



2024 Guía de huracanes del H-GAC

**SUPLEMENTO DE PREPARACIÓN PARA DESASTRES PARA PERSONAS
MAYORES Y GRUPOS DE POBLACIÓN ESPECIALES**



Unidos
Contra el Clima



Houston-Galveston
Area Council



Preparación para desastres

El mejor momento para prepararse para un huracán es antes de que comience la temporada de huracanes el 1 de junio. Saber qué hacer, qué tener y cuándo actuar es su mejor protección y el primer paso para crear el Plan de Preparación para Desastres de su familia. Es mejor crear un plan antes de la temporada de huracanes, cuando tiene tiempo para planificar y tener en cuenta alternativas. Si espera antes de que llegue un huracán, se apresurará a preparar tanto a su familia como a su hogar.

Pasos para crear su plan de preparación para desastres

- Infórmese sobre los planes en caso de desastres de su lugar de trabajo, las escuelas o guarderías de sus hijos y otros lugares en los que usted o su familia pasen tiempo.
- Comente con su familia por qué es necesario prepararse para una tormenta y sus peligros y elija un lugar para reunirse fuera de su vecindario si no pueden regresar a casa. Verifique que todos los miembros de la familia conozcan este lugar.
- Conozca y prepárese para las necesidades especiales suyas, de bebés, ancianos, enfermos u otras personas discapacitadas que vayan a quedarse con usted, evacuar con usted o ir con usted a un refugio después de la tormenta.
- Prepare un plan para sus mascotas, ya que la mayoría de los refugios de emergencia no admiten animales.
- Aprenda a desconectar la electricidad de su residencia en el disyuntor o interruptor principal en caso de que se caigan las líneas eléctricas. Muéstreselo a los miembros de su familia o al ayudante en caso de huracán.
- Mantenga al día su póliza de seguro contra inundaciones. Una vez que una tormenta entra en el Golfo, es demasiado tarde, ya que las compañías de seguros no suscriben nuevas pólizas durante un huracán inminente. El seguro de hogar no cubre los daños por inundación.
- Para obtener más información sobre el seguro contra inundaciones, póngase en contacto con el Programa Nacional de Seguros contra Inundaciones en www.floodsmart.gov o llame al 1-888-379-9531. También puede solicitar información a su agente de seguros.
- Prepare y mantenga un kit de emergencia sustituyendo los artículos según sea necesario. Utilice nuestra lista de control del kit de emergencia como guía.
- Practique su plan con los miembros de su familia o con su ayudante en caso de huracán.
- Preste atención a todos los avisos y advertencias del Servicio Meteorológico Nacional y a las órdenes de evacuación anunciadas por las autoridades locales.

SU PLAN DE PREPARACIÓN PARA DESASTRES AYUDARÁ A GUIAR SU RESPUESTA Y LAS ACCIONES DE SU FAMILIA DURANTE UN HURACÁN, TORMENTA TROPICAL, INUNDACIÓN U OTRO DESASTRE NATURAL.

Kit de preparación para desastres

Utilice las siguientes listas de control como guía para incluir los artículos que usted, su familia y su mascota puedan necesitar como parte de su kit de preparación para desastres.

LISTA DE CONTROL PERSONAL/FAMILIAR

Recuperación de viviendas o propiedades

- Navaja multiusos
- Guantes de trabajo
- Cinta aislante (para fijar los recubrimientos)
- Martillo y clavos o grapadora de construcción
- Extintor de incendios: bombona pequeña (tipo ABC)
- Madera contrachapada (precortada) para cubrir ventanas y puertas
- Láminas/bolsas de plástico (para cubrir aparatos electrónicos)
- Alicata o llave inglesa (para cortar el gas y el agua, si es necesario)
- Seguro de inundación: se trata de una póliza aparte, ya que la mayoría de los seguros de hogar no cubren los daños por inundación

Salud y seguridad personal

- Números de teléfono importantes
- Anteojos y solución para lentes de contacto
- Inventario de los objetos de valor en la casa
- Medicamentos con y sin receta médica

- Artículos para bebés, como leche de fórmula, pañales, biberones y chupetes
- Mapa de evacuación por huracán o de las zonas postales y mapa del área para localizar refugios
- Toallitas antibacterianas, mascarillas, toallitas húmedas, papel higiénico, jabón y detergente líquido
- Documentos familiares importantes en un paquete impermeable y portátil; incluya elementos como los siguientes:
 - Certificados de nacimiento, matrimonio y defunción
 - Testamentos, pólizas de seguros, escrituras, contratos
 - Pólizas de seguro de hogar y de inundación
 - Pasaportes, tarjetas de seguridad social, tarjetas de vacunación
 - Números de cuentas bancarias y de crédito e información de contacto
- Botiquines de primeros auxilios para su casa y sus autos con artículos recomendados por la Cruz Roja Estadounidense (la Cruz Roja Estadounidense puede comprar libros y botiquines de primeros auxilios)

