUNDADA

- Para ventilar el espacio, abra puertas y ventanas tan pronto el clima lo permita.
- Determine si hay moho en su hogar. Vea la Estrategia 13 para conocer cómo detectarlo.
- Si no hay indicios de moho, retire los materiales húmedos tan pronto pueda (paneles de yeso, telas, alfombras, muebles, etc.) para evitar su desarrollo.
- Si cree que puede haber moho, utilice gafas protectoras, guantes y una mascarilla. No pase más de 15 minutos por vez en el lugar. Tome fotografías para documentar los daños cuidadosamente para su compañía de seguros.
- Por favor, visite la página web de Enterprise para ver la guía Creating a Healthy Home: A Field Guide for Clean-Up of Flooded Homes, disponible en <https://www.enterprisecommunity.org/download?fid=5140&nid=4465>. Aquí obtendrá información exhaustiva sobre cómo limpiar su hogar de manera segura.



PECES

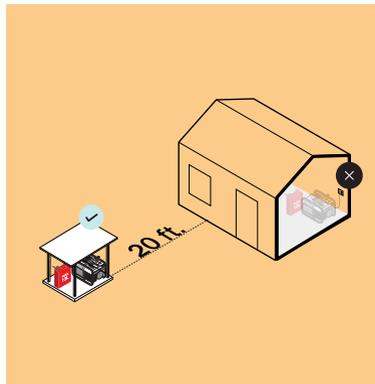
EN SU COMUNIDAD

- Evite caminar o conducir a través de aguas de crecidas. Estas pueden estar cargadas eléctricamente por tendidos eléctricos caídos o estar contaminadas con aguas residuales.
- Esté atento a los deslizamientos de tierra, especialmente luego de un periodo de mucha lluvia. Sea consciente de los cambios en el entorno, tales como patrones nuevos en el drenaje de aguas pluviales en las pendientes (particularmente en los lugares donde convergen las aguas de escorrentía), movimientos de tierra, árboles inclinados y cualquier grieta o desviación en su edificación.
- Vea la Estrategia 28 para obtener más información.

RESPONDA Y COMIENZE LA RECUPERACIÓN DEL HOGAR

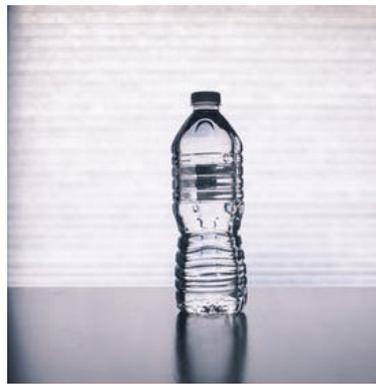
PASO 3 - REACCIONE ANTE LAS CONDICIONES DE EMERGENCIA

- ▶ Los desastres afectan la salud física y mental. Mantenerse saludable le ayudará a experimentar un proceso de recuperación sin inconvenientes.
- ▶ Recuerde que usted es parte de una comunidad y que, entre todos, pueden apoyarse mutuamente. Vea la Estrategia 28 para más detalles sobre la colaboración comunitaria. También vea las estrategias sobre la generación de energía y el manejo del agua.



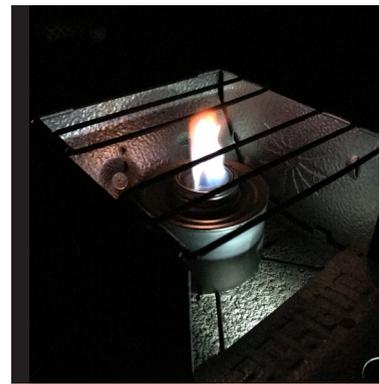
USE UN GENERADOR DE ELECTRICIDAD

- NUNCA utilice un generador dentro de su hogar ya que produce niveles mortales de monóxido de carbono. Coloque el generador en el exterior (por lo menos a 20 pies de distancia de su hogar). Monitoree el aire del interior con un detector de monóxido de carbono que tenga baterías nuevas.
- Si tiene un generador portátil, guárdelo en un espacio cubierto y ventilado, sobre todo si le preocupa que se lo roben. Utilice un contenedor aprobado para almacenar gasolina y asegúrelo en un espacio protegido, lejos de la gente.
- NUNCA conecte un generador en un enchufe de pared.



