

ARTÍCULOS DE EMERGENCIA

Almacene desde ahora suficientes víveres y artículos de emergencia para después del terremoto y que le duren al menos tres días (botiquín de primeros auxilios, agua limpia y alimentos que no requieran refrigeración).

BOTIQUÍN DE PRIMEROS AUXILIOS

Almacene su botiquín de primeros auxilios en una caja de herramientas o una caja de pescador para que sea fácil de cargar y esté protegida del agua. Revise que su contenido esté actualizado y reemplace constantemente lo que haya vencido.

NOTA: la información médica y la mayoría de las medicinas pueden ser almacenadas en un refrigerador porque éste ofrece también una excelente protección en caso de incendio.

MEDICINAS

- Desinfectante de heridas.
- Pomada antibiótica.
- Toallas de alcohol empaquetadas individualmente.
- Aspirina, Metamizol Sódico (Dipironas), Paracetamol.
- Medicinas de receta y de uso común (observar fecha de vencimiento).
- Medicina para la diarrea.
- Gotas para los ojos.

VENDAJES

- Vendas y gasas de diferentes tamaños.
- Algodones.
- Cintas adhesivas.

OTROS ARTÍCULOS

- Libro de primeros auxilios.
- Tijeras.
- Pinzas.
- Termómetro.
- Barra de jabón.
- Pañuelos de papel.
- Crema o loción protectora contra el Sol.
- Vasos de papel.
- Cuchillo de bolsillo.
- Bolsas de plástico.
- Hilo y agujas.
- Toallas higiénicas.

EQUIPO DE SUPERVIVENCIA PARA SU HOGAR

También necesita preparar un equipo de supervivencia que incluya los siguientes artículos:

HERRAMIENTAS Y ABASTECIMIENTOS

- Hacha, pala, escoba.
- Destornillador, alicate, martillo y llave inglesa ajustable.
- Cuerda para tirar o de rescate.

ARTÍCULOS PARA SU SEGURIDAD Y COMODIDAD

- Zapatos gruesos que lo protejan de los vidrios rotos, clavos y escombros.
- Guantes (gruesos y durables para limpiar escombros).
- Velas.
- Fósforos.
- Ropa para cambiarse.
- Cuchillo.
- Manguera.
- Tienda de campaña.
- Juegos para los niños y los adultos.
- Sacos de dormir.
- Radio y linterna portátil (verificar que las pilas estén cargadas).
- Lentes y medicamentos.
- Extintor (asegúrese que puede ser utilizado para cualquier tipo de incendio).
- Alimentos y agua para las mascotas.
- Papel higiénico.
- Dinero en efectivo.

EQUIPO DE SUPERVIVENCIA PARA SU AUTOMÓVIL

Prepare equipo de supervivencia para su automóvil con los siguientes artículos. Si los coloca en una bolsa pequeña, podrá cargarlos más fácilmente si tiene que caminar.

- Cobijas.
- Agua embotellada.
- Ropa para cambiarse.
- Monedas para hacer llamadas telefónicas.
- Extintor para cualquier tipo de incendio.
- Botiquín de primeros auxilios.
- Señalamientos de emergencia (bengalas, lámparas, reflectores, silbatos, etc.).
- Linterna con pilas.
- Alimentos.
- Guantes.
- Mapas y brújula.
- Cuerda gruesa para tirar o de rescate.
- Lápiz y papel.

- Toallas humectantes.
- Medicamentos.
- Radio a pilas.
- Espejo pequeño para enviar señales.
- Papel higiénico.
- Herramientas (alicate, llaves inglesas, destornilladores, etc.).
- Cables para pasar corriente eléctrica.
- Cinta de aislar.

EQUIPO DE SUPERVIVENCIA PARA EL TRABAJO

Tenga a la mano estos artículos en su trabajo:

- Alimentos no perecibles.
- Agua embotellada.
- Chaqueta o suéter.
- Zapatos gruesos.
- Radio y linterna con pilas.
- Medicinas esenciales.
- Cobija.
- Botiquín de primeros auxilios.
- Lentes (y si es necesario líquido para lentes de contacto).
- Silbato o cualquier objeto para enviar señales.