Alimento y agua

- Cocina de campamento
- Utensilios de cocina/combustible
- Abrelatas manual
- Fósforos en un recipiente impermeable
- Platos de papel, vasos de plástico y utensilios
- Agua: al menos un galón diario por persona (y mascota) para entre tres y siete días; dos cuartos para beber/dos cuartos para preparar alimentos y limpiar
- Alimentos: al menos lo suficiente para tres a siete días, incluidos alimentos no perecederos envasados o enlatados (como carne, sopa y fruta) y jugos; alimentos especiales para bebés, ancianos o personas con alergias o enfermedades alimentarias





HECHO:

Sólo cuatro huracanes de categoría 5 han azotado a Estados Unidos en la historia registrada:

- Huracán del Día del Trabajo de 1935 (que tocó tierra en los Cayos de Florida)
- 1969 Huracán Camille (toca tierra en Mississippi)
- 1992 Huracán Andrew (tocó tierra en el sur de Florida)
- Huracán Michael de 2018 (que tocó tierra en el Panhandle de Florida)

LOS SOCORRISTAS DE EMERGENCIA NO RESPONDERÁN A LAS LLAMADAS DE EMERGENCIA DURANTE UNA TORMENTA UNA VEZ QUE LA VELOCIDAD DEL VIENTO ALCANCE LAS 40 MPH.

Ropa y ropa de cama

- Mantas o sacos de dormir
- Zapatos resistentes o botas de trabajo
- Ropa para condiciones de humedad o suciedad
- Ropa de lluvia: incluidos paraguas, impermeable/poncho y botas de lluvia

Suministros para vehículos

- Bandera blanca de auxilio
- Vehículos completamente cargados de combustible
- Linterna o farol de campamento, baterías de repuesto y un mapa de carreteras
- Kit de reparación de neumáticos y neumático de repuesto en buen estado, cables de puente, bomba y bengalas

Herramientas y suministros varios

- Silbato
- Agujas, hilo
- Combustible para el generador
- Repelente de mosquitos
- Teléfono con cable
- Dinero en efectivo o cheques de viaje
- Bolsas de plástico para la basura, cuerdas para atarlas
- Teléfono móvil con cargador o batería de repuesto
- Radio a baterías y baterías de repuesto
- Libros, juegos, papel, lápices, crayones para los niños
- Protector solar y artículos de sombra (sombrella, sombrero de ala ancha)

Consideraciones especiales para las poblaciones vulnerables

A continuación, se exponen consideraciones adicionales para las personas mayores y las personas con discapacidades, así como para quienes puedan tener a estas personas en sus familias u hogares.

- Hable con un familiar u otra persona de confianza para que sea su ayudante en caso de huracán. También, tenga en cuenta a los vecinos a quienes conozca y en quienes confíe, ya que a menudo son los más cercanos y los que están más a su disposición durante una emergencia. Un ayudante en caso de huracán es alguien en quien puede confiar para ayudarlo a prepararse para una tormenta, a evacuar en caso de orden de evacuación, o después de la tormenta si se queda sin electricidad u otros servicios públicos. Tenga en cuenta lo siguiente a la hora de elegir un ayudante:
 - ¿Con quién puede contar en caso de emergencia?
 - ¿Cuáles son las diferentes vías de comunicación?
 - ¿Su ayudante en caso de huracán estará con usted durante la tormenta?
 - ¿Viajarán juntos si su código postal debe ser evacuado?
- Dígale a su ayudante en caso de huracán dónde está guardado su kit de preparación para desastres.
- Verifique que su ayudante en caso de huracán designado (una persona) tenga una llave de su casa.
- Incluya en su red de apoyo a alguien que esté lo suficientemente lejos como para que sea poco probable que se vea afectado por la misma emergencia.
- Practique su plan de emergencia con su ayudante en caso de huracán y otras personas de su red de apoyo. Si corresponde, muéstreles cómo funciona su equipo para necesidades especiales.
- Utilice nuestra Tarjeta de contacto en caso de urgencia para enumerar la información de contacto importante. Es importante imprimir y colocar la tarjeta junto a su teléfono o llevarla consigo en caso de que el servicio celular quede inhabilitado durante la tormenta.