DISPONGA DE AGUA Y ALIMENTOS SEGUROS

- Si no puede usar su estufa para cocinar, use un grill de exterior, estufa de campamento u hornee con un horno solar.
- Si no tiene acceso al exterior, use una estufa de gas propano cerca de una ventana.
- No cocine alimentos con leña pintada o tratada con químicos; esta es tóxica.
- Los alimentos enlatados y sellados son las opciones más higiénicas.



VIVA SIN ELECTRICIDAD

- Utilice el mínimo de electricidad hasta que el servicio se restablezca por completo. El suministro de energía podría verse reducido, así que emplear una carga menor en la red implica más energía disponible para una mayor cantidad de personas.
- Identifique los peligros de incendio en el hogar (y desarrolle medidas apropiadas para la mitigación de riesgos).
- Use prácticas seguras para cocinar, iluminar y calentar (p. ej., no deje los electrodomésticos desatendidos, mantenga la ropa/los muebles lejos de los electrodomésticos, etc.)
- Enseñe a los niños sobre la seguridad contra incendios y fomente una conducta prudente.
- Comparta sus ideas y conocimientos con los vecinos.



MANTÉNGASE FRESCO A PESAR DEL CALOR ICON

- Evite cosas que le hagan sudar, tales como alimentos salados, actividad física y sentarse bajo el sol.
- Trabajar con intensidad mientras usa ropa que cubre todo su cuerpo puede provocar:
 - Agotamiento por calor – los síntomas incluyen sudoración excesiva, debilidad, náuseas, vómitos, dolor de cabeza, mareos y calambres musculares. Descanse en un lugar fresco, quítese el exceso de ropa e hidrátese inmediatamente.
 - Insolación - si el agotamiento por calor persiste, busque atención médica de inmediato. Los síntomas incluyen temperatura corporal elevada, estado mental o comportamiento alterado, dolores de cabeza, confusión, agitación, dificultad para hablar, irritabilidad, delirio, convulsiones, respiración rápida, pulso rápido y sudoración que alterna con piel seca. Refresque a la persona mediante cualquier método a su disposición y llame a un profesional de la salud.



PREPARE COMIDA

- NUNCA consuma alimentos que hayan entrado en contacto con las aguas pluviales. Si las latas o los contenedores de alimentos se mojan, elimine las etiquetas de papel (ya que pueden tener bacterias) y limpie las latas o contenedores con cloro diluido (1 cucharada de cloro líquido sin olor en 1 galón de agua) y deje secar por una hora. Si las latas están abolladas o dañadas, es probable que estén contaminadas y no debe comer lo que contienen.
- En caso de duda, descarte las latas. La intoxicación por alimentos puede ser peligrosa en una emergencia. Durante un incendio, la comida queda expuesta a químicos tóxicos (incluso la que se encuentra en la nevera) y no se debe consumir.
- Sin electricidad, los alimentos pueden mantenerse fríos hasta 4 horas en la nevera y hasta 48 horas en el congelador.



CUIDE SU SALUD MENTAL

- Sobrevivir un desastre es una experiencia estresante. Los periodos de estrés extensos pueden llevar a la depresión, la ira y el abuso de sustancias.
- Lleve una dieta saludable, ejercítese con frecuencia, duerma bien y evite el alcohol y otras sustancias o drogas.
- Comparta sus sentimientos con amistades o familiares. Mantenga las relaciones con amistades.
- Dentro de lo posible, descance del manejo de la situación de desastre e intente disfrutar de las actividades que le agraden.
- Manténgase informado, pero evite la exposición excesiva a la cobertura mediática del evento.
- Pida ayuda de un miembro del clero, consejero, organización sin fines de lucro (como la Cruz Roja) o médico.
- *Recuerde: Los desastres naturales son particularmente difíciles para los niños. Para ayudarles, lo mejor será:
 - Regresar a su rutina familiar lo más pronto posible.
 - Mantener la calma y contestar todas sus preguntas.
 - Limitar su exposición a la cobertura mediática del evento.

