

# 2007 • Programa de Supervivencia en Emergencias (ESP)



# ¡NO LO DEJES, PREPÁRATE YA!

[www.espfocus.org](http://www.espfocus.org)

## Enero Inundaciones

S	M	T	W	T	F	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

## Febrero Derrumbes

S	M	T	W	T	F	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			

## Marzo Tsunamis

S	M	T	W	T	F	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

## Abril Terremotos

S	M	T	W	T	F	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					



## Mayo Emergencias de Salud Pública

S	M	T	W	T	F	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

## Junio Materiales Peligrosos

S	M	T	W	T	F	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

## Julio Amenaza de bomba

S	M	T	W	T	F	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

## Agosto Oleada de Calor

S	M	T	W	T	F	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

## Septiembre Volcanes

S	M	T	W	T	F	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24	25	26	27	28	29

## Octubre Incendios en áreas silvestres

S	M	T	W	T	F	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

## Noviembre Tornados y/o Tormentas de viento

S	M	T	W	T	F	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

## Diciembre Terrorismo

S	M	T	W	T	F	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
24/30	24/31	25	26	27	28	29

Para más información llame: Joyce Harris, Condado de Los Ángeles, Oficina de Administración a Emergencias, (213) 974-1166

Desarrollado por el Condado de Los Ángeles y coordinado por los condados de Contra Costa, Imperial, Inyo, Kern, Los Ángeles, Marin, Mono, Orange, Riverside, San Bernardino, San Diego, San Luis Obispo, Santa Barbara, Santa Cruz y Venura, la Oficina del Gobernador de California de Servicios de Emergencia (OES), Southern California Edison, el Centro de Terremotos del Sur de California (SCEC), y la Cruz Roja Americana.

[www.espfocus.org](http://www.espfocus.org)

# ¡NO LO DEJES, PREPÁRATE YA!

Utilice la nueva lista de acciones del programa de sobrevivencia para emergencias como su guía personal y comunitaria de prevención de emergencias.

## Enero

### *Inundaciones*

Las lluvias pueden causar inundaciones, apagones eléctricos y daños a su hogar. Reúna provisiones de emergencia e incluya bolsas de arena; identifique las rutas seguras; eduque a los niños a evitar áreas de inundaciones, monitoree la televisión y radio para conocer las instrucciones en casos de inundaciones.

## Febrero

### *Derrumbes*

Los derrumbes pueden ocasionar daños importantes a su propiedad. Prepare un maletín de evacuación que incluya documentos importantes y artículos irremplazables como fotografías. Cuando llueva, monitoree la cantidad de lluvia registrada y observe las señales de precaución en zonas de derrumbes como ojos de agua, árboles inclinados o aperturas en los costados de las colinas.

## Marzo

### *Tsunamis*

Créalo o no, han ocurrido tsunamis en el Sur de California. Si usted vive a una milla de la costa, identifique una ubicación segura a la cual usted podría acudir en caso de ser necesario. Si experimenta un terremoto de más de 20 segundos o sabe que hay una alerta de tsunami trasládese a territorio elevado inmediatamente.

## Abril

### *Terremotos*

Nadie sabe cuando ocurrirá un terremoto, pero podemos reducir su impacto si estamos preparados. Identifique los peligros y remuévalos o redúzcalos. Almacene provisiones de emergencia y renuévelos anualmente. Eduque a su familia sobre como resguardarse y asegurarse, y tome un curso de primeros auxilios. Realice simulacros de manera regular.

## Mayo

### *Emergencias de Salud Pública*

Las emergencias de salud pública pueden estar relacionadas con la diseminación de enfermedades infecciosas, intoxicación por alimentos o agua u otro tipo de amenazas a la seguridad de la salud pública. La influenza pandémica es de preocupación para los expertos de la salud y ellos recomiendan que usted realice lo siguiente para evitar el esparcimiento: lave sus manos con jabón y agua frecuentemente, cúbrase cuando estornude o tosa; permanezca en casa si está enfermo y aléjese de otras personas.

## Junio

### *Materiales Peligrosos*

Puede disminuir la posibilidad de exposición a sustancias peligrosas siguiendo las instrucciones que se encuentran en los productos químicos. Limite la cantidad de producto que almacena y manténgalo fuera del alcance de los niños. Separe productos que pueden ser tóxicos si son combinados. Asegúrese de tirar de manera segura los productos que son peligrosos. Por ejemplo, tire todo lo que sea peligroso, recicle las porciones que no se utilizaron o lleve el producto que le sobre a un lugar especial para la recolección de este material.

## Julio

### *Amenaza de bomba*

Saber lo que tiene que hacer y cómo reaccionar ante una amenaza de bomba puede salvar su vida y la de otros a su alrededor. Desarrolle un listado para que le indique como comportarse en caso de recibir una amenaza de este tipo. Identifique y practique utilizando rutas de evacuación, asegúrese de que conoce las salidas en caso de incendio. Contacte a su autoridad para la aplicación de la ley para mayor información.

## Agosto

### *Oleada de Calor*

Aunque el sol es necesario, la exposición a los rayos ultravioletas es muy peligrosa y puede dañar la piel. Los accidentes por calor pueden incluir; quemaduras, cólicos por calor, insolación, ataque por calor, entre otros. Si su hogar no tiene aire acondicionado pase tiempo en lugares públicos con aire acondicionado. Infórmese ahora de los pasos que tiene que tomar para protegerse a usted y a su familia en todo lo relacionado con lesiones por calor.

## Septiembre

### *Volcanes*

La actividad volcánica puede producir explosión de rocas y de magma, ceniza densa, polvo y el colapso de techos. La exposición a la ceniza puede dañar su salud, particularmente el tracto respiratorio. Ponga atención a las alertas, obedezca las instrucciones de su autoridad local. Permanezca en interiores hasta que el Departamento de Salud Pública le diga que está a salvo de salir. Escuche las noticias actualizadas e información sobre la calidad de aire, el agua potable y los caminos.

## Octubre

### *Incendios en áreas silvestres*

Puede reducir su riesgo de muerte por incendio, heridas y daños a su propiedad realizando una "búsqueda de peligros" tomando los pasos necesarios para que su hogar y comunidad sean más seguros. Tenga detectores de humo, extinguidores de fuego en su hogar, tenga un plan de evacuación y conozca cuando un incendio puede ocurrir. Escuche y vea las noticias o alertas de salud relacionadas con el humo.

## Noviembre

### *Tornados y/o Tormentas de viento*

Antes de una tormenta de viento o tornado desarrolle un plan de emergencia y reúna equipo de emergencia. Durante una tormenta de aire o un tornado permanezca dentro, escuche la radio y coopere con los oficiales locales de emergencias. Después de una situación de este tipo revise y documente los daños. Estas acciones pueden ayudarle a estar más seguro y salvo.

## Diciembre

### *Terrorismo*

El miedo es la mejor táctica utilizada por los terroristas para alcanzar sus objetivos políticos y sociales. Pero los terroristas no están a cargo. Usted puede luchar tomando acciones, las mismas que le preparan en caso de un terremoto, fuego u otro tipo de emergencia. El conocimiento es poder. Cuanto más conozca sobre el terrorismo mejor podrá responder.