Personas mayores con discapacidades/necesidades especiales

Las personas mayores, sobre todo las que tienen necesidades especiales, deben estar informadas de lo que deben hacer en caso de emergencia. Póngase en contacto con su ayuntamiento para informarse sobre los programas y servicios de su zona que le ayudarán durante una emergencia y le asistirán en la vuelta a su rutina diaria.

Consideraciones para su Plan de Preparación para Desastres

- Elabore una lista de contactos de emergencia en la que identifique su red de apoyo personal, incluidos médicos, trabajadores sociales, un contacto de un grupo de personas mayores, vecinos y el portero de su edificio.
- Guarde una copia de esta lista en su kit de emergencia y en sus pertenencias.
- Familiarícese con todas las vías de evacuación, los equipos de emergencia y la ubicación de las puertas/salidas de emergencia de su vivienda.
- Si tiene mascota, llévela con usted en caso de evacuación y tenga un plan de emergencia para ella. Determine de antemano quién puede hacerse cargo de su animal durante una emergencia.
- Solicite la instalación de un pulsador de pánico en su lugar de trabajo o vivienda para que, en caso de emergencia, pueda avisar a los demás de su ubicación y de que necesita ayuda especial.

Elementos adicionales recomendados del kit de preparación para desastres

- Copias de todas las recetas de medicamentos
- Prótesis dentales adicionales (si son necesarias) y limpiador
- Anteojos y calzado recetados adicionales (si es necesario)
- Suministro extra de medicamentos y suplementos vitamínicos
- Alimentos no perecederos adecuados a sus restricciones dietéticas
- Guantes sin látex (para cualquier persona que le preste cuidados personales)
- Una lista de todos los suministros médicos y equipos especiales que necesite
- Dispositivos de asistencia necesarios, como bastones, andaderas, sillas de ruedas manuales ligeras, audífonos, respiradores, dispositivo de control de glucosa en sangre
- Otros:

Cómo ayudar a las personas mayores con discapacidades/necesidades especiales

- Pregunte a los vecinos si hay personas mayores que necesitarían su ayuda en caso de emergencia.
- Hable siempre con calma y asegure que está ahí para ayudar. Evite gritar o hablar demasiado despacio.
- Permita que la persona le diga cómo puede ayudar.
- Conozca la ubicación de los botones de emergencia (muchos edificios para personas mayores tienen botones de emergencia situados en las habitaciones y en los lavabos).
- Siga las instrucciones indicadas en los equipos para necesidades especiales o dispositivos de ayuda.



Personas con discapacidades y otras enfermedades

- Verifique que todos los artículos de su kit de emergencia estén organizados en un lugar y que sean fáciles de encontrar y de llevar.
- Etiquete todo su equipo para necesidades especiales, incluidas instrucciones sobre cómo utilizar o mover cada dispositivo de asistencia durante una emergencia.
- Complete una lista de control y una hoja de evaluación personal y proporcione una copia a su(s) red(es) designada(s). Guarde una copia en su kit de emergencia.
- Si tiene alergias a alimentos o fármacos o padece una enfermedad grave, lleve una pulsera MedicAlert®.
- Enumere todas las alergias a alimentos/fármacos y los medicamentos actuales (para cada medicamento, especifique la enfermedad que se está tratando, el nombre genérico, la dosis, la frecuencia, y el nombre y la información de contacto del médico que lo prescribe). Facilite esta lista a su red designada y conserve una copia en su kit de preparación para desastres.
- Si depende de algún equipo de mantenimiento de la vida o si necesita atención asistencial periódica, pida a su red que le revise inmediatamente si se produce una emergencia, y tenga un plan de emergencia de reserva en caso de apagón.
- Durante una emergencia, si su red de apoyo no puede ayudarlo, pida ayuda a otras personas e infórmeles de sus necesidades especiales o de su enfermedad y de cómo pueden ayudarlo.
- Lleve consigo una alarma personal que emita un ruido fuerte para llamar la atención.
- Tenga en cuenta que vivir una emergencia puede ser abrumador y que el estrés puede empeorar algunas enfermedades.
- Si utiliza equipos médicos que requieren una fuente eléctrica, planifique cómo mantendrá la conexión para un funcionamiento seguro.