RESPONDA Y COMIENZE LA RECUPERACIÓN DEL HOGAR

PASO 3 - REACCIONE ANTE LAS CONDICIONES DE EMERGENCIA



VIVA SIN EL SUMINISTRO DE AGUA CORRIENTE

- Manténgase hidratado. Si tiene un suministro escaso de agua, úselo solo para beber.
- Si no dispone de agua embotellada, trate su propia agua. El agua sucia puede causar enfermedades como la disentería, el cólera, la fiebre tifoidea y la hepatitis. Siga las directrices del Departamento de Salud sobre cómo tratar el agua. Evite beber, bañarse, lavar los platos, lavarse los dientes y hacer hielo con agua que entienda no es segura para su consumo. Los bebés deben ser amamantados o alimentados con fórmula, nunca con agua.
- Utilice el agua de lluvia recolectada en baldes limpios para descargar los inodoros. Nunca use agua de inundación.
- Vea la Estrategia 15 para más detalles.



REDUZCA LAS PLAGAS

- Puede haber escombros cerca, incluso restos de alimentos, y esto atrae las plagas. Esté atento a ventanas y puertas abiertas que puedan permitir el acceso a roedores, insectos y reptiles que propagan enfermedades.
- Utilice repelente de mosquitos y duerma con un mosquitero para protegerse de los virus del dengue y el zika. Las mujeres embarazadas o que piensan tener hijos deben ser conscientes de que estos virus están relacionados con complicaciones durante el embarazo.
- Utilice abanicos de batería para mantener el flujo de aire. Mantenga sus alrededores secos y a una temperatura agradable para ahuyentar a los mosquitos. Vea la Estrategia 14 para más detalles.



GARANTICE LAS CONDICIONES SANITARIAS Y OCÚPESE DE SU SISTEMA SÉPTICO

- Evite gastar agua en usos no esenciales y descargue los inodoros lo menos posible. Use un desinfectante de manos para mantenerlas limpias.
- Si las tuberías de su sistema alejan las aguas residuales, puede verter agua por la taza para descargar el inodoro.
- Mantenga las tuberías cerradas si están tapadas. Esto significa que necesitará improvisar un inodoro.
- Si tiene un sistema séptico:
 - Si el campo de drenaje queda cubierto de agua, no use el sistema y evite el contacto con el agua estancada, ya que puede estar contaminada con aguas residuales.



LIMPIE Y RETIRE LOS ESCOMBROS

- Utilice ropa y equipo que le proteja durante la limpieza. Podría estar expuesto a pintura a base de plomo, asbestos y otras toxinas.
- Mantenga los espacios bien ventilados.
- Desinfecte cualquier herida, cortadura o mordida de animal con agua limpia y jabón.
- Elimine los escombros.
- Eliminar los escombros ayuda a proteger la salud humana, cumplir con las regulaciones establecidas, disminuir las lesiones y reducir o evitar el impacto ambiental. Colabore con sus vecinos durante este proceso. Vea la Estrategia 26 para más detalles sobre cómo organizar colaboraciones comunitarias.



TRATE EL AGUA

- Las formas más comunes de tratar el agua son hervirla y tratarla con cloro.
- Hierva el agua por al menos 3 minutos y luego permita que se enfríe.
- Trate el agua solo con cloro regular sin aroma. La concentración del cloro para uso doméstico va desde 5.25% hasta 8.25%.
- Para concentraciones de 5.25%, agregue 8 gotas por galón (aproximadamente de cucharadita).
- Para concentraciones de 8.25%, agregue 6 gotas por galón.
- Mezcle y deje reposar por 30 minutos. Si no detecta un ligero olor a cloro, repita la dosis y deje reposar por unos 15 minutos más. Si aún no huele a cloro, descarte la mezcla y procure otra fuente de agua. Antes de beber, deje reposar por varias horas; el olor a cloro se disipará.



RESPONDA Y COMIENZE LA RECUPERACIÓN DEL HOGAR

PASO 4 - COMPRENDA LO QUE CONLLEVA EL PROCESO DE RECUPERACIÓN: REGÍSTRESE PARA RECIBIR ASISTENCIA

Los retos siempre aparecen, ya sea para reparaciones menores o para reconstruir su hogar. Al inicio, dedique tiempo a estructurar su proyecto. Así, ahorrará tiempo y dinero a largo plazo.



SEGURO

- Lo primero que debe hacer es presentar una reclamación al seguro.
- Por lo general, los fondos para la reconstrucción (tal como los fondos de FEMA y otras agencias gubernamentales) no se calculan hasta que se hagan los ajustes en las reclamaciones al seguro.

