



OFFICE OF EMERGENCY MANAGEMENT

GUÍA DE PREPARACIÓN PARA EMERGENCIAS

INTRODUCCIÓN

Esta guía está diseñada para proveer una breve descripción de la información sobre desastres, y para ayudarle a empezar con sus planes de emergencia para protegerse a sí mismo y a sus seres queridos antes, durante y después de un desastre. En la primera parte de esta guía, usted encontrará información general de preparación y planeación. En la segunda parte, usted puede aprender acerca de peligros específicos en el Condado Weld, y encontrará recursos que pudieran ser de utilidad. Puede conseguir una versión electrónica de esta guía en: www.weldoem.com.

¿POR QUÉ PREPARARSE PARA UN DESASTRE?

Para la mayoría de las personas, los desastres y las emergencias no son parte de la vida diaria, entonces cuando pasa algo son tomados por sorpresa. La realidad es que los desastres pasan todos los días y pueden tener efectos duraderos –lastimaduras, daños en la propiedad, pérdida de los servicios esenciales, interrupción de actividades comunitarias y comerciales, por nombrar solo algunos.

- ◆ Entendiendo cómo un desastre le puede afectar y tomando los pasos para protegerse a sí mismo y a su familia puede minimizar los efectos negativos de un desastre y le ayudará a recuperarse más rápidamente.
- ◆ En un desastre, los servicios de emergencias podrían no estar disponibles para contactarlo inmediatamente. Si usted está preparado y es autosuficiente por los primeros días después de un desastre (o por más tiempo), su preparación permitirá a los servicios de emergencia cuidar de otros en situaciones más inmediatas que amenazan la vida. Usted también podría ayudar a otros durante un desastre.
- ◆ Estando preparados y sabiendo que hacer podría reducir el miedo y la ansiedad, y podría ayudarle a evitar peligros por completo.



PLANEANDO PARA UN DESASTRE

Aprenda acerca de los peligros naturales y otros riesgos en su área y cerca de su hogar. Hable con los miembros de su casa acerca de qué hacer en cada caso. Hágase a usted mismo estas preguntas: ¿Vivo en un lugar propenso a inundarse o cerca de una corriente o río? ¿Son los tornados una posibilidad (lo son en el Condado Weld), y cómo sabré cuando es más probable que pase?

Reunir suministros de desastre para refugiarse en el lugar, y en caso de evacuación ([para ideas vea la etiqueta de Suministros para Desastres](#)). Recolectar suministros para albergar en su hogar no tiene que ser una tarea abrumadora. Decida lo que usted y su familia necesitan, y agregue a sus suministros a lo largo del tiempo.

Planifique como los miembros de su casa se mantendrán en contacto en caso de separarse. Identifique al menos dos lugares para reunirse – el primero cerca del hogar, y el segundo retirado de su vecindario en caso de que usted no pueda regresar a su hogar. También elija algún amigo o familiar que viva fuera de la ciudad como punto único de contacto, y asegúrese que cada miembro de su familia sepa como localizar a esa persona por teléfono, texto o correo electrónico.



Dibuje un plano de su hogar y designe dos rutas de escape en cada cuarto.

Asegúrese que todos tienen acceso a números de teléfono de emergencias. Si usted aún tiene un teléfono en casa, asegúrese de tener esos números cerca. Haga copias de ellos para que cada miembro de su familia los lleven consigo (en la cartera, bolsa, mochila, o en el carro). Mantenga al día a cada miembro de la familia con la información de su contacto de emergencia en sus celulares, si este es su principal medio de comunicación.

Recopilación de papeles importantes, haga copias de ellos o tome fotografías de los documentos con su teléfono. Usted también podría querer tener guardados sus archivos electrónicos, tales como fotografías, en una memoria portátil. Aquí están algunos documentos a los que usted querría tener acceso durante una emergencia:

- ◆ Información de salud de emergencia familiar, incluyendo registros médicos y veterinarios y una lista de los medicamentos de cada miembro de la familia. Consejo: periódicamente tome fotografías de las etiquetas de sus prescripciones –medicación, dosis, nombre del médico que prescribe y farmacia deben estar incluidos.
- ◆ Documentos de aseguranzas (vida, auto, hogar).
- ◆ Documentos legales (actas de matrimonio, nacimiento, muerte, divorcio, procedimientos judiciales).
- ◆ Licencia de conducir o tarjeta de identificación emitida por el estado.
- ◆ Tarjeta del Seguro Social.
- ◆ Un mapa, en caso de que usted no tenga acceso a tu teléfono celular o la batería se descargue.

- ◆ Una lista de números de teléfonos importantes, también en caso de que usted no tenga acceso a su teléfono celular. Esta lista podría incluir los números de teléfono de sus amigos, familia, compañías aseguradoras, clero u organizaciones religiosas, compañías de tarjetas de crédito, y oficinas de doctores.

Tener estos documentos fácilmente disponibles puede ayudarle aun cuando no es una emergencia. Una recomendación es –mantenga su información personal segura, ya sea en una caja de seguridad, con una clave electrónica o cifrada.



Conozca a sus vecinos e intercambie información con ellos. Averigüe si alguno de sus vecinos podría necesitar ayuda durante una emergencia o si usted lo hiciera, déjele saber a sus vecinos. Vecinos ayudando a sus vecinos durante una emergencia es una de las maneras más efectivas de mantenerse seguro usted mismo y su propiedad, y esto ayuda a reducir la carga a los servicios de emergencia.

Realice una evaluación familiar. Su plan de emergencia podría ser único como usted. Todos nosotros tenemos diferentes capacidades y fortalezas, así como también desafíos y necesidades funcionales. Durante un desastre, usted podría no tener acceso a las comodidades y servicios cotidianos. Condiciones y circunstancias pueden evitar que usted use sus capacidades al máximo. Piense en los detalles de sus rutinas y planee algunas alternativas. Aquí están algunas ideas:

- ◆ Si hay personas que lo asistan a usted o a algún miembro de su familia, haga un listado de ellos y como podría usted contactarlos en caso de una emergencia. Pregúnteles a ellos sus planes de emergencia.
- ◆ Piense en los tipos de transporte que usted usa y que otras alternativas usted tendría.
- ◆ Si usted necesita herramientas o ayudas especiales, planee como podría llevarlas con usted, sobrellevar sin ellas o busque otras alternativas. ¿Si tuviera que salirse sin su vehículo, podría usted cargar sus propios artículos de emergencia?
- ◆ Si usted o uno de sus seres queridos depende de un tratamiento, equipo o medicamento para mantener la vida, como la diálisis o tratamiento respiratorio, hable con su proveedor de servicios médicos acerca de un plan de emergencia. Del mismo modo, si usted depende de medicamentos perecederos (por ejemplo, insulina refrigerada), planee como lo llevará (ponga algunos en una hielera).
- ◆ Planee por adelantado sobre su mascota o su animal de servicio. En muchos lugares, los refugios podrían tener una ubicación conjunta o un refugio. Si esto no es posible, contacte a su refugio local para mascotas y pregunte si ellos tienen una política sobre el cuidado de los animales durante una emergencia.

Cree una Red Personal de Apoyo. Si usted sabe que va necesitar ayuda durante una emergencia, cree una red de apoyo personal haciendo una lista de familiares, amigos, y otros que podrían ayudarle verificando que usted esté seguro. Incluya familiares y amigos que están cerca, así como también a alguien que este fuera del área, de ser posible alguien que no pueda ser afectado por la misma emergencia.

- ◆ Establezca una relación de apoyo con dos o tres personas en cada lugar donde pase una gran cantidad de tiempo, tales como su hogar o el trabajo.
- ◆ Comparta copias de su plan de emergencia y documentos de emergencia relevantes (ver “recopilación documentos importantes” en la sección previa).
- ◆ Intercambie llaves importantes.
- ◆ Intercambie números de teléfonos importantes con su red de apoyo.
- ◆ Enseñe a su equipo de apoyo cómo usar equipo especial, tales como sillas de rueda, oxígeno u otro equipo médico, y/o como administrar medicamentos.
- ◆ Planee con anticipación en una emergencia prevista, tales como una ventisca, y determine quién le ayudará en sus necesidades. Tome medidas anticipadas, para que la tormenta no le impida conectarse con su red de apoyo.
- ◆ Reúnase con su red de apoyo cada algún mes (agéndelo en su calendario) para actualizar circunstancias y saber si ellos aún le pueden ayudar. Confirme la información de su contacto.
- ◆ Su red de apoyo personal debe ser una relación mutua. Investigue como puede usted ayudar a su personal de apoyo también.

CONSIDERACIONES ADICIONALES DE PLANIFICACIÓN

- ◆ Familiarícese con los planes de emergencia de su oficina o escuela.
- ◆ Revise anualmente sus pólizas de seguro de la propiedad, vida y salud, para asegurarse que tiene la cobertura adecuada.
- ◆ Considere comprar una aseguranza de inundación para reducir el riesgo de pérdida a causa de una inundación.
- ◆ Si usted está rentando una casa, considere la aseguranza de alquiler. Esta es típicamente asequible y le ayudará a recuperarse más rápidamente de un desastre.
- ◆ Documente la propiedad personal, incluya fotografías de los artículos de alto valor, mantenga una valuación y los recibos en un lugar seguro.
- ◆ Establezca una cuenta de ahorros de emergencia y mantenga un poco de dinero en efectivo en un lugar seguro.

Para millones de americanos quienes tienen discapacidades u otras necesidades de acceso y funcionalidad, las emergencias pueden presentar un desafío único. Estar preparado es parte de mantener su independencia, si sus desafíos son algo con lo que vive todos los días o son temporales, tales como la recuperación de una cirugía o una lastimadura. Las dos secciones previas, realizar una evaluación familiar y crear una red personal de apoyo, son un buen consejo para todos, y puede ser especialmente útil para personas con discapacidades y necesidades de acceso y funcional. Si usted tiene preocupaciones específicas, por favor contacte a la **oficina de Gestión de Emergencia del Condado Weld al 970-304-6540**. Nosotros estaremos encantados de discutir su plan con usted, y aprender cómo podemos satisfacer mejor las necesidades de nuestras comunidades en nuestros planes.

ALGUNOS CONSEJOS PARA PERSONAS QUE TIENEN...

Desafío de Movilidad: Si usted típicamente depende de los elevadores, tenga un plan de respaldo en caso de que estos no funcionen. Practique usando métodos alternos para una evacuación. Habrá muchas ocasiones que usted tendrá que dejar su silla de ruedas atrás para evacuar de manera segura. Si usted no puede usar las escaleras, analice con su doctor y su red de apoyo, las técnicas de levantamiento y transporte que funcionarán para usted.

Ciego o con problema de agudeza visual: Si tiene alguna visión, coloque luces de seguridad en cada cuarto para iluminar rutas de salida. Estas luces se conectan a los toma corrientes, y se encienden automáticamente durante un corte de energía, y podrían trabajar durante varias horas, dependiendo de su tipo. Durante un desastre, es posible que pierda las señales de audio en las que generalmente confía.

Sordo o con problemas de audición: Planee cómo recibirá las advertencias e instrucciones, y familiarice su red de apoyo con cualquier dispositivo de comunicación aumentativo o alternativo que usted utilice. Mantenga los materiales escritos listos para aquellos que no conocen el lenguaje de señas y un intérprete no esté disponible.