Elementos adicionales recomendados del kit de preparación para desastres

- Guantes sin látex
- Hoja de evaluación personal
- Lista de alergias a alimentos/fármacos; lista de medicamentos
- Alarma personal que emita un ruido fuerte para llamar la atención



Cómo ayudar a personas con discapacidades y enfermedades

- Siga las instrucciones expuestas en los equipos para necesidades especiales.
- Pregunte a la persona si desea su ayuda y cuál es la mejor manera de ayudarla.
- No intente mover a nadie, a menos que esté entrenado en las técnicas adecuadas.
- Si una persona está inconsciente o no responde, no le administre líquidos ni alimentos.
- Si alguien rechaza su ayuda, espere a que llegue el personal de primeros auxilios, a menos que se trate de una cuestión de vida o muerte.
- Si presta ayuda vidente, el personal de emergencia o cuidador debe confirmar que el animal de servicio no está trabajando y se encuentra fuera de servicio.
- No toque a la persona, a su animal de servicio o el equipo sin su permiso, a menos que sea una cuestión de vida o muerte.
- Es posible que le pidan que utilice guantes sin látex para reducir la propagación de infecciones virales o para evitar una reacción alérgica al látex.
- Pregunte a la persona si hay zonas de su cuerpo con sensibilidad reducida y si quiere que compruebe si hay lesiones en esas zonas.
- Si la persona tiene un animal de servicio, es responsabilidad del dueño del animal evaluar si es seguro para el animal trabajar durante la emergencia.
- Para tomar esta decisión, el propietario del animal de servicio necesitará información sobre la naturaleza de los peligros a los que se espera que se enfrente su animal y sobre cualquier cambio en el entorno físico.

- Las personas que requieran el uso de una silla de evacuación deben designar un contacto principal y otro de reserva para ayudarles en caso de evacuación. Elabore un plan de evacuación en colaboración con el responsable del edificio y las personas de contacto, y practique con ellos el uso de la silla.
- En su lista de control para la evaluación personal, identifique las zonas de su cuerpo que tengan la sensibilidad reducida para que, tras una emergencia, se pueda comprobar si estas zonas presentan lesiones en caso de que no pueda hacerlo usted mismo.
- Consulte con la oficina municipal de su localidad para saber si los refugios de emergencia de su zona son accesibles en silla de ruedas.

Elementos adicionales recomendados del kit de preparación para desastres

- Suministro de cámaras de aire.
- Kit de parches para neumáticos de silla de ruedas o scooter.
- Batería de repuesto de ciclo profundo para silla de ruedas motorizada o scooter.
- Lata de producto sellador de aire (para reparar los neumáticos pinchados de la silla de ruedas o scooter).
- Una silla de ruedas ligera y manual como apoyo a una silla de ruedas motorizada (si es factible).
- Un par de guantes gruesos (para protegerse las manos al pasar por encima de cristales u otros residuos punzantes).
- Guantes sin látex (para cualquier persona que le preste cuidados personales).
- Catéteres de repuesto (si procede).
- Su plan de reserva en caso de corte de suministro eléctrico.
- Otros:

Personas con movilidad limitada

Las limitaciones de movilidad pueden dificultar a una persona el uso de escaleras o el desplazamiento rápido en distancias largas. Entre las limitaciones puede encontrarse la dependencia de equipos de movilidad, como una silla de ruedas, una andadera, muletas o un bastón. Las personas con cardiopatías o dificultades respiratorias también pueden tener movilidad limitada.

Consideraciones para su Plan de Preparación para Desastres

- Si utiliza una silla de ruedas o un scooter, solicite que se guarde una silla de evacuación de emergencia cerca de una escalera en la misma planta en la que trabaja o vive, de modo que su red pueda acceder fácilmente a ella para ayudarle a evacuar. La persona con discapacidad debe participar en la selección de la silla de evacuación.

Cómo ayudar a personas con movilidad limitada

- Si es posible, utilice guantes sin látex cuando proporcione cuidados personales.
- Verifique que la silla de ruedas de la persona se transporte con ella.
- No empuje ni tire de la silla de ruedas de una persona sin su permiso, a menos que sea una cuestión de vida o muerte.
- Si esto no es posible, emplee otras técnicas de evacuación, como el uso de la silla de evacuación, el refugio en el lugar (si así se indica) o los elevadores de sillas de ruedas utilizados por personal capacitado.

Discapacidades no visibles

Las personas con discapacidades no visibles pueden tener dificultades para realizar algunas tareas, aunque su estado no sea aparente. Entre las discapacidades no visibles pueden encontrarse las discapacidades de comunicación, neurológicas, cognitivas, sensoriales, de salud mental, de aprendizaje o intelectuales, que pueden dificultar la respuesta de una persona ante una emergencia. Entre las enfermedades también pueden encontrarse las alergias, la epilepsia, la diabetes, las enfermedades pulmonares o cardíacas, o la dependencia de diálisis y el uso de diferentes tipos de suministros médicos.