AGENCIAS GUBERNAMENTA

- Si se emite una declaración presidencial de desastre, usted podrá solicitar fondos a través de FEMA. Para obtener asistencia de FEMA, puede registrarse en línea en la página www.DisasterAssistance.gov o en persona en un Centro de Recuperación por Desastre (DRC, por sus siglas en inglés). Al registrarse directamente con FEMA, podrá conocer el tipo de ayuda a la que tiene derecho.
- Determine si cualifica para un préstamo por desastre a bajo interés otorgado por la Administración de Pequeños Negocios (SBA, por sus siglas en inglés). La SBA ofrece préstamos por desastre a bajo interés para los negocios, las organizaciones sin fines de lucro y los propietarios e inquilinos.

ORGANIZACIONES SIN FINES DE LUCRO

- Si no puede costear los servicios de construcción, es probable que existan grupos de voluntarios u organizaciones sin fines de lucro que se encargan de las reparaciones y la eliminación del moho.
- Si necesita ayuda adicional, como subsidios alimentarios, dispositivos médicos, atención de salud mental o asistencia para pequeños negocios, pídale a un representante de FEMA que le refiera a organizaciones como la Cruz Roja Americana, o esté siga las recomendaciones que escuche por su área.

PASO 5 - RECONSTRUYA

ESTABLEZCA SUS PRIORIDADES

Manténgase seguro y saludable durante el proceso de recuperación. Esto podría significar que usted y su familia se tengan que quedar en un refugio seguro, en la casa de un familiar o vecino, o en un hotel.

ESTABLEZCA SU PRESUPUESTO

- Obtenga información de su compañía de seguros, FEMA y otras fuentes de asistencia, sobre los fondos disponibles y los requisitos específicos de presentación para que sean autorizados.
- Los proyectos de construcción usualmente son más costosos de lo previsto, incluso con un buen contratista. Añada un margen de por lo menos 20% a su presupuesto para gastos inesperados.
- Vea la sección Unirlo todo para obtener más información.

DETERMINE EL ALCANCE DE SU PROYECTO

- Prepare una lista de los servicios que necesita (carpintería, eliminación de moho, eléctrico) para presentarla a los contratistas y obtener una oferta.
- Los arquitectos le ayudarán a determinar cómo construir de manera más segura y ecológica y dentro de su presupuesto.
- Un servicio de asistencia para diseño (Design Help Desk) le ayuda a trabajar con un arquitecto para planificar su proyecto. Siga las noticias para conocer sobre este tipo de servicio.

CONOZCA LAS LEYES APLICABLES

- Trabaje con negocios locales que tengan seguro y las licencias adecuadas. Si el constructor no tiene un seguro adecuado de compensación laboral y responsabilidad civil, usted podría terminar siendo responsable por accidentes asociados con proyectos de construcción en su propiedad.
- Asegúrese de que el contrato incluya como requisito que su contratista adquiera los permisos necesarios y que cumpla con los códigos de construcción correspondientes.
- Verifique que el contratista esté certificado para brindar el servicio que necesita. Por ejemplo, se requieren certificaciones especiales tanto para la remoción de moho como para manejar la pintura a base de plomo.
- Vea la sección Unirlo todo para más información.

BUSQUE UN BUEN CONTRATISTA

- Tenga cuidado al escoger un contratista, ya que existen muchos fraudes.
- Solicite ofertas de varios contratistas. La oferta más económica no siempre es la mejor.
- Establezca un contrato por escrito. Incluya: costo total, materiales y plazo. Mientras más detalles incluya, mejor.
- Solicite una recomendación a su compañía de seguros.
- Comuníquese bien y constantemente con su contratista.
- Rechace los tratos con pago en efectivo solamente, solicitudes de puerta a puerta que requieran que usted se comprometa de inmediato, pagos anticipados demasiado altos, acuerdos "de caballeros" sin contrato, inspecciones del lugar gratuitas o materiales con descuento. Sea cauteloso si un contratista lo contacta primero.
- Obtenga referencias de clientes anteriores, y que incluyan referencias de clientes antiguos (para confirmar la resiliencia de las obras), y de clientes recientes, para asegurar que hayan mantenido su calidad.