Niños: Hogares con padres que trabajan pueden necesitar asistencias con sus hijos durante una emergencia. Hable con su red de apoyo anticipadamente acerca de cómo ellos pueden ayudar. Enséñeles a sus niños que hacer y a quien deben contactar en caso de una emergencia. Como los adultos, los niños quieren sentirse fuertes y en control durante una emergencia.

Alergias a ciertos alimentos o necesidad de una dieta especial: Considere estas necesidades cuando prepare sus suministros de alimentos de emergencia, y asegúrese que su red de apoyo sepan de sus necesidades, especialmente si usted planea evacuar a la casa de algún amigo o familiar durante una emergencia.

Depende de la Insulina o de algún otro medicamento refrigerado: Mantenga una pequeña hielera y paquetes de hielo a la mano para de una manera segura llevar sus medicamentos con usted si tiene que ser evacuado.

SISTEMA DE ALERTA DE EMERGENCIA (EAS POR SUS SIGLAS EN INGLÉS)

El Sistema de Alerta de Emergencias transmite información en estaciones de televisión y radio sobre alertas de emergencias nacional, estatal y local. Está diseñado para automáticamente interrumpir la programación regular para proporcionar orientación de su área específica.

ALERTAS DE EMERGENCIA INALÁMBRICAS (WEA (WIRELESS EMERGENCY ALERTS) POR SUS SIGLAS EN INGLÉS)

Las Alertas de Emergencia Inalámbricas son enviadas por autoridades de alerta del gobierno a través de su operador de telefonía móvil. Los tipos de alertas que podría recibir son:

- ◆ Advertencia de clima extremo.
- ◆ Emergencias locales que requieren acción inmediata.
- ◆ Alertas ámbar.
- ◆ Alertas presidenciales durante una emergencia nacional.

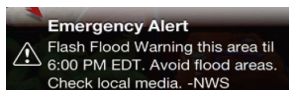


Photo courtesy National Weather Service

Una alerta de emergencia inalámbrica se verá como un mensaje de texto pero tendrá diferente tono y vibración que se repetirá dos veces.

NOAA RADIO METEOROLÓGICA (NWR POR SUS SIGLAS EN INGLÉS)

NOAA Radio Meteorológica es una red nacional de estaciones de radio que transmiten información meteorológica continua directamente desde la oficina del Servicio Meteorológico Nacional más cercano. NWR difunde desde el Servicio Meteorológico Oficial alertas, avisos, pronósticos y otra información sobre riesgos las 24 horas al día, los siete días de la semana.

NOAA Radio Meteorológica también trabaja con la FCC's sistema de emergencias (EAS por sus siglas en Inglés) para ser una red de radio de "todos los riesgos". En conjunto con los oficiales de seguridad pública y los administradores de emergencias, NWR puede transmitir información de advertencia y posterior al evento sobre todos los tipos de riesgos: naturales, causados por el hombre, ambientales o relaciones con la seguridad pública.



Los radios meteorológicos están disponibles en muchos puntos de venta y tiendas en línea que van desde \$20 a \$200 o más, con una variedad de características. Con el fin de obtener el máximo rendimiento de un radio meteorológico, tres características útiles son:

Tono de Alarma: La alarma se activará para los mensajes de vigilancia y advertencia aún si el receptor está apagado.

Tecnología Específica de Codificación de Mensaje de Alerta: (S.A.M.E. por sus siglas en Inglés) La Codificación Específica de Mensajes de Alerta, le permite especificar el área de la cual desea recibir alertas. Sin esta característica, es posible que usted escuche mensajes de vigilancia y advertencia de muchos condados a medida que el sistema de tormenta se mueva a través de Colorado. Con esta característica usted escuchará mensajes solamente de las áreas que usted ha seleccionado.

Baterías de respaldo: Esta característica es útil ya que los cortes de energía a menudo acompañan a un clima severo. Se recomienda que use la corriente alterna en condiciones normales para preservar la vida útil de la batería. Si se corta la corriente, la batería tomará control y su radio seguirá funcionando.

CONOZCA LOS TÉRMINOS:

Generalmente, cuando se emite una "advertencia" significa que algo serio pasó o está por pasar. La alerta de "vigilancia" significa que las condiciones son correctas o que existe la posibilidad de que algo suceda. Un "aviso" generalmente nos hace conscientes de que es probable que algo ocurra, puede ser una amenaza o debe evitarse, pero no es una amenaza directa para la vida.

Advertencias: ¡TOME Medidas!

Vigilancia: ¡ESTE Preparado!

Avisos: ¡TEN Cuidado!

Para una lista completa de las definiciones de estos términos, visite: <https://www.weather.gov/lwx/WarningsDefined>.

MEDIOS SOCIALES



Muchas agencias locales de gobierno usan Facebook, Twitter y otros medios sociales como plataformas para comunicarse con el público. La oficina de Administración de Emergencias del Condado Weld (OEM por sus siglas en Inglés) usa nuestro sitio www.weldoem.com, y Facebook para comunicarse antes, durante y después de emergencias. Síguenos en: <https://facebook.com/WeldCountyGovernment>. También nos puede encontrar en Twitter: <https://twitter.com/weldgov>. Para más información sobre el Gobierno del Condado Weld, visite www.weldgov.com.



Si fuiste afectado por un desastre y no tienes servicio de teléfono, utilice el sitio web Seguro y Bien de la Cruz Roja Americana en: <https://safeandwell.communityos.org/cms/index.php> o la función de verificación de seguridad de Facebook

SIRENAS DE ADVERTENCIA AL AIRE LIBRE

Muchas comunidades en el Condado Weld mantienen advertencias al aire libre como otro sistema de advertencia. Mantenga siempre en mente que estas sirenas son con la intención de prevenir a las personas que están afuera, y probablemente no tengan acceso a otro sistema de advertencia. En las emergencias relacionadas con el clima, la jurisdicción local se comunicará con el Centro Regional de Comunicaciones del Condado Weld para activar las sirenas, la mayoría de las veces para una alerta de tornado.

Las sirenas se prueban una vez al año, generalmente a comienzos de la primavera, cerca de principios de Abril. Las sirenas suenan de 30 a 60 segundos durante la prueba.

Si usted escucha las sirenas en cualquier momento que no sea una prueba de sirena planificada, busque más información y esté atento a su entorno. Tome medidas de seguridad apropiadas inmediatamente.



SISTEMA DE NOTIFICACIÓN DE EMERGENCIAS (ENS POR SUS SIGLAS EN INGLÉS)

El Sistema de Notificación de Emergencias es utilizado por los funcionarios de seguridad pública para informar al público de las amenazas inmediatas a la salud y la seguridad. Ejemplos de mensajes que usted podría recibir incluyen la necesidad de buscar refugio durante un tornado, o una noticia de que usted debería permanecer adentro debido a la actividad policial crítica en su área. El Centro de Comunicaciones Regionales del Condado Weld (WCRCC por sus siglas en Inglés) usa un sistema llamado **Código Rojo**.

Cuando ellos mandan un mensaje al público, el WCRCC grabará un breve mensaje y seleccionará el área de residencias y negocios a las que se llamará definiendo el área en un mapa o ingresando un rango de direcciones. Cuando se "lanza" un mensaje el sistema automatizado llama a cada teléfono fijo en el área seleccionada, reproduciendo el mensaje cuando se responde el teléfono. El Sistema también llama a otros teléfonos, envía mensajes a individuos que se han registrado para recibir alertas de emergencia de esta manera.

Cuando usted recibe un mensaje de alerta **Código Rojo**, su identificador de llamadas muestra el número 866-41-5000 ó 855-969-4636, y si usted se ha registrado para recibir advertencias meteorológicas **Código Rojo**, entonces mostrará el número 800-566-9780 durante eventos climáticos. Si a usted le gustaría escuchar el último mensaje enviado a su teléfono, simplemente marque ese número de vuelta. Usted puede guardar los números anteriores como contactos en su celular para asegurarse de no perder ninguna notificación importante.

Si se registra para recibir una notificación en su teléfono celular, nosotros le recomendamos que también solicite una notificación por mensaje de texto. Un mensaje de texto puede comunicarse con usted cuando una llamada de voz no puede.

Ayúdenos a ayudarle en una emergencia. Regístrese para alertas de emergencia en www.weld911alert.com.

Desbloquee sus instintos y esté atento a su entorno

Usted puede ser inconscientemente más consciente de su entorno de lo que cree. A menudo, antes de que un desastre ocurra, las personas notan que algo está "apagado" o describen una escena que se veía o sonaba diferente a lo que habían experimentado antes. Aprender a estar siempre al tanto de lo que le rodea y confiar en sus instintos es también una forma de advertencia.

DECIDIENDO QUEDARSE O IRSE

Dependiendo de sus circunstancias o de la naturaleza de la emergencia, la primera decisión que usted siempre hará será irse o quedarse. Usted debe evaluar las circunstancias, cómo los lugares que frecuenta, tipos de emergencia, otras personas que dependen de usted, su propia capacidad y recursos, planear para ambas posibilidades.

EVACUACIÓN

La evacuación es la mejor elección cuando hay peligro inmediato donde usted está. La cantidad de tiempo que usted tiene para evacuar dependerá de la naturaleza del desastre, así que prepárese para irse en cualquier momento. Idealmente, usted deberá tener suficiente agua, comida, ropa y suministros de emergencia para que duren hasta que llegue a un lugar donde tenga acceso a recursos básicos. Algunos desastres no dan tiempo para reunir suministros. Si el peligro es inminente, su prioridad es estar seguro.



- ◆ Siempre evacue cuando las autoridades le digan que lo haga.
- ◆ Usted puede elegir antes que las condiciones empeoren (cuando se emite una alerta de vigilancia en lugar de una advertencia) si usted necesita tiempo adicional para viajar, asistencia de transporte, o si usted no puede refugiarse en un lugar sin su red de apoyo. Haga esos arreglos con anticipación.
- ◆ Planifique varias rutas de evacuación desde su hogar y oficina. Familiarícese con las diferentes rutas. Planifique de antemano donde irá y dónde se encontrará con los miembros de su familia.
- ◆ Lleve consigo documentos importantes y otros suministros de su “paquete para llevar” ([para ideas ver pestaña de suministros de desastres](#)).

REFUGIARSE EN EL LUGAR

Ya sea que esté en casa o en otro lugar, puede haber momentos en los que es mejor quedarse donde está y evitar entrar en una situación peligrosa. Considere lo que puede hacer para refugiarse en un lugar de forma segura solo o con amigos, familia o vecinos. Al hacer su plan de emergencia, determine cuáles serían sus “habitaciones seguras” en su hogar para cada tipo de desastre. Por ejemplo, durante una advertencia de tornado, debe ir a un sótano o a una habitación interior en el piso más bajo. Durante el derrame de material peligroso, usted debe ir a una habitación superior, ya que muchos químicos son más pesados que el aire.