Consideraciones para su Plan de Preparación para Desastres

- Complete y lleve consigo una Tarjeta de contacto en caso de urgencia. En esta lista deben figurar las personas clave que conozcan su enfermedad y sus necesidades especiales.
- Informe a su red de apoyo designada de dónde almacena sus medicamentos.
- Tenga en cuenta la posibilidad de llevar un brazalete MedicAlert® o una identificación para ayudar a notificar a los servicios de emergencia sobre sus necesidades especiales.
- Solicite que se instale un pulsador de pánico en sus áreas de trabajo y vivienda para que, en caso de emergencia, pueda notificar a los demás su ubicación y que necesita asistencia especial.

Elementos adicionales recomendados del kit de preparación para desastres

- Brazalete MedicAlert®.
- Lista detallada de todos los medicamentos recetados.
- Suministro de alimentos adecuados a sus restricciones dietéticas.
- Lista de instrucciones que pueda seguir fácilmente en caso de emergencia.
- Lista personal y suministro mínimo para una semana de todos los medicamentos, suministros médicos y equipos especiales necesarios (por ejemplo, ventilador para el asma, aerosol nitro lingual para una cardiopatía, una pluma de epinefrina contra reacciones alérgicas o shock anafiláctico, etc.)
- Otros:

Ejemplo: personas con diabetes

- Suministro adicional de insulina o agente oral
- Suministro adicional de jeringas, agujas y plumas de insulina (en caso de utilizarse) Pequeño contenedor para almacenar jeringas y/o agujas usadas (si es necesario)
- Pequeño contenedor para almacenar jeringas y/o agujas usadas (si es necesario)
- Kit de prueba de glucosa en sangre, baterías de repuesto y libro de registro
- Suministro de tiras de prueba de glucosa en sangre y cetonas en orina
- Insulina de acción rápida para la glucosa alta en sangre (si es necesario)
- Azúcar de acción rápida para la glucosa baja en sangre
- Comida/bocadillos adicionales para cubrir comidas retrasadas
- Paquetes de hielo y bolsa térmica para almacenar insulina (si es necesario)

Cómo ayudar a las personas con discapacidades no visibles

- Repita las instrucciones (si es necesario).
- Permita que la persona describa la ayuda que necesita.
- Mantenga el contacto visual cuando hable con la persona.
- Si una persona necesita tomar medicamentos, pregúntele si necesita ayuda (nunca le ofrezca medicamentos que no hayan sido recetados por un médico).
- Busque formas eficaces de comunicarse, como instrucciones dibujadas o escritas, y puntos de referencia en lugar de términos generales como “vaya a la izquierda” o “gire a la derecha”.



Deterioro auditivo

La forma en que se emiten los avisos en caso de emergencia es fundamental para la comprensión de las instrucciones y la respuesta y seguridad de las personas con pérdida auditiva.

Consideraciones para su Plan de Preparación para Desastres

- Comunique su pérdida auditiva moviendo los labios sin emitir sonido, señalándose la oreja, utilizando un gesto o, si procede, señalando su audífono.
- Tenga a mano lápiz y papel para comunicarse por escrito.
- Obtenga un localizador que esté conectado a un sistema de localización de emergencias en su lugar de trabajo o en su residencia.
- Instale un sistema de detección de humo que utilice luces estroboscópicas intermitentes o vibraciones para llamar su atención si suenan las alarmas.
- Pruebe mensualmente los detectores de humo pulsando el botón de prueba.
- Cambie las baterías cada seis meses o siempre que haya una señal de batería baja.

Elementos adicionales recomendados del kit de preparación para desastres

- Baterías de repuesto para los dispositivos de asistencia.
- linterna, silbato o alarma personal.
- Blocs de notas y lápices para comunicarse.
- Equipos de asistencia según sus necesidades (por ejemplo, audífono, amplificador personal, etc.).
- Dispositivos portátiles de notificación visual para saber si alguien llama a la puerta, toca el timbre o llama por teléfono.

- Frases preimpresas que utilizaría durante una emergencia, como "Utilizo la lengua de señas estadounidense" o "Si hacen anuncios, necesitaré que los escriban de forma sencilla o con señas".
- Utilice la Tarjeta de comunicaciones que figura a continuación, en la que se explica su pérdida auditiva y se indica cómo pueden comunicarse con usted los primeros intervinientes durante una emergencia.
- Otros:

Cómo ayudar a las personas con deterioro auditivo

- Tenga en cuenta que algunas personas pueden ser sordociegas.
- Intente reformular, en lugar de repetir.
- Utilice gestos para ilustrar lo que quiere decir.
- Si hay tiempo, puede ser útil escribir un mensaje.
- Hable con claridad y naturalidad. No grite ni hable demasiado despacio.
- Mire a la persona de frente, haga contacto visual cuando le hable (ya que puede recurrir a la lectura de los labios) y comuníquese muy cerca de ella.
- Los audífonos amplifican los sonidos y pueden provocar un impacto físico en el usuario, así que no haga ruidos fuertes.
- Llame la atención de la persona mediante una señal visual o un toque suave en el brazo. No se acerque a la persona por detrás.