CASA PUEBLO

Descripción: Casa Pueblo es una organización sin fines de lucro y de base comunitaria ubicada en Adjuntas, Puerto Rico. Casa Pueblo es la evolución de lo que comenzó como una lucha reñida por la conservación de las tierras en la región montañosa central de la isla. Ahora una institución respetada y admirada, Casa Pueblo continúa su objetivo de educar al público en asuntos relacionados con el desarrollo sustentable y el activismo comunitario. La sede, ubicada en Adjuntas, sirve como un centro cultural donde los visitantes pueden aprender todo sobre la historia del conocido taller de arte y cultura. Una visita guiada al centro abarca todos los logros de Casa Pueblo, desde sus esfuerzos iniciales para prevenir la minería de tiras en la región circundante hasta la promulgación subsiguiente de legislación a favor de la conservación de tierras de otros municipios. Otras atracciones turísticas incluyen un jardín de mariposas, un vivero de plantas y la tienda artesanal.



TALLER SALUD, LOIZA



Recurso: Tania Rosario, Taller Salud, Loíza

Referencia: <https://www.tallersalud.com/>

Descripción: Taller Salud es una organización feminista de base comunitaria que tiene como objetivo mejorar el acceso de las mujeres a la salud, reducir la violencia en entornos comunitarios y fomentar el desarrollo económico a través de la educación y el activismo. Tras el paso del huracán María, Taller Salud coordinó brigadas de atención médica y psicológica a sobre 2,000 personas y repartió alimentos a alrededor de 14,000 mujeres y sus familias durante los primeros tres meses. Entre los meses de enero a marzo de 2018, unas 3,000 personas adicionales recibieron asistencia primaria y suministros según su sistema de categorías de necesidad y unas 1,000 personas adicionales recibieron atención médica y/o psicológica. Durante los seis meses posteriores al paso de los huracanes, nuestra organización y nuestros aliados logramos ayudar a un total estimado de 20,000 personas de 15 municipios como parte de la respuesta a la emergencia.

ENTREVISTA

La realidad es que, para nuestras comunidades en Loíza, donde tenemos nuestras oficinas, la situación fue bien fuerte. Apenas estábamos trabajando con los estragos que dejó el paso de Irma por Loíza, huracán que dejó alrededor de 300 hogares destruidos y colapsó los sistemas de agua y de luz en la zona. La realidad es que la respuesta a María surge de la respuesta a la emergencia de Irma. Esto nos ayudó muchísimo a la hora de recibir donativos, ya que cuando nos preguntaban qué hacía falta, teníamos

más o menos una idea de las características de nuestros residentes y así no se duplicaban las ayudas. Esto permitía el flujo de recursos a otras comunidades con características distintas a las de nuestros residentes. Por otra parte, también nos ayudó a identificar necesidades adicionales que en momentos de emergencia se tienden a olvidar, como lo son la salud sexual y el cuidado femenino.

La dinámica que se dio fue día a día; organizamos reuniones diarias para determinar categorías de ayuda para suplir necesidades básicas con cierta prioridad, tales como agua, alimentos, medicamentos y asistencia médica, ropa, artículos de primera necesidad, control de plagas, materiales y enseres para viviendas. También, luego de María establecimos cuatro comedores en la comunidad donde las mujeres eran las que cocinaban alrededor de 1,000 platos por día durante 8 semanas. Ahora mismo estamos trabajando con el proyecto de Recuperación Justa que tiene como meta dos cosas: a) la entrega de las ayudas; y b) la organización comunitaria. Básicamente, este proyecto busca que la comunidad vaya haciendo y desarrollando trabajo de formación política y organizacional ante el escenario de la amenaza real frente al discurso de la recuperación. Ejemplo, aquí en Loíza, nuestra comunidad está cerca de un caño que necesita ser dragado y siempre nos dicen que no hay dinero para esto, pero si se propone la construcción de viviendas o proyectos de apartamentos el dinero sí aparece, así que lo que buscamos es que la comunidad y sus residentes asuman responsabilidad y tengan un discurso e identidad política para enfrentar todo lo que conlleva la recuperación. Por eso le llamamos Recuperación Justa y no 'Disaster Recovery'.



BARRIO MARIANA'S RECREATIONAL AND CULTURAL ASSOCIATION (ARECMA, BY ITS SPANISH ACRONYM)

Recursos: Rosalina Abreu y Susana Sanabria, ARECMA, Inc.