- ◆ Localice los suministros de emergencia que pudiera necesitar durante el desastre (para ideas ver pestaña de suministros de desastres).
- ◆ Traiga sus mascotas adentro y llévelos con usted a la habitación segura.
- ◆ Lleve los suministros de emergencia y un radio con usted.
- ◆ Usted podría necesitar crear una barrera entre usted y el aire contaminado de afuera. En este caso, apague la calefacción o el aire

acondicionado para evitar que el aire malo entre. Usted también querrá sellar la habitación cerrando puertas y ventanas, usando barreras para cerrar aberturas. Toallas (mojadas, si es posible) y mantas funcionan bien como barreras, al igual que las láminas plásticas y las cintas adhesivas.



- ◆ Si se refugia en una habitación sellada, determine como hará señales de ayuda. Un silbato puede ser útil, o puede tirar algo por la ventana, o poner una señal en la ventana.
- ◆ No apague los servicios públicos a menos que las autoridades le indique que lo haga. La excepción es si escucha o huele una fuga de gas –en ese caso, localice la válvula del gas y apáguela. Usted podrá necesitar una herramienta especial para esto y podría necesitar ayudar profesional para volver a encender el gas.

CONSIDERACIONES ADICIONALES DE REFUGIO EN EL LUGAR

Si usted está en un vehículo cerca de su hogar, oficina o un edificio público, entre lo más pronto posible. Si usted no puede, estacionese, cierre las ventanas y las ventilas (séllelas si es posible) para reducir la exposición al riesgo.

Si usted está lejos de casa, siga los planes de refugio en el lugar en la oficina, escuela o donde esté. Si es posible, revise estos planes antes que un desastre ocurra.

Considere mantener algunos suministros para desastre (linterna, radio, agua) en cada habitación segura de su hogar o usted puede planear tomar su “paquete para llevar” con usted a la habitación segura que vaya.



RECUPERÁNDOSE DEL DESASTRE

Su primera preocupación después de un desastre es su bienestar físico y mental, y el de sus seres queridos. Recuperarse de un desastre es un proceso gradual, y podría ser diferente para todos, dependiendo de las circunstancias y los efectos del desastre en cada individuo.

Inmediatamente después de un desastre, revise por lesiones y ayude a los necesitados administrando primeros auxilios. No intente mover personas seriamente heridas a menos que estén en peligro inmediato de muerte o lesiones mayores donde están.



Si regresa a casa después de una evacuación, tenga cuidado con los caminos lavados, fugas de gas, líneas eléctricas caídas, vidrios rotos y áreas contaminadas. Antes de ingresar a su hogar, camine por el exterior para verificar si hay cables eléctricos sueltos, fuga de gas y daños estructurales. Si tiene alguna duda sobre la seguridad, haga inspeccionar su residencia antes de entrar.



Si tiene que hacer una limpieza importante, use botas y guantes de trabajo resistentes. Lávese las manos con frecuencia y a fondo con jabón y agua limpia cuando trabaje con escombros.

Informe a las autoridades locales si observa problemas de salud y seguridad, tales como derrames de químicos, líneas eléctricas caídas, aislamiento humeante o animales muertos.

Tenga en cuenta el potencial de agotamiento, siga el ritmo y establezca las prioridades en consecuencia.

AJUSTÁNDOSE A LA "NUEVA NORMALIDAD"

Después de un desastre, con frecuencia las personas se sienten abrumadas, desorientadas e incapaces de integrar todo lo que ha sucedido en una nueva rutina. Afortunadamente, la mayoría de la gente es resistente y se recuperará de la tragedia con el tiempo. Cuanto más pueda estar preparado, tanto física como mentalmente, será más capaz de recuperarse. Aquí están algunos pasos que puede seguir para recuperar la sensación de control y promover su bienestar emocional:

- ◆ Dese tiempo para adaptarse y permítase llorar las pérdidas que ha experimentado.
- ◆ Pida apoyo a las personas que se preocupan por usted, que le escuchen y se identifiquen con su situación. El apoyo social es un componente clave para la recuperación de desastres, especialmente si puede conectarse con aquellos que también sobrevivieron el desastre.

- ◆ Hable sobre su experiencia y exprese lo que siente de cualquier manera que le resulte cómoda, cómo llevar un diario o unirse a un grupo de apoyo.
- ◆ Participe en comportamientos saludables para mejorar su capacidad de lidiar con el estrés. Recuerde comer bien y descansar todo lo que pueda. Evite las cosas que puedan obstaculizar su capacidad de hacer frente y seguir adelante.
- ◆ Establezca o reestablezca rutinas. Esto puede ser, comer en sus horarios regulares, volver al trabajo, salir a caminar una vez al día o hacer tiempo para un pasatiempo.
- ◆ Evite tomar decisiones importantes sobre la vida, cómo cambiar de carrera o de trabajo, u otras decisiones importantes. Estos tienden a ser muy estresantes y pueden incluso ser más difíciles de hacer cuando se está recuperando de un desastre.



¿CUÁNDO DEBERÍA BUSCAR AYUDA PROFESIONAL?



Si nota sentimientos persistentes de angustia o desesperanza, o si siente que apenas puede cumplir con sus responsabilidades o actividades diarias, puede ser útil hablar con un profesional de la salud mental. Revise sus recursos locales de Salud Conductual, o busque un profesional a través de la Asociación Americana de Psicología en www.apa.org.

REÚNA UN PAQUETE CON PUMINISTROS PARA DESASTRE

Ya sea que usted se quede o se vaya, usted debe de reunir un paquete con suplementos para desastre para ayudarse durante la parte inicial de la emergencia y satisfacer sus necesidades básicas hasta que llegue la ayuda o hasta que pueda reanudar sus rutinas normales. Como mínimo, su paquete debe incluir agua, comida, un botiquín de primeros auxilios, artículos de saneamiento, artículos de higiene y artículos de seguridad. Planee tres días de evacuación, y dos semanas de refugio en casa. Para más consejos en cómo reunir su paquete de suplementos para desastre, visite www.ready.gov/build-a-kit and <http://www.redcross.org/get-help/prepare-for-emergencies/be-red-cross-ready/get-a-kit>

LISTA DE SUMINISTROS BÁSICOS

- ◆ Agua: un galón por persona, por día
- ◆ Comida: no perecederos y fáciles de preparar
- ◆ Abrelatas manual para cualquier producto enlatado
- ◆ Linterna y pilas (nota: velas son causa frecuente de incendio en hogares; use otro tipo de luz cuando sea posible)
- ◆ Botiquín de Primeros Auxilios
- ◆ Medicamentos
- ◆ Herramienta multiuso
- ◆ Artículos de saneamiento e higiene
- ◆ Copias de documentos importantes
- ◆ Teléfono celular y cargadores
- ◆ Información de familia y contactos de emergencia
- ◆ Dinero en efectivo extra
- ◆ Manta de emergencia
- ◆ Mapas de su área

SUMINISTROS ADICIONALES PARA CUBRIR LAS NECESIDADES DE LOS MIEMBROS DE LA FAMILIA

- ◆ Llaves extras de su casa y carros
- ◆ Suministros médicos (lentes de contacto, aparatos de audición/ baterías, lentes y jeringuillas)
- ◆ Suministros para bebé, tales como pañales, mamilas y formula
- ◆ Suministros de mascotas (collar, correa, registros veterinarios, comida, tazón y portador)
- ◆ Medicamentos e información de prescripción
- ◆ Radios vi-direccionales

SUMINISTROS ADICIONALES PARA TENER EN CASA

- ◆ Contenedores de almacenamiento de agua (usted puede almacenar agua antes de que el desastre ocurra, si usted recibe una advertencia)
- ◆ Silbato
- ◆ Mascarillas protectoras (a veces llamadas mascarillas quirúrgicas o de la gripe) para protegerse de enfermedades infecciosas
- ◆ Máscaras contra el polvo (Busque por N95 o mejor calificación) para protegerse de la inhalación de partículas
- ◆ Toallas
- ◆ Guantes de trabajo
- ◆ Herramientas para asegurar su hogar
- ◆ Láminas de plástico
- ◆ Cinta adhesiva
- ◆ Blanqueador líquido doméstico
- ◆ Mantas extras o sacos para dormir
- ◆ Juegos, artículos de entretenimiento y actividades

Consejo: Arme un “kit para llevar” de artículos esenciales que pueda llevar con usted. Manténelo cerca de la puerta que usas regularmente o en su vehículo.



SEGURIDAD ALIMENTICIA

El saneamiento y la limpieza son importantes cuando se preparan los alimentos.

- ◆ Evite las sobras de comida o utilícelas dentro de los siguientes cuatro (4) días, solo si han estado almacenados a menos de 40 grados F.
- ◆ Calentadores de velas, charolas para calentar a baño maría, ollas de fondue o chimeneas se pueden utilizar para cocinar, así como parrillas para barbacoa o estufas de propano (usar solo afuera las parrillas y estufas de propano).
- ◆ Prepare solo comida suficiente para su consumo inmediato.
- ◆ Mantenga limpias las superficies donde se prepara comida y evite el contacto entre comidas crudas y otras.
- ◆ Si usted está tratando agua, use solo fórmula preparada para infantes: no use fórmula de polvo con agua tratada.
- ◆ Los alimentos enlatados comercialmente pueden comerse sin calentarse, remueva la etiqueta, lave y desinfecte la lata, y abra la lata antes de calentarla.
- ◆ Mantenga la comida caliente a 140 grados F o más, y la comida fría a 40 grados F o menos.
- ◆ Guarde los alimentos a una distancia de al menos cuatro (4) pulgadas del piso en un lugar oscuro, seco y fresco como esté sellado para evitar la atracción de plagas y alimañas.
- ◆ Si la refrigeración no está disponible, use los alimentos perecederos lo antes posible. Si se corta la corriente, evite abrir el refrigerador o el congelador tanto como sea posible, busque otro espacio de almacenamiento alternativo, tales como enfriadores con hielo.
- ◆ Deseche comida que ha estado en contacto con agua contaminada o escombros.



SEGURIDAD DE AGUA POTABLE

Después de una emergencia, especialmente después de una inundación, el agua potable puede no estar disponible o no es segura para beber. No use agua que pueda estar contaminada para lavar trastes, cepillar sus dientes, lavar o preparar comida, hacer hielo o preparar fórmula para bebé. La regla general es tener un galón por día para cada persona en su familia. Esto no incluye agua para usar para todo lo demás, como lavar platos o cepillarse los dientes. También recuerde incluir sus mascotas en sus planes, y almacenar tanta agua como pueda. Si usted tiene suficiente tiempo después de la advertencia, es posible que desee llenar contenedores de agua antes de que llegue el desastre.