Deterioro visual

Una persona ciega o con visión reducida puede tener dificultades para leer señales o moverse por entornos desconocidos durante una emergencia. Pueden sentirse perdidos o depender de otros para que los guíen.

Consideraciones para su Plan de Preparación para Desastres

- Disponga de un bastón blanco más largo para esquivar los obstáculos con facilidad (puede haber escombros en el suelo o los muebles pueden haberse desplazado).
- Identifique de antemano todos los suministros de emergencia con cinta fluorescente, letra grande o texto en Braille, como las llaves de paso de gas, agua y electricidad.
- Familiarícese de antemano con todas las vías de evacuación y la ubicación de las puertas/salidas de emergencia en cada planta de cualquier edificio en el que trabaje, viva o visite.

Elementos adicionales recomendados del kit de preparación para desastres

- Reloj parlante o en Braille
- Reloj de letra grande con baterías de repuesto
- Bastón blanco adicional, preferiblemente de mayor longitud
- Un par extra de anteojos graduados (si procede)
- Ayudas visuales adicionales, como un dispositivo electrónico de ayuda para viajar, un monocular, un binocular o una lupa
- Cualquier dispositivo de lectura o tecnología de asistencia para acceder a la información o dispositivos portátiles de videovigilancia
- Otros:

Cómo ayudar a las personas con deterioro visual

- No dé por sentado que la persona no puede verlo.
- Esté atento a los obstáculos con los que la persona podría tropezar.
- Nunca sujete a una persona con pérdida de la visión, a menos que sea una cuestión de vida o muerte.
- Advierta con antelación sobre la proximidad de escaleras, obstáculos importantes o cambios de dirección.
- Para guiar a una persona, manténgase medio paso por delante, ofrézcale el brazo y camine a su ritmo.
- Para comunicarse con una persona sordociega, trace letras en su mano con el dedo.
- No le grite a una persona ciega o con visión reducida. Hable claro y dé indicaciones concretas.
- Si la persona tiene un animal de servicio, pregúntele por dónde debe caminar para evitar distraer al animal. No separe al animal de servicio de su dueño.
- Evite el término “por allí”; describa posiciones como, “a su derecha/izquierda/delante/detrás de usted”, o utilizando las posiciones de la esfera del reloj (por ejemplo, la salida está a las 12 en punto).
- Para las personas sordociegas, dibuje una “X” en su espalda con el dedo para hacerles saber que puede ayudarlos.



Seguridad en edificios altos

Los residentes que viven en edificios altos y las personas que trabajan en ellos deben tomar conciencia de lo siguiente:

- Los miembros del comité de seguridad del edificio
- Ubicación del/de los dispositivo(s) de evacuación de emergencia
- Nombre y número de teléfono del superintendente del edificio
- Los nombres de contacto y las coordenadas de los monitores de planta
Quién realiza los simulacros de evacuación y con qué frecuencia
Ubicación de los extintores, las unidades de desfibrilador externo automático y el tanque de oxígeno

Su plan de emergencia

- Conozca el plan de evacuación de su edificio y las vías de escape.
- Avise al superintendente de su edificio de sus necesidades durante una emergencia.
- Conozca la ubicación de los botones de emergencia en el edificio y las salidas accesibles en silla de ruedas (si procede).
- Si va a necesitar ayuda durante una emergencia, solicite al administrador del edificio carteles grandes e impresos que pueda colocar en su ventana/puerta para indicar que necesita ayuda.
- Si procede, solicite que se instale una silla de evacuación de emergencia cerca del hueco de la escalera en el piso donde trabaja o vive. Si no puede disponer de una silla de evacuación, tenga un plan de reserva para evacuar sin ella.

Cómo ayudar a personas con necesidades especiales en edificios altos

- Ofrézcase a llevar el botiquín de emergencia de la persona junto con cualquier equipo especial.
- Consulte a vecinos o compañeros de trabajo con necesidades especiales para saber si necesitan su ayuda.
- No utilice los ascensores en caso de incendio o humo, o si es probable que la emergencia provoque un corte de electricidad.
- Evite intentar levantar, sostener o ayudar a bajar a alguien por las escaleras a menos que esté familiarizado con técnicas seguras.