Referencia: <https://arecma.wixsite.com/arecma>

Descripción: La Asociación Recreativa Educativa y Comunal Barrio Mariana (ARECMA) es la organización de base comunitaria sin fines de lucro del barrio Mariana en Humacao, creada para trabajar y procurar el bienestar y desarrollo integral del barrio y su gente. Mariana es una comunidad montañosa, con alrededor de 6 km de distancia del pueblo (centro urbano). Se divide en tres sectores (Mariana I, II, III) y allí habitan hasta casi 3, 200 personas. Al ser una comunidad rural y por su distancia entre esta y el centro urbano, los residentes de Mariana siempre han tenido dificultad de acceso a los servicios de necesidad básica como la energía eléctrica, sistema de telefonía, la transportación y el sistema de agua potable. Ante este escenario, los residentes de la comunidad decidimos unirnos y crear ARECMA hace 37 años en búsqueda de respuestas a las necesidades inmediatas. El barrio Mariana, ubicado en la zona rural del municipio de Humacao, se ha convertido en una de las comunidades más resilientes tras el paso del huracán María. Tras la emergencia, esta comunidad ha organizado distintos proyectos para responder a las necesidades de sus residentes. Entre sus distintos proyectos, se encuentra el comedor comunal de ARECMA que sirvió de 150 a 500 platos de almuerzo por un periodo de seis meses. Esta cocina comunal es manejada por un grupo de entre 7 y 11 mujeres residentes de la comunidad. Actualmente, esta iniciativa sigue en funcionamiento, pero se opera a través de intercambio, los participantes teniendo la oportunidad de hacer un donativo de \$5.00 o trabajar como voluntario en alguno de los proyectos.



ENTREVISTA

La primera necesidad que identificamos fue la de un espacio para la comunidad, así que hace 37 años compramos este terreno (Loma de la Niña Mariana) para proyectos de la comunidad. Gracias a que tenemos este terreno, podemos realizar las actividades que han aportado mejoría económica y oportunidades a la comunidad. Por ejemplo, el Festival de la Pana que ya lleva 36 años, los campamentos de verano que llevan entre 16-17 años, la cocina comunitaria y actividades similares que son para la comunidad. Después de María, tardamos unos cuantos días en lo que podíamos venir de nuestras casas. Entonces, la gente comenzó a llegar a La Loma. El grupo de ARECMA limpió los alrededores porque aquí todo se destruyó por la altura. Lo mismo pasó con la cocina comunitaria, uno de nuestros recursos vio lo que era la cocina comunitaria y sugirió que lo hiciéramos aquí. Empezamos cocinando para nosotros mismos y luego de eso nos dimos cuenta de que a la gente le hacía falta comida, así que decidimos cocinar una comida al día para alimentar a las personas de la comunidad. Con la poca señal que teníamos en ocasiones, poníamos en las redes sociales lo que hacía falta y la ayuda llegaba. Poco a poco se corrió la voz y en ocasiones llegaban personas de pueblos limítrofes como Yabucoa, Naguabo y Juncos, algo que se daba hasta hace poco. Nosotros como organización nos reuníamos para determinar si aceptábamos las ayudas o no porque no todo el mundo venía con buenas intenciones. Otros retos fueron la comunicación (como para mucha gente) y el no poseer un censo previo al huracán de la infraestructura y las necesidades de los residentes.



De los logros podría decirte que uno de estos fue tener entre nosotros líderes comprometidos, la red humana formada en la comunidad cuando hizo falta, que dijeron presente; surgió el voluntariado. Nosotros como organización no teníamos un cuerpo de voluntarios establecido per se. Sin embargo, los voluntarios llegaron aquí por lo que representa ARECMA para la comunidad. Liderato joven, este se hizo cargo de la mayoría de los trabajos y la intensidad con la que lo hicieron fue bien grande. El poseer un

espacio y unas facilidades nos permitió almacenar suministros; el tener la cocina nos permitió alimentar a mucha gente. Los medios de comunicación, las redes sociales y la ayuda de la diáspora fueron bien importantes; gracias a ellos aquí llegaban suministros, alimentos, medicamentos y por donaciones de compañías americanas tenemos la cisterna de agua y unas plaquitas solares.