FUENTES SEGURA DE AGUA

- ◆ Cubos de hielo derretidos
- ◆ Agua drenada de las tuberías
 - ↳ Para usar agua de las tuberías, abra el grifo ubicado en el punto más alto del edificio para dejar que el aire entre en la tubería. Entonces obtenga agua del grifo más bajo del edificio.
- ◆ Agua drenada del calentador de agua
 - ↳ Para usar el agua del tanque de agua caliente, asegúrese que la electricidad y el gas estén apagados, luego abra el drenaje del fondo del tanque.
 - ↳ Apague la válvula de entrada de agua en el tanque y encienda el grifo de agua caliente para centrar el flujo de agua. Rellene el tanque antes de volver a encender el gas o la electricidad. Si el gas está pagado, serán necesarios los servicios de un profesional o un trabajador de servicios públicos para volver a encenderlo.
- ◆ Líquidos de productos enlatados

FUENTES DE AGUA INSEGURAS

- ◆ Radiadores
- ◆ Caldera de agua caliente (sistema de calefacción)
- ◆ Piscinas y balnearios (pueden ser usados para higiene personal y limpieza)
- ◆ Reservas locales, lagos y ríos (si no está tratada)
- ◆ Agua del inodoro o tanque
- ◆ Camas de agua



HACIENDO QUE EL AGUA SEA SEGURA PARA USAR:

Trate el agua de calidad incierta antes de usarla. Antes del tratamiento, deje que las partículas suspendidas se depositen en el fondo o filtrelas a través de filtro de café o capas de tela limpia. Hay tres métodos para tratar el agua:



Hierva agua durante tres minutos para eliminar la mayoría de los microbios.

- ◆ Hierva el agua por tres (3) minutos (recomendado para altitudes superiores a una milla) elimina la mayoría de microbios responsables de la enfermedad intestinal. **No puede eliminar todas las toxinas o impurezas químicas**, pero es una forma efectiva para desinfectar agua.

- ◆ Use blanqueador común para clorar agua para beber. Agregue 1/8 de una cucharadita (8-10 gotas) a un galón de agua. Espere 30 minutos. Si el agua está clara, es segura para beber. Si el agua está nublada, agregue otro 1/8 de cucharadita de blanqueador y espere 30 minutos.
- ◆ La destilación utiliza el proceso de cambio de fase de evaporación, condensación y precipitación, esta es la forma más efectiva de tratar agua contaminada. No solo mata los contaminantes biológicos, sino que también es efectivo para eliminar la mayoría de toxinas. También es una forma efectiva de desalinizar el agua del océano. Destiladores de agua para el hogar están disponibles para la compra, o usted puede hacer su propio destilador. En línea puede encontrar demostraciones útiles e instrucciones sobre cómo destilar agua.

ADMINISTRAR Y ALMACENAR AGUA

- ◆ Almacene agua en contenedores limpios. Usted también puede desinfectar el interior del recipiente con una solución de cloro, una cucharadita de cloro en una taza de agua. Sacúdalo dentro del contenedor y déjelo reposar por 30 minutos, luego enjuague con agua potable. Para más información acerca de tratamiento de agua en el hogar, vaya a https://www.cdc.gov/healthywater/drinking/home-water-treatment/household_water_treatment.html.



PLANEANDO PARA SUS ANIMALES

MASCOTAS

Si usted es cómo los millones de dueños de animales a nivel nacional, su mascota es un miembro importante de su casa. Durante y después de una emergencia, las condiciones que le afectan a usted podrían también afectar a sus mascotas. Lo que es bueno para usted es usualmente lo que es mejor para sus animales.

Incluya sus mascotas en su evacuación y en sus planes de refugiarse en casa. Si tiene que evacuar trate de llevar sus mascotas con usted.

- ◆ Reúna un paquete de suministros de desastre para su mascota. Incluyendo comida, agua, medicamentos, registros, caja de arena, abrelatas (si es necesario) e información con el nombre de su mascota y cualquier patrón de comportamiento o problemas.
- ◆ Identifique opciones de refugio antes de una emergencia. Si un refugio de emergencia está abierto, algunas veces podrán acomodar mascotas con un refugio co-ubicado. Sin embargo, si el refugio no está disponible, usted necesita saber dónde puede llevar sus mascotas. Hable con sus amigos y miembros de su familia, prepare una lista de refugios, residencias caninas o veterinarios quienes podrían refugiar a su mascota durante una emergencia.
- ◆ Identifique un pariente, amigo o vecino confiable para cuidar de su mascota si usted se encuentra lejos de casa durante una emergencia, y muéstreles donde está localizado el paquete de suministros de emergencia de su mascota.
- ◆ Familiarice a sus mascotas con el transporte en caja antes de la emergencia.
- ◆ Mantenga las vacunas de su mascota al corriente, y mantenga el registro en su paquete de emergencia. La mayoría de los veterinarios e instalaciones de embarque requieren comprobante de vacunación para admitir a su mascota.
- ◆ Asegúrese que su mascota tenga identificación o tenga un microchip.
- ◆ Tome fotografías de su mascota, así podrá demostrar su propiedad si ustedes se separan durante una emergencia.

GANADO

Mucha gente mantiene en sus hogares ganado no comercial, incluyendo caballos, burros, cabras, llamas, alpacas, ovejas y aves de corral. Familias con ganado a menudo tienen dificultades para evacuar, y algunas veces se niegan a hacerlo sin sus animales. Un plan para evacuar y proteger sus animales es esencial para proteger a las personas y los animales. Los planificadores de emergencias locales y estatales son conscientes de la necesidad de proporcionar refugio a animales grandes y comunicarán información relevante durante un desastre.

PREPARE SU GANADO EN CASO DE UNA EMERGENCIA:

- ◆ Enseñe a sus caballos a ser cargados, ya sea en su propio remolque o en el de alguien más. Asegúrese de tener acceso a un remolque con capacidad adecuada para todos sus animales.
- ◆ Determine el destino de la evacuación y asegúrese que las facilidades tienen acceso a comida, agua, cuidado veterinario y equipo de manejo. A menudo, se usan los recintos de las ferias locales, pero recuerde que la capacidad y los recursos pueden ser limitados. Si usted tiene la posibilidad, haga otros arreglos con anticipación.
- ◆ Asegúrese de tener el equipo suficiente, tales como cabestros, para cada uno de sus animales.
- ◆ Tenga la identificación del ganado –fotografías, inspección de la marca, papeles de registro, número de microchip – y mantenga copias con alguien fuera del área o electrónicamente (almacenamiento en línea o en una unidad de memoria).
- ◆ Si usted no está en casa y alguien más tiene que evacuar sus animales, publique la cantidad y tipos de animales en su granero. También incluya la locación de su paquete de suministros de emergencia para sus animales y la información de su contacto de emergencia.
- ◆ Si la evacuación no es posible, probablemente tenga que decidir si refugiar a sus animales o dejarlos libres. Esta decisión se basará en el tipo de desastre, el tipo y la ubicación del refugio disponible, y los riesgos asociados con sacar a sus animales.

CONSIDERACIONES ADICIONALES PARA GANADO:

- ◆ Mantenga a la mano suministros de alimentos para dos semanas durante el invierno.
- ◆ Planee una fuente alternativa de agua para el ganado cuando se interrumpe el servicio de electricidad o agua, como una cisterna, un gran tanque de retención o un generador que pueda hacer funcionar un pozo. Muchos sistemas de riego automáticos no funcionarán sin energía.
- ◆ Tenga a mano buena ropa de trabajo de invierno y tenga acceso a equipos de remoción de nieve, como un arado o tractor.
- ◆ Mantenga un extintor de incendios en su granero.
- ◆ Proporcione mitigación de incendios y espacios defendibles en y alrededor de corrales y pastos.
- ◆ Aprenda sobre bioseguridad y adopte prácticas que eviten la introducción y propagación de enfermedades entre el ganado. Para más información, visite www.colorado.gov/aganimals.



LISTA DE SUMINISTROS DE EMERGENCIA PARA MASCOTAS Y ANIMALES

- ◆ Agua y comida (tres (3) días para evacuación, y dos (2) semanas para refugio en el lugar); rotar esto con comida nueva cada dos (2) meses
- ◆ Tazones para comida y agua
- ◆ Abrelatas manual para comida enlatada
- ◆ Medicamentos de mascotas y animales, información de contacto del veterinario
- ◆ Identificación: fotografías, descripción física, rasgos distintivos, y otra información vital
- ◆ Registros veterinarios, incluyendo pruebas de vacunación
- ◆ Collares, correas o arneses, y otros equipos, tales como bozal, según sea necesario
- ◆ Portadores o cajas para mascotas
- ◆ Para exóticos, tales como reptiles, una almohada, un dispositivo caliente, y un plato de remojo
- ◆ Para pájaros, una red de captura, una toalla pesada, y una manta o sábana para cubrir la jaula
- ◆ Animales pequeños: sal para lamer, botella con agua, una pequeña caja "para esconderse" o un tubo de cartón dentro de la jaula
- ◆ Artículos de limpieza, tales como bolsas pequeñas para basura, toallas de papel, y desinfectante en aerosol
- ◆ Pregunte a su veterinario sobre recomendaciones de primeros auxilios y planifique en consecuencia



ANIMALES DE SERVICIO EN REFUGIOS PÚBLICOS

El Acta para los Americanos con Discapacidades (ADA por sus siglas en Inglés) garantiza animales de servicio, actualmente definido por la ADA cómo un perro* que ha sido entrenado individualmente para trabajar o realizar tareas para una persona con discapacidad, pueden permanecer con sus dueños en cualquier alojamiento público, como un refugio establecido durante un desastre. La ADA no garantiza otros aspectos del cuidado de animales de servicio durante desastres. Si usted es dueño de una animal de servicio, prepárese para proporcionarle comida y agua durante una emergencia. También es posible que desee ponerse en contacto con su veterinario para cualquier recomendación y para hacer un plan de emergencia para el cuidado veterinario.



***Las nuevas regulaciones de ADA contienen una disposición específica que también cubre a los caballos miniaturas.**

VIDA SILVESTRE EN DESASTRE

Situaciones de desastre y que amenaza la vida pueden exacerbar la naturaleza impredecible de los animales salvajes. Para protegerse a sí mismo, aprenda a lidiar con la vida silvestre.

- ◆ Tenga extrema precaución alrededor de los animales salvajes.
- ◆ Si un animal salvaje está atrapado o no hay disponible ninguna fuente de alimento natural, verifique con la División de Vida Silvestre de Colorado sobre formas seguras de dejarles alimentos apropiados.
- ◆ Es sabido que algunos animales salvajes, tales como serpientes, mapaches, y zarigüeyas buscan refugio en los niveles superiores de las casas o graneros durante inundaciones, y que permanecen allí después de que el agua retrocede. Si esto sucede, intente abrir una ruta de escape y el animal probablemente se vaya solo.
- ◆ Si ve un animal herido o varado contacte a la agencia de control animal local mediante las Comunicaciones del Condado de Weld al 970-350-9600, o la División de Fauna de Colorado para ayudar a removerlos.
- ◆ Las alimañas también pueden ser un problema después de los desastres. Asegure la comida en contenedores resistentes a los animales.



TORMENTAS ELÉCTRICAS Y RELAMPAGOS

Una tormenta se forma a partir de una combinación de humedad, aire caliente que sube rápidamente y una fuerza capaz de levantar el aire, cómo un frente cálido o frío, o viento.

HECHOS DE TORMENTAS:

- ◆ Una tormenta eléctrica se clasifica como severa si produce granizo de al menos $\frac{3}{4}$ de pulgada de diámetro, tiene vientos de 58 millas por hora, o produce un tornado.
- ◆ Todas las tormentas contienen rayos. El calentamiento rápido y enfriamiento del aire cerca del rayo causa el trueno.
- ◆ Si puede escuchar el trueno, está lo suficientemente cerca de la tormenta como para ser alcanzado por un rayo, incluso si no está lloviendo donde usted está.