El Programa STEAR

El Registro de Asistencia de Emergencia del Estado de Texas (State of Texas Emergency Assistance Registry, STEAR) es un registro voluntario y gratuito que proporciona a los planificadores y equipos de respuesta de emergencia locales información adicional sobre las necesidades de sus comunidades. Diferentes comunidades utilizan el registro de diversas maneras.

¡LOS PARTICIPANTES DEBEN REGISTRARSE EN STEAR CADA AÑO

¿Quién debe registrarse?

- Personas con discapacidades
- Personas médicamente frágiles
- Personas con necesidades funcionales y de acceso como las siguientes:
 - Movilidad limitada
 - Barreras de comunicación
- Personas que requieren asistencia médica adicional durante una emergencia
- Personas que necesitan ayuda para el transporte
- Personas que necesitan asistencia para cuidados personales

¿Cómo registrarse?

- Por teléfono: marque el 211 o utilice la opción de retransmisión telefónica de video para ponerse en contacto con el 211 al 877-541-7905 (Red de Remisión de Información de Texas)
- En línea: <https://stear.tdem.texas.gov/Login.aspx>

Información que debe facilitar

La siguiente información es necesaria para registrarse:

- Nombre
- Dirección
- Número de teléfono
- Idioma principal

Es posible que también se le pida que facilite la siguiente información vital para uso de los planificadores y equipos de respuesta a emergencias locales:

- Información de contacto en caso de emergencia
- Información del cuidador
- Mascotas
- Asistencia de transporte para la evacuación del hogar
- Barreras de comunicación
- Necesidades médicas, funcionales o de discapacidad

Los servicios disponibles varían según la comunidad. Inscribirse en el registro STEAR NO garantiza que vaya a recibir un servicio específico durante una emergencia. Para obtener más información sobre cómo utilizará su comunidad la información del registro STEAR, póngase en contacto con su oficina local de gestión de emergencias.

Oficinas locales del condado de Seguridad Nacional y Gestión de Emergencias:

Condado de Austin

ac-oem.com
979-865-6463

Condado de Brazoria

brazoriacountytx.gov/departments/
emergency-management
979-849-5711

Condado de Chambers

co.chambers.tx.us/page/emergency_mgt
409-267-2445

Condado de Colorado

co.colorado.tx.us/page/colorado.emergency
979-733-0184

Condado de Fort Bend

fortbendcountytx.gov/government/
departments/homeland-security-emergency-
management
281-342-3411

Condado de Galveston

gcoem.org
281-309-5002

Condado de Harris

readyharris.org
713-881-3100

Condado de Liberty

co.liberty.tx.us/page/liberty.emergency
936-334-3219

Condado de Matagorda

co.matagorda.tx.us/page/matagorda.
emergency
979-323-0707

Condado de Montgomery

ohsem-moco.hub.arcgis.com
936-523-3910

Condado de Walker

co.walker.tx.us/departments/index.php
?structureid=17
936-435-8035

Condado de Waller

co.waller.tx.us/page/OEM
979-826-7785

Condado de Wharton

co.wharton.tx.us
979-532-1123



Recursos de H-GAC

Hay muchas personas que trabajan para mantenerlo informado y seguro antes, durante y después de una tormenta. El Consejo del Área de Houston-Galveston ha trabajado para recopilar muchos recursos en esta guía, así como para proporcionar fuentes adicionales de ayuda. Encontrará recursos adicionales en línea en: h-gac.com/hurricane-evacuation-planning

Recursos estatales y federales adicionales

- Cruz Roja Estadounidense, Sección del área metropolitana de Houston (asistencia en caso de desastres)
houstonredcross.org
713-526-8300
- Agencia Federal de Gestión de Emergencias, Región VI (ayuda en caso de desastres)
fema.gov/region-6-contact-us
940-898-5399
- FloodSafety.com
floodsafety.com
- Programa Nacional de Seguro contra Inundaciones
floodsmart.gov
1-888-379-9531
- Centro Nacional de Huracanes
nhc.noaa.gov
- Servicio Meteorológico Nacional; Houston/Galveston
srh.noaa.gov/hgx
- Departamento de Seguros de Texas
tdi.state.tx.us
1-800-252-3439
- El Departamento de Transporte de Texas (evacuación, rutas de contraflujo y estado de las carreteras)
www.txdot.gov/travel/hurricane.htm
1-800-452-9292
- División de Gestión de Emergencias de Texas
txdps.state.tx.us/dem
- Asociación de Seguros contra Tormentas de Viento de Texas. twia.org

Emisoras de noticias locales y regionales

Siga las noticias locales para informarse de las condiciones meteorológicas y de las carreteras, así como del cierre de escuelas, y para recibir instrucciones importantes de los responsables de la gestión de emergencias.