HECHOS DE RAYOS:

- ◆ Rayos pueden golpear de cinco a diez millas de distancia de la tormenta.
- ◆ No hay tal cosa como "rayo seco" o "rayo de calor." Cuando ve un rayo sin escuchar el trueno, es de una tormenta lo suficientemente lejos como para que el sonido del trueno no viaje a su punto de observación.
- ◆ Los rayos no golpean dos veces el mismo lugar. Podría ser un golpe de suerte estadístico (eventualmente golpeará el mismo lugar de nuevo) o podría haber algo sobre ese lugar en particular que haga que los rayos sean más propensos a golpear allí.
- ◆ Un rayo alcanza la temperatura entre 18,000 y 60,000 grados Fahrenheit en menos de un segundo y contiene entre 100 millones y mil millones de voltios de electricidad.
- ◆ Recuerde la regla 30/30 de seguridad de los rayos: Entre al interior si no puede contar hasta 30 entre ver un rayo y escuchar un trueno. Quédense adentro por 30 minutos después de escuchar el último trueno.
- ◆ Colorado tiene alrededor de 500,000 descargas de rayos de nubes a tierra cada año, con un promedio de tres muertes anuales desde 1980, ocupando el tercer lugar por el número de muertes por rayo entre 2005 y 2014.

HECHOS DE GRANIZO:

- ◆ Colorado es uno de los estados más propensos al granizo en los Estados Unidos, con un promedio de 10 o más días de granizo severo por año.
- ◆ El granizo destructivo ocurre con mayor frecuencia en las Grandes Llanuras.
- ◆ Los granizos de una a dos pulgadas de diámetro pueden caer a una velocidad de 80 millas por hora. Se sabe que las piedras de granizo más grandes penetran los techos y pueden caer a una velocidad de 100 millas por hora, como una bola de béisbol lanzada por un lanzador de grandes ligas.
- ◆ Las muertes por granizo son más raras que las muertes por rayos, pero las lesiones y los daños a la propiedad por el granizo son bastantes comunes.
- ◆ El tamaño del granizo se estima al compararlo con un objeto conocido. La mayoría de las tormentas de granizo se componen de una combinación de tamaños, y solo las piedras de granizo más grandes suponen serio peligro para las personas que se encuentran al aire libre.

Chícharo = $\frac{1}{4}$ diámetro de pulgada

Canica/bola de naftalina = $\frac{1}{2}$ diámetro de pulgada



Moneda de 10/1 centavo = $\frac{3}{4}$ diámetro de pulgada

Níquel = $\frac{7}{8}$ diámetro de pulgada

Cuarto de dólar = 1 diámetro de pulgada

Pelota de ping-pong = $1 \frac{1}{2}$ pulgadas

Pelota de golf = $1 \frac{3}{4}$ pulgadas

Pelota de Tenis = $2 \frac{1}{2}$ pulgadas

Pelota de béisbol = $2 \frac{3}{4}$ pulgadas

Taza de té = 3 pulgadas

Toronja = 4 pulgadas

Softbol = $4 \frac{1}{2}$ pulgadas

**** El tamaño del cuarto de granizo o más grande se considera severo**

CONOCIENDO LA TERMINOLOGÍA:

Vigilancia de Tormenta Severa: es emitida cuando las condiciones son favorable para la formación de tormentas de severas.

Advertencia de Tormenta Severa: es emitida cuando una tormenta severa ha sido avistada o indicada por el radar meteorológico.

Advertencias: ;TOME Medidas!

Vigilancia: ;ESTE Preparado!

Avisos: ;TEN Cuidado!

ANTES DE LA TORMENTA:

- ◆ Organice un paquete de suministros de desastres y haga un plan de comunicación familiar.
- ◆ Asegure los objetos que están al aire libre, tales como muebles de jardín, y lleve adentro objetos livianos para evitar pérdidas o daños.
- ◆ Elimine árboles y ramas muertas o podridas alrededor de su casa que podrían caer y causar lesiones o daños.
- ◆ Asegure ventanas y puertas, desconecte equipo electrónico antes de que la tormenta llegue.

DURANTE LA TORMENTA:

- ◆ No maneje equipos eléctricos o teléfonos de cable, ya que la electricidad del rayo puede seguir los cables.
- ◆ Evite las bañeras, gritos de agua y fregaderos porque las tuberías de metal pueden transmitir electricidad.
- ◆ Considere apagar su aire acondicionado central, ya que una descarga eléctrica a través del sistema eléctrico de su hogar puede causar daños graves a su sistema de aire y calefacción.
- ◆ Aléjese de las ventanas y puertas, y no se acerque a los porches.
- ◆ Si usted está en su carro, quédese en su carro. El caucho de los neumáticos no lo protege de los rayos, pero sí lo hace el marco de metal del automóvil (no toque el marco de metal).
- ◆ Si está afuera, consiga refugio lo más pronto posible y permanezca adentro durante la tormenta.

¿Golpeado por un rayo?
iNo hay peligro en ayudar a una persona que ha sido golpeada por un rayo –no queda carga eléctrica.

- ◆ Si un rayo golpea a alguien cerca de usted, inmediatamente llame al 911. Si la víctima deja de respirar, o si su corazón se ha detenido, administre RCP (CPR por sus siglas en Inglés).

DESPUÉS DE LA TORMENTA:

- ◆ Llame al 911 para reportar emergencias que ponen en peligro la vida.
- ◆ Ayude a las personas que puedan necesitar ayuda.
- ◆ Nunca conduzca a través de una carretera inundada, o camine a través de las aguas de inundación. Escombros y carreteras deslavadas hacen que las inundaciones sean peligrosas.
- ◆ Manténgase alejado de las líneas eléctricas caídas y repórtelas al 911 o al 970-350-9600 si no es una emergencia.

- ◆ Notifique a sus amigos y familia sobre su condición.
- ◆ Si la tormenta fue severa, es posible que desee limitar el uso del teléfono o tenga un servicio limitado. Es posible que pueda utilizar mensajes de texto. Visite el sitio web Seguro y Bien de la Cruz Roja Americana en <https://safeandwell.communityos.org/cms/index.php> o la función de Facebook de verificación de seguridad.
- ◆ Monitoree los medios locales para obtener la información más reciente.
- ◆ Ayude a las personas que puedan necesitar ayuda.

DURANTE UNA TORMENTA DE GRANIZO:

- ◆ Muévase adentro y permanezca adentro. Dentro del edificio cierre las persianas y cortinas para evitar que granizo o vidrios rotos entren.
- ◆ Si usted está en el camino durante una tormenta de granizo, permanezca en el vehículo, disminuya la velocidad o pare, ya que las carreteras pueden volverse resbaladizas. Una vez que se haya detenido, dé la espalda a las ventanas o cúbrase con una manta para protegerse de vidrios rotos.

DESPUÉS DE UNA TORMENTA DE GRANIZO:

- ◆ Daños en los techos es la consecuencia más común del granizo. Después de una tormenta, debe evaluar la condición de su techo para identificar el daño y evitar un mayor deterioro.
- ◆ La Alianza Federal de Hogares Seguros tiene información sobre el fortalecimiento de la cubierta del techo de su casa contra el granizo y otras condiciones climáticas severas.



TORNADOS

Un tornado es una tormenta violenta de viento caracterizada por una nube retorcida en forma de embudo. Esto es generado por una tormenta eléctrica y se produce cuando el viento frío anula la capa de calor, lo que obliga que el aire caliente se eleve rápidamente.



El Condado de Weld tiene el mayor número de tornados anualmente de cualquier condado en los Estados Unidos. Esto se debe en parte a que el Condado Weld es grande (4,017 millas cuadradas), y en parte porque el terreno está situado en el noreste de Colorado es un lugar ideal para mover el aire, con estribaciones al oeste, la cordillera de Cheyenne al norte el Palmer Divide en el sur.

La Mayoría de los tornados del Condado Weld no provienen de súper células, el tipo de tormentas menos común pero las más peligrosas. A menudo, son categoría cero o uno en la escala Fujita (EF por sus siglas en Inglés), con vientos entre 65 y 110 millas por hora, que causan daños leves a moderados.

El Tornado Windsor en 2008 fue un EF3 y causó daños considerables a severos.

HECHOS SOBRE TORNADOS:

- ◆ Los tornados pueden ocurrir en cualquier momento y no siempre viajan en una dirección específica.
- ◆ Los Tornados pueden parecer casi transparentes hasta que recogen polvo y escombros.
- ◆ Las lesiones o muertes a menudo ocurren debido a una construcción derrumbada, cuando las personas son golpeadas por escombros, y cuando las personas intentan escapar de la tormenta.
- ◆ Las casas móviles son particularmente vulnerables a daños durante un tornado, incluso si tienen amarres o anclajes. Si se encuentra en una casa móvil, diríjase a un edificio con una base sólida cuando se emitió un aviso de tornado.

CONOZCA LOS TÉRMINOS:

Se emite un Aviso de Tornado cuando las condiciones son favorable para la formación de tornados.

Se emite una Advertencia de Tornado cuando un tornado ha sido avistado o indicado por un radar meteorológico.

Advertencias: ¡TOME Medidas!

Vigilancia: ¡ESTE Preparado!

Avisos: ¡TEN Cuidado!

SEÑALES DE ADVERTENCIA Y PELIGRO:

- ◆ Una nube de escombros puede marcar la ubicación de un tornado, incluso si el embudo no es visible.
- ◆ Antes de un tornado, el viento puede extinguirse y el aire se vuelve muy inquieto.
- ◆ Puede escuchar el sonido de un fuerte rugido, a menudo descrito como el sonido de un tren y puede ver grizo grande.

ANTES DE UN TORNADO:

- ◆ Reúna su paquete de suministros para desastres y haga un plan de comunicación familiar.
- ◆ Reúna cosas importantes que llevará con usted en caso de una evacuación temprana.
- ◆ Supervise los medio locales regularmente para las actualizaciones del clima.
- ◆ Elija lugares donde usted y su familia puedan resguardarse de forma segura si se aproxima un tornado –en el trabajo, la escuela o el hogar. Los lugares más seguros son el sótano, o las habitaciones más interiores y las más bajas del edificio. Los baños y los armarios también son buenos lugares para protección debido al enmarcado adicional y la plomería.
- ◆ Evite muros exteriores y ventanas.

DURANTE UN TORNADO:

Si está en casa, vaya de inmediato a una habitación interior sin ventanas, sótano para tormentas, sótano o al nivel más bajo del edificio. Póngase debajo de muebles resistentes y use sus brazos para proteger su cabeza y cuello.

Si está en el trabajo, vaya al sótano o al pasillo interior del nivel más bajo posible. Evite lugares con techos de gran luz, como auditorios, cafeterías o grandes espacios. Póngase debajo de muebles resistentes y use sus brazos para proteger su cabeza y cuello.

Si está al aire libre, ingrese a un edificio o refugio, si es posible. Si el refugio no está disponible o no hay tiempo para entrar, aléjese de los árboles y automóviles, y acuéstese en una zanja o área baja.