Cadenas de televisión

- KHOU/CBS – Canal 11
khou.com
- KIAH/CW – Canal 39
cw39.com
- KPRC/NBC – Canal 2
click2houston.com
- KRIV/FOX – Canal 26
myfoxxhouston.com
- KTMD/Telemundo – Canal 47
elemundodallas.com/houston
- KTRK/ABC – Canal 13
abclocal.go.com/ktrk
- KXLN/Univision – Canal 45
univisionhouston.com

Emisoras de radio

- Houston: KUHF 88.7 FM, KTRH 740 AM
- Austin: KLBJ 590 AM
- Beaumont: KLVI 560 AM
- Emisora Universitaria: KAMU 90.9 FM, KAGC 1510 AM
- Dallas: KRLD 1080 AM
- Huntsville: KSAM 101.7 FM
- Lufkin/Nacogdoches: KYKS 105.1 FM, KRBA 1340 AM
- San Antonio: WOAI 1200 AM

Lista de control y evaluación personal

En caso de emergencia, con esta lista de control se permitirá a los equipos de emergencia ayudarlo mejor.

SOY CAPAZ DE HACER LO SIGUIENTE:

- Oír
- Ver
- Caminar sin ayuda
- Caminar con ayuda
- Preparar mis comidas
- Alimentarme
- Vestirme
- Sentarme sin ayuda
- Sentarme con ayuda
- Lavarme/bañarme sin ayuda
- Lavarme/bañarme con ayuda
- Satisfacer mis necesidades sanitarias sin ayuda
- Satisfacer mis necesidades sanitarias con ayuda
- Necesito ayuda específica con lo siguiente (explique):

CONSIDERACIONES ESPECIALES

Equipo especial que utilizo:

Ayudas sanitarias especiales:

Alergias:

Otras necesidades especiales:

Dieta especial:

MI EQUIPO MÉDICO

Médico de atención primaria:

Número de teléfono:

Especialista(s):

Nombre:

Por teléfono:

Nombre:

Por teléfono:

Nombre:

Por teléfono

INFORMACIÓN SOBRE SALUD

N.º de identificación del seguro médico:

N.º de póliza:

CONTACTOS DE EMERGENCIA

Contacto en el vecindario:

Contacto de emergencia fuera de la ciudad:

Contacto escolar:

Teléfono del veterinario:

Contacto local de gestión de emergencias (para su zona):

MEDICAMENTOS CON RECETA

N.º de receta:

Nombre del medicamento:

Objetivo:

N.º de receta:

Nombre del medicamento:

Objetivo:

N.º de receta:

Nombre del medicamento:

Objetivo:

N.º de receta:

Nombre del medicamento:

Objetivo:

N.º de receta:

Nombre del medicamento:

Objetivo:

RED DE APOYO PERSONAL

Incluya información de contacto de familiares, asistentes, vecinos, etc.

Nombre:

Parentesco:

Dirección:

Teléfono (fijo):

Teléfono (móvil):

Teléfono (trabajo):

Nombre:

Parentesco:

Dirección:

Teléfono (fijo):

Teléfono (móvil):

Teléfono (trabajo):

Nombre:

Parentesco:

Dirección:

Teléfono (fijo):

Teléfono (móvil):

Teléfono (trabajo):

Nombre:

Parentesco:

Dirección:

Teléfono (fijo):

Teléfono (móvil):

Teléfono (trabajo):

Recorte la tarjeta de contacto de emergencia que aparece a continuación y guárdela en su billetera o bolso para guardarla en un lugar seguro.

TARJETA DE CONTACTO EN CASO DE URGENCIA

Ayudante en caso de uracán designado:

Número de teléfono:

Vecino de confianza:

Número de teléfono:

Médico de atención primaria:

Número de teléfono:

MI INFORMACIÓN DE CONTACTO

Nombre:

Dirección:

Número de teléfono:

Necesidades médicas:

DOBLAR AQUÍ
DOBLAR AQUÍ

TARJETA DE COMUNICACIÓN

Recorte la tarjeta de contacto de emergencia que aparece a continuación y guárdela en su billetera o bolso para guardarla en un lugar seguro.

TENGO PÉRDIDA DE AUDICIÓN

Para facilitar nuestra conversación, por favor:

- Enfréntame y no te tapes la boca
- Habla claro y no demasiado rápido.
- Elimina el ruido de fondo, si es posible
- Escriba su mensaje, si es necesario