Si está en un vehículo, nunca intente escapar de un tornado. Si no hay tiempo para entrar a un refugio, dentro de una zanja o área baja, deténgase y estacione su vehículo – NUNCA debajo de un puente o paso superior. Mantenga su cinturón de seguridad abrochado, pero su cabeza debajo de las ventanas, y cúbrase con sus brazos y una manta, abrigo u otro objeto acojinado, si es posible.



DESPUÉS DEL TORNADO:

- ◆ Verifique si hay lesiones y proporcione primeros auxilios y resucitación cardio-pulmonar (CPR por sus siglas en Inglés), si tiene el entrenamiento.
- ◆ Tenga cuidado con los vidrios rotos y las líneas eléctricas caídas, no ingrese a las áreas dañadas hasta que le digan que es seguro hacerlo. Si se encuentra en un edificio dañado cuando el tornado se detenga, salga cuidadosamente del edificio.



- ◆ Use linternas con pilas -NO velas, ni ninguna llama abierta, ya que hay combustibles que pueden estar presentes.
- ◆ Use precaución extrema al entrar a un edificio dañado.
- ◆ Notifique a sus amigos y familiares sobre su condición.
- ◆ Es posible que desee limitar el uso del teléfono o que tenga un servicio limitado. Es posible que pueda utilizar mensajes de texto. Visite el sitio web Bien y Seguro de la Cruz Roja Americana

en <https://safeandwell.communityos.org/cms/index.php> o la función de Facebook de verificación de seguridad.

- ◆ Monitoree los medios locales para obtener la información más reciente.
- ◆ Ayude a las personas que puedan necesitar ayuda.

INUNDACIONES

Una inundación, un desbordamiento o un diluvio de agua que causa o amenaza con pérdida de vidas, daña el medioambiente.

HECHOS SOBRE LAS INUNDACIONES

- ◆ Las inundaciones pueden ser locales, afectando un vecindario o una comunidad, o estos pueden ser grandes, afectando cuencas hidrográficas completas.
- ◆ Inundación terrestre ocurre cuando el volumen de agua excede un río o corriente definida.
- ◆ Las inundaciones repentinas a menudo tienen una peligrosa pared de 10-20 pies o más de rugiente agua, que puede transportar rocas, barro y escombros. El agua en movimiento es extremadamente poderosa y barrerá así todo a su paso.
- ◆ Las rupturas de la presa producen efectos similares a las inundaciones repentinas.
- ◆ Solo 18-24 pulgadas de agua en movimiento pueden arrastrar la mayoría de los vehículos, incluidos suvs, camionetas e incluso camiones de bomberos.
- ◆ El manto de nieve invernal con temperaturas de calentamiento rápidas en primavera y los eventos climáticos de lluvia sobre nieve son causas comunes de inundación.



Para obtener información sobre el seguro contra inundaciones, visite: www.floodsmart.gov. No es necesario vivir en una zona inundable para poder comprar un seguro contra inundaciones. Los inquilinos, propietarios y dueños de negocios pueden comprar una póliza. El seguro debe comprarse al menos 30 días antes de realizar un reclamo.

PELIGROS DE UNA INUNDACIÓN

- ◆ Inundaciones e inundaciones repentinas pueden ocurrir en el Condado Weld durante la primavera, verano y otoño. Las inundaciones generalmente se asocian con los fenómenos climáticos monzónicos estacionales (por lo regular llueve todas las tardes) que ocurren en Colorado durante los meses de verano, pero pueden ocurrir cuando hay altos niveles de precipitación, escurrimiento y deshielo rápido.
- ◆ Tenga en cuenta los riesgos de inundación, sin importar dónde viva, pero especialmente si vive un área baja, cerca del agua o corriente abajo de una represa.
- ◆ Los residentes no deben depender únicamente de los mapas o designaciones de inundaciones (como la zona de inundación de 100 años) cuando deciden evacuar durante una inundación. Las condiciones reales de un incidente activo siempre deben tomarse en consideración.

CONOZCA LOS TÉRMINOS:

Observación de Inundación: la inundación es posible.

Observación de Inundación repentina: inundaciones repentinas son posibles. Está preparado para moverse rápidamente a un terreno más alto.

Advertencia de Inundación: Inundaciones ocurrirán pronto, o están ocurriendo; si se aconseja evacuar, hágalo de inmediato.

Aviso de Inundación repentina: Una inundación repentina está ocurriendo; busque tierra alta inmediatamente.

Advertencias: ¡TOME Medidas!

Vigilancia: ¡ESTE Preparado!

Avisos: ¡TEN Cuidado!

ANTES DE LA INUNDACIÓN:

- ◆ Prepare sus suministros de desastre y haga un plan de comunicación con su familia.
- ◆ Reúna las cosas importantes que llevará con usted en caso de una evacuación.
- ◆ Evite construir en áreas propensas a inundarse a menos que usted eleve y refuerce su casa. Eleve la calefacción, el calentador de agua y el panel eléctrico en su hogar.
- ◆ Instale "válvulas de retención" en las trampas de alcantarillado para evitar que el agua de la inundación retroceda en los desagües de su hogar.

Tape los pozos de agua y riego al aire libre para que no se contaminen con agua de inundación. Para más información, visite: <https://www.cdc.gov/healthywater/emergency/drinking/private-drinking-wells.html>

Construya barreras (diques, bermas, muros de contención) para evitar que el agua de la inundación ingrese al edificio, pero tenga en cuenta las consecuencias involuntarias de sus estructuras si tiene vecinos cercas.

Selle las paredes de los sótanos con compuestos impermeabilizantes para evitar filtraciones.

Identifique donde está la "tierra más alta" en el lugar donde pasa el tiempo. Podría ser el Segundo piso del edificio en que se encuentra.

Si usted piensa que tendrá dificultad para moverse rápidamente durante una inundación, evacue a un lugar seguro cuando una advertencia de inundación es emitida.

DURANTE UNA INUNDACIÓN:

- ◆ En una situación de inundación repentina, vaya a un lugar elevado inmediatamente. No espere instrucciones para moverse.

- ◆ Asegure su hogar. Si usted tiene tiempo, mueva artículos esenciales al piso superior y traiga adentro muebles exteriores.
- ◆ Desconecte electrodomésticos. No toque ningún equipo eléctrico si usted está mojado o está parado sobre agua.
- ◆ No camine a través de agua en movimiento. Seis pulgadas de agua en movimiento puede hacerlo caer.
- ◆ Si debe caminar donde no se está moviendo el agua, use una vara para verificar la firmeza del terreno frente a usted.
- ◆ No conduzca en áreas inundadas. Si las aguas crecen alrededor de su automóvil, abandone el automóvil y muévase a un terreno más alto si puede hacerlo de manera segura.

DESPUÉS DE UNA INUNDACIÓN:

- ◆ Busque información en fuentes de medios locales confiables para saber si el agua de su comunidad es segura para beber.
- ◆ Evite las inundaciones; el agua podría estar contaminada y también puede cargarse de eléctricamente desde líneas subterráneas o caídas.
- ◆ Esté al tanto de las áreas donde las aguas de las inundaciones han retrocedido. Las carreteras pueden debilitarse y ser inseguras.
- ◆ Regrese a su hogar únicamente cuando las autoridades indiquen que es seguro hacerlo.
- ◆ Use extrema precaución al entrar a edificios; pudiera haber peligros escondidos.
- ◆ Daños en los sistemas de alcantarillado son un peligro grave para la salud. Dé servicio a fosas sépticas y fontanería dañadas tan pronto como sea posible.
- ◆ Limpie y desinfecte todo lo que se mojó con una solución de cloro. El barro que queda del agua de la inundación puede contener aguas residuales o productos químicos.
- ◆ Notifique a sus amigos y familiares sobre su condición.

Es posible que desee limitar el uso del teléfono o que tenga un servicio limitado. Es posible que pueda utilizar mensajes de texto. Visite el sitio web Bien y Seguro de la Cruz Roja Americana en <https://safeandwell.communityos.org/cms/index.php> o la función de Facebook de verificación de seguridad.

Monitoree los medios locales para obtener la información más reciente.

Ayude a las personas que puedan necesitar ayuda.



TORMENTAS INVERNALES Y FRIO EXTREMO

Una tormenta invernal severa es aquella que produce una acumulación de cuatro o más pulgadas de nieve en un periodo de 12 horas, o seis o más en un periodo de 24 horas. La cantidad de acumulación de nieve dependerá de la locación geográfica y las condiciones.

HECHOS SOBRE TORMENTAS INVERNALES:

- ◆ Todas las tormentas invernales son acompañadas por bajas temperaturas y ventiscas, lo que puede reducir drásticamente la visibilidad.
- ◆ Una tormenta invernal puede variar de moderada en unas pocas horas a ventisca con nieve arrastrada por el viento que puede durar varios días.
- ◆ La mayoría de las muertes relacionadas con tormentas invernales ocurren por accidentes de tráfico en caminos con hielo.
- ◆ Las personas mayores representan el mayor porcentaje de víctimas de hipotermia. Muchos mueren congelados en sus hogares debido a las temperaturas peligrosamente frías, o se asfixian debido al uso indebido de combustibles, como briquetas de carbón que producen monóxido de carbón (CO por sus siglas en Inglés).
- ◆ El Condado Weld puede experimentar clima invernal repentino y extremo, incluidos cambios severos de temperatura, fuertes precipitaciones y fuertes vientos.

CONOZCA LOS TÉRMINOS:

Advertencias: ¡TOME Medidas!

Vigilancia: ¡ESTE Preparado!

Avisos: ¡TEN Cuidado!

- ◆ **Observación de una Tormenta Invernal:** indica que el clima invernal severo puede afectar su área.
- ◆ **Advertencia de Tormenta Invernal:**

Indica que una tormenta invernal está ocurriendo, o podría ocurrir en su área.

- ◆ **Aviso de Tormenta Invernal:** Indica que se espera clima invernal; actúe con precaución
- ◆ **Sensación Térmica:** Calcula el frío que se siente al aire libre cuando se combinan los efectos de la temperatura con la velocidad del viento. Comúnmente llamada "sensación" de temperatura en las aplicaciones de medios y clima.
- ◆ **Advertencia de Ventisca:** Se esperan vientos sostenidos o ráfagas frecuentes de 35 millas por hora o más, y una cantidad considerable de nieve que cae por un período de tres (3) horas o más.
- ◆ **Advertencia de heladas/congelación:** Se esperan temperaturas bajo cero.
- ◆ **Nevada Fuerte:** Acumulación de nieve de cuatro (4) pulgadas en un período de 12 horas o seis (6) pulgadas en un período de 24 horas. En los

pronósticos, la nieve pesada a menudo se expresa utilizando un rango o un número "hasta" de pulgadas.

- ◆ **Lluvia Helada:** lluvia que se congela cuando toca el suelo, creando una capa de hielo en las carreteras, senderos, árboles y líneas de servicios públicos.
- ◆ **Tormenta de Hielo:** una tormenta de hielo es cuando se esperan acumulaciones dañinas de hielo durante situaciones de lluvia helada. Acumulaciones significativas de hielo son $\frac{1}{4}$ de pulgada o más.

CONGELACIÓN E HIPOTERMIA:

- ◆ Congelación es la pérdida de sensibilidad y una apariencia blanca o pálida en las extremidades, como los dedos de las manos, pies, la punta de la nariz o los lóbulos de las orejas.
- ◆ Hipotermia es una condición provocada cuando la temperatura corporal desciende a menos de 90 grados F. Los síntomas de hipotermia incluyen escalofríos, habla lenta, lapsos de memoria, tropiezos frecuentes, somnolencia y agotamiento.
- ◆ Si hay sospechas de congelación o hipotermia, comience a calentar lentamente a la persona y busque ayuda médica inmediata. Caliente primero el torso de la persona. Use su propio calor corporal para ayudar. Los brazos y las piernas deben calentarse al final porque la estimulación de las extremidades pueden conducir la sangre hacia el corazón y provocar insuficiencia cardíaca. Ponga a la víctima ropa seca y envuelva todo su cuerpo en una manta.
- ◆ Nunca le dé a la víctima de congelación o hipotermia cafeína o alcohol. La cafeína es un estimulante y el alcohol es un depresor. Consumir cualquiera de los dos bien puede empeorar los efectos nocivos de las bajas temperaturas en el cuerpo.

CONDUCIENDO DURANTE EL INVIERNO:

- ◆ Mantenga un paquete de emergencia en su vehículo, incluyendo mantas.
- ◆ Mantenga un raspador de parabrisas y una escoba pequeña para quitar el hielo y la nieve.
- ◆ Instale neumáticos de invierno con mucho hilo (Colorado tiene una ley de tracción); Instale cadenas de ser necesario.
- ◆ Mantenga su vehículo con al menos medio tanque de gasolina todo el tiempo, especialmente durante la estación de invierno.



Información de viajes y obras viales en carreteras interestatales y estatales está disponible en: www.cotrip.org. También puede suscribirse para recibir alertas por mensaje de texto o correo electrónico y descargue la aplicación móvil del Departamento de Transporte de Colorado (CDOT por sus siglas en Inglés).

Sintonice sus estaciones de radio locales para condiciones de viaje locales.

ANTES DE UNA TORMENTA INVERNAL:

- ◆ Prepare sus suministros de desastre y haga un plan de comunicación con su familia.
- ◆ Acondicione su paquete de emergencia para el invierno. Incluya sal de roca, arena, arena higiénica, palas, combustible para calefacción/cocinar, ropa extra y mantas.
- ◆ Aisle las paredes y el ático. Use masilla y tiras de clima en puertas y ventanas.
- ◆ Instale ventanas contra tormentas o cúbralas desde el interior con plástico.
- ◆ Evite que las tuberías se congelen: Envuelva las tuberías con aislamiento o con capas de periódicos viejos; cubra los periódicos con plástico para evitar la humedad; deje que las llaves goteen un poco para evitar que se congelen; Sepa como cerrar las válvulas de agua.
- ◆ Adquiera un equipo de calefacción de emergencia.
- ◆ Instale y verifique detectores de humo y detectores de monóxido de carbón (CO por sus siglas en Inglés).

DURANTE UNA TORMENTA INVERNAL:

Adentro:

- ◆ Quédese adentro y vístase para el frío.
- ◆ Conserve combustible. Baje el termostato a 65 grados durante el día y más bajo durante la noche. Cierre las habitaciones que no se usen.
- ◆ Si las tuberías se congelan, retire cualquier aislamiento o capas de periódicos y envuelva las tuberías en trapos. Abra completamente todos los grifos y vierta agua caliente sobre los tubos, comenzando por donde estuvieron más expuestos al frío.
- ◆ Monitoree los medios locales para las últimas actualizaciones.
- ◆ Manténgase seco y caliente.

Afuera:

- ◆ Vista ropa abrigada, use ropa suelta, ligera, una sobre otra, y trate de mantenerse seco. La ropa mojada pierde rápidamente su valor aislante.
- ◆ Si va a palear nieve, haga algunos estiramientos para calentar su cuerpo de antemano, y asegúrese de mantenerse hidratado.



- ◆ Evite el esfuerzo excesivo; el clima frío ejerce una presión adicional sobre el corazón mientras su cuerpo intenta mantenerse caliente. El ejercicio al que no está acostumbrado, como palear la nieve o empujar un automóvil, puede contribuir a un ataque cardíaco o

empeorar otras afecciones médicas. Recuerde tomar descansos frecuentes cuando realice actividades extenuantes.

- ◆ Cubra su boca para proteger sus pulmones del aire extremadamente frío.
- ◆ Esté atento a los síntomas de congelación, hipotermia o dolor en el pecho.

En el Vehículo:

- ◆ Permanezca en su vehículo. No abandone el vehículo para buscar ayuda a menos que pueda ver un edificio cercano donde sabe que puede refugiarse.
- ◆ Si se encuentra en una área remota, pise letras mayúsculas grandes en un área abierta diciendo AYUDA o SOS y márquelas con rocas o ramas para atraer la atención del personal de rescate que pueden estar buscando por aire.
- ◆ Ocasionalmente encienda el motor (por cerca de 10 minutos cada hora) para mantenerse caliente. Tenga cuidado de una intoxicación por monóxido de carbono, mantenga el tubo de escape limpio de nieve y abra un poco la ventilación.
- ◆ Encienda la luz del domo por la noche para que los equipos de rescate puedan detectarlo.
- ◆ Haga ejercicios menores para mantener la circulación. Aplauda y mueva sus brazos y piernas ocasionalmente. Trate de no estar en la misma posición por mucho tiempo.
- ◆ Si viaja con otras personas, acurríquense juntos para obtener más calor. Use periódicos, mapas, incluso los tapetes removibles del automóvil para agregar calor.



DESPUÉS DE UNA TORMENTA INVERNAL:

- ◆ Notifique a sus amigos y familiares sobre su condición.
- ◆ Si la tormenta fue severa, es posible que desee limitar el uso del teléfono o que tenga un servicio limitado. Es posible que pueda utilizar mensajes de texto. Visite el sitio web Bien y Seguro de la Cruz Roja Americana en <https://safeandwell.communityos.org/cms/index.php> o la función de Facebook de verificación de seguridad.
- ◆ Monitoree los medios locales para obtener la información más reciente.
- ◆ Ayude a las personas que puedan necesitar ayuda.

INCENDIOS EN EL HOGAR

HECHOS DEL FUEGO:

- ◆ El fuego es un desastre que usted y su familia probablemente pasen. Cada año 2,500 Americanos mueren y más de 13,000 resultan lastimados en incendios en hogares.
- ◆ El calor del fuego puede derretir la ropa y quemar los pulmones en una sola respiración. A nivel del piso las temperaturas promedian aproximadamente 90 grados F, pero a nivel de los ojos las temperaturas suben a 600 grados F.
- ◆ Los incendios usualmente ocurren entre la media noche y horas tempranas de la mañana, cuando la mayoría de la gente está durmiendo.
- ◆ 84% de los incendios son accidentes, como los causados por cableado eléctrico deficiente o un comportamiento descuidado.

EXTINTORES, DETECTORES DE HUMO Y DETECTORES DE MONÓXIDO DE CARBÓN.

- ◆ Instale extintores tipo A-B-C en su hogar y enseñe a los miembros de su familia a usarlos. Recuerde tirar del pasador, apuntar a la base del fuego, apretar el gatillo del extintor, y barrer la manguera hace adelante y hacia atrás a través de la base del fuego.
- ◆ Las alarmas de humo deben instalarse en todos los niveles de su hogar, fuera de las habitaciones en el techo o en lo alto de la pared, en la parte inferior de las escaleras cerradas, y cerca, pero no en la cocina.



- ◆ Detectores de monóxido de carbono deben instalarse en todos los niveles de su hogar, en la parte inferior de la pared.
- ◆ Alarmas de humo y detectores de monóxido de carbono deben probarse limpiarse una vez al mes y las baterías deben reemplazarse cada año.
- ◆ Las alarmas de humo deben reemplazarse cada 10 años, y los detectores de monóxido de carbono deben reemplazarse cada 5-7 años. Inspeccione los extintores anualmente y reemplácelos si están caducados o dañados.

ARTÍCULOS INFLAMABLES

- ◆ Nunca use gasolina, queroseno o líquidos inflamables similares en interiores. Guárdelos en contenedores aprobados en áreas de almacenamiento bien ventiladas.
- ◆ Deseche todos los trapos o materiales que hayan sido empapados en líquido inflamable. Deséchelos al aire libre en un contenedor de metal.
- ◆ Deseche de manera segura los fuegos artificiales permitidos, tales como fuentes, hilanderos de tierra, bengalas, dispositivos de tubos y fabricantes de ruidos trucados, asegurándose de que estén completamente apagados y fríos antes de colocarlos en un bote de basura.
- ◆ No use fuegos pirotécnicos ilegales en Colorado, que generalmente incluye aquellos que explotan o salen del suelo, como petardos, cohetes, velas romanas, bombas de cereza y morteros.

FÓSFOROS Y FUMAR

- ◆ Guarde los fósforos y encendedores en un gabinete cerrado, lejos de los niños.
- ◆ Nunca fume en la cama, cuando este somnoliento o medicado.
- ◆ Humedezca las colillas de cigarrillos y cigarros con agua antes de tirarlas.

FUENTES DE CALEFACCIÓN

- ◆ Verifique con el departamento de bomberos local si es legal usar calentadores de queroseno en su comunidad. Use sólo combustibles designados para su unidad y siga las instrucciones del fabricante.
- ◆ Llene los calentadores de queroseno afuera y asegúrese de que estén fríos antes de llenarlos.
- ◆ Coloque los calentadores al menos tres (3) pies de distancia de materiales inflamables. Asegúrese que los pisos y paredes cercanas estén debidamente aislados.
- ◆ Nunca use su horno o parrilla para calentar su hogar.
- ◆ Tenga su equipo de calefacción y chimeneas limpias e inspeccionadas cada año por un profesional calificado.
- ◆ Apague los calentadores portátiles cuando salga de la habitación o vaya a la cama.
- ◆ Asegúrese de que su chimenea de leña tenga una pantalla resistente para evitar que las chispas entren en la habitación.
- ◆ Las cenizas deben enfriarse antes de ponerlas en un recipiente de metal. Mantenga el contenedor a una distancia segura de su hogar.



- ◆ Mantenga todo lo que pueda arder por lo menos a tres (3) pies de distancia de las chimeneas de leña.

CABLEADO ELÉCTRICO

- ◆ Inspeccione los cables de extensión por cables deshilachados, expuestos o enchufes sueltos.
- ◆ Asegúrese de que las tomas de corriente tengan placas protectoras y que no haya cables expuestos.
- ◆ No sobrecargue el cable de extensión o la toma de corriente.
- ◆ Si necesita enchufar dos o más electrodomésticos, obtenga una unidad aprobada por Underwriters Laboratories con un disyuntor incorporado.



OTROS

- ◆ Duerma con la puerta de su habitación cerrada para reducir la posible exposición al humo y las llamas.
- ◆ Pida al departamento de bomberos local inspeccionar su residencia para seguridad contra incendios.
- ◆ Si vive en una casa o residencia de varios niveles, compre una escalera plegable y practique usarla.
- ◆ Si usted vive en edificio de departamentos o en una estructura de unidades múltiples averigüe si su edificio tiene un sistema de rociadores, pregunte al departamento de bomberos local cómo puede prepararse mejor para una estructura en fuego.

ANTES DE UN INCENDIO:

- ◆ Desarrolle y practique un plan de escape con la familia. Conozca dos formas de salir de cada habitación.
- ◆ Practique alertando a otros miembros de la familia. Mantenga una campana o un silbato y una linterna en cada habitación para este fin.
- ◆ Practique evacuar con los ojos vendados y gatear manteniéndose lo más bajo posible cuando escapa.
- ◆ Elijan un lugar de reunión seguro fuera de la casa.

DURANTE EL FUEGO:

- ◆ Si su ropa se incendia, pare, tírese y ruede hasta que el fuego se apague. Nunca corra, esto solo hace que el fuego arda más rápido.
- ◆ Si usted puede escapar con seguridad, golpee las puertas y grite "FUEGO" en su salida.

- ◆ Gatee bajo el humo hasta la salida más cercana – humo denso y gases venenosos se acumulan primero a lo largo del techo.
- ◆ Una vez que esté a salvo. Llame al 9-1-1 desde afuera y no vuelva adentro.
- ◆ Si usted debe escapar por una puerta cerrada, revise el calor antes de abrirla, usando la palma de su mano para sentir la parte superior de la puerta. En su lugar escape por una ventana.
- ◆ Si no puede escapar, cuelgue una luz, una sábana de color brillante o una pieza de ropa afuera de la ventana para alertar a los bomberos de su presencia. Enseñe a los niños a tirar por la ventana mantas o peluches.
- ◆ Si tiene un silbato, sóplelo cuando los bomberos lleguen.

DESPUÉS DE UN INCENDIO:

- ◆ Verifique si hay lesiones y proporcione primeros auxilios y resucitación cardio-pulmonar (CPR por sus siglas en Inglés), si tiene el entrenamiento.
- ◆ No entre a una estructura dañada por el fuego a menos que las autoridades digan que es seguro hacerlo.
- ◆ Tenga cuidado con daño estructural; el techo y los pisos pueden estar debilitados.
- ◆ Si tiene una caja fuerte o segura, no la abra, puede contener calor intenso durante varias horas. Si la puerta se abre antes de que la caja se haya enfriado, el contenido podría estallar en llamar.
- ◆ Si usted necesita vivienda, comida, ropa, reemplazo de medicamentos y lentes recetados, contacte a la Cruz Roja Americana al (800) 824-6615; Departamento de Servicios Humanos del Condado Weld al (970)352-1551.



INCENDIOS FORESTALES

HECHOS DE FUEGOS FORESTALES:

- ◆ Los incendios forestales usualmente empiezan pequeños y crecen rápidamente dada la combinación correcta de clima y combustible.
- ◆ La mayoría de los incendios forestales en el Condado Weld son incendios de superficie, y generalmente se llaman incendios de cobertura de tierra



o incendios de praderas. Estos arden a lo largo del suelo y pueden moverse rápidamente en áreas cubiertas de hierba.

- ◆ Estos incendios a menudo son causados por el hombre por quemaduras agrícolas que se salen de control, cigarrillos desechados descuidadamente o fogatas.
- ◆ La principal causa de incendios forestales en Colorado es el rayo.
- ◆ El mejor momento para llevar a cabo una quemadura agrícola es por la mañana, porque los vientos son generalmente más tranquilos en las horas de la mañana. Le pedimos que llame al centro de despacho del Condado Weld para avisarles que está quemando al (970) 350-9600, opción 4.

ANTES DE UN INCENDIO FORESTAL:

- ◆ Prepare sus suministros de desastre y haga un plan de comunicación con su familia.
- ◆ Reúna las cosas importantes que llevará con usted en caso de una evacuación.
- ◆ Identifique zonas de seguridad, donde hay poca o ninguna vegetación a dónde puede ir si no puede evacuar.
- ◆ Confine mascotas y animales a un área y haga un plan para cuidar de sus mascotas si usted necesita evacuar.
- ◆ Reemplace los respiraderos del ático y techo con mallas de apertura más pequeñas para evitar que las brasas ingresen al hogar. Considere encerrar o poner mallas en áreas abajo de una cubierta para mantener las brasas ardiendo fuera de estas áreas.
- ◆ Tenga a mano artículos domésticos que puedan usarse como herramientas contra el fuego, como rastrillos, hachas, sierras de mano o de cadena, cubetas, escaleras y palas. Pre conecte las mangueras a los grifos.
- ◆ Los techos de madera son una causa común de pérdida en incendios forestales. Considere reemplazar techos de tejas de madera con materiales resistentes al fuego.
- ◆ Cree un espacio defendible alrededor de su hogar. Elimine tantos árboles y arbustos como sea posible que estén a 30 pies de la casa. Mantenga la hierba cortada a 30 pies de la casa y pódese todas las ramas muertas de los árboles.
- ◆ Utilice materiales de jardinería no inflamables al lado de la casa (roca de río en lugar de mantilla).
- ◆ Regularmente limpie el techo, canales y chimenea.
- ◆ Apile leña lejos del hogar.
- ◆ Estacione su vehículo en un espacio abierto orientado hacia la dirección de escape, o devuelva su automóvil a la cochera. Aprenda como abrir la puerta de la cochera si no hay electricidad.

- ◆ Contacte al departamento de bomberos local y solicite que lleven a cabo una revisión de espacio defendible de su propiedad.

DURANTE UN INCENDIO FORESTAL:

- ◆ Llame al 9-1-1 para reportar un incendio. No asuma que alguien más les ha llamado. Si el tiempo lo permite, cierre ventanas, respiraderos y puertas. Apague el gas, o apague el tanque de propano.
- ◆ Abra la compuerta de la chimenea y cierre la pantalla de la chimenea.
- ◆ Traiga adentro cualquier mueble de patio.
- ◆ Si le preocupa un incendio forestal en su área, salga y vaya a un lugar seguro fuera del área. No espere que los oficiales le digan que evacue.
- ◆ Recorra a fuentes de medios locales para obtener más información.
- ◆ No intente conducir un vehículo a través del fuego; el calor y el humo lo desorientarán y pueden causar que choque.
- ◆ Si no puede escapar, permanezca adentro, alejado de materiales inflamables, moviéndose de lugar en lugar para encontrar el área más fresca. Mantenga su cuerpo, incluida su cabeza, cuello y manos, cubiertos con materiales naturales, tales como algodón y lana, beba suficiente agua. Si su casa se incendia, evacue a una zona segura.

DESPUÉS DE UN INCENDIO FORESTAL:

- ◆ Siga las instrucciones de los oficiales locales antes de volver a entrar en las áreas quemadas.
- ◆ Tenga cuidado con las caídas de árboles, el fuego puede haber quemado las raíces o debilitado los troncos.
- ◆ Revise el techo inmediatamente y apague cualquier chispa o brasa. Revise el ático en busca de chispas escondidas.
- ◆ Continúe revisando las áreas alrededor de su hogar en busca de humo o chispas durante varias horas después de que el fuego se apague.





Cualquier enfermedad altamente contagiosa puede crear una emergencia de salud pública. Una enfermedad altamente contagiosa es diferente de la influenza estacional que es causada por virus conocidos para los cuales existen vacunas. Un brote de una enfermedad altamente infecciosa podría ser algo así como una nueva cepa de influenza que no ha circulado entre las personas anteriormente, o podría ser una enfermedad completamente diferente que no es común en las naciones de primer mundo, como la Fiebre Tifoidea o la Tuberculosis.

La disponibilidad de las vacunas, antibióticos, antivirales u otros medicamentos durante una emergencia de salud dependerá por completo de la enfermedad y como afecta a las personas. Agencias de salud locales, estatales y federales han desarrollado planes y tienen recursos para ayudar, pero la disponibilidad de estos, al menos al comienzo de una crisis de salud, es esencialmente desconocida hasta que suceda.

Las acciones habituales de preparación también lo ayudarán durante una emergencia de salud. Además de recolectar suministros de emergencia y cualquier medicamento de rutina que pueda necesitar, usted debe:

- ◆ Mantenerse informado sobre salud pública de manera regular. El Departamento de Salud Pública y Ambiente del Condado Weld es una fuente confiable de información. Visite su sitio web en: www.weldhealth.org.
- ◆ Tener a la mano medicamentos sin receta y suministros de salud, incluidos analgésicos, remedios estomacales, medicamentos para la tos y el resfrío, líquidos con electrolitos y vitaminas.
- ◆ Hable con los miembros de su familia y sus seres queridos sobre cómo se cuidaría a cada uno de ustedes si estuvieran enfermos, y qué se necesitaría para brindar atención en sus hogares.

PARA DETENER LA PROPAGACIÓN DE GÉRMENES Y ENFERMEDADES:

- ◆ Evite el contacto cercano con personas que están enfermas, y mantenga distancia de otros cuando usted está enfermo.
- ◆ Si es posible, quédese en casa y no vaya al trabajo, la escuela y no haga diligencias cuando esté enfermo.
- ◆ Cubra su boca y nariz con un pañuelo desechable cuando estornude. Si usted no tiene un pañuelo desechable, tosa o estornude en su codo interior, no en su mano. Deposite los pañuelos desechables en la cesta de la basura.



- ◆ Lave sus manos a menudo, especialmente cuando tosa o estornude. Lávelas con agua y jabón por al menos 20 segundos, o límpielas con un desinfectante de manos a base de alcohol. Asegúrese de limpiar sus manos, muñecas, uñas y entre los dedos. Seque con una toalla de papel o una toalla limpia.
- ◆ Evite tocar sus ojos, nariz y boca ya que los gérmenes a menudo se propagan cuando la persona toca algo que está contaminado con gérmenes y luego se toca los ojos, nariz y boca.
- ◆ Practique otros buenos hábitos de salud, como dormir lo suficiente, controlar el estrés, beber líquidos adecuados, comer alimentos nutritivos y mantenerse físicamente activo.
- ◆ Limpie y desinfecta completamente su hogar. Para aprender más, visite el sitio web de los Centros de Control y Prevención de Enfermedades en: <https://www.cdc.gov/healthywater/emergency/cleaning-sanitizing/household-cleaning-sanitizing.html>.

El lavado de manos es el solo el más efectivo forma de prevenir el propagación de la infección.

<https://www.cdc.gov/features/handwashing/index.html>



INCIDENTES CON MATERIALES PELIGROSOS



Materiales peligrosos son materiales que son inflamables, corrosivos, oxidantes, explosivos, tóxicos, etiológico (causa una enfermedad o condición), radioactivo, nuclear o indebidamente magnético. Cualquier material que, debido a su cantidad, propiedades o embalaje, puede poner en peligro la vida o la propiedad. Materiales peligrosos incluye agente químicos, material de investigación biológica y gas comprimido.

HECHOS SOBRE MATERIALES PELIGROSOS

- ◆ Productos químicos peligrosos se utilizan en la industria, la agricultura, la medicina, la investigación y los bienes de consumo.
- ◆ A menudo se liberan como resultado de accidentes de transporte o accidentes químicos en instalaciones que los fabrican, usan o almacenan.
- ◆ Las instalaciones que fabrican, usan o almacenan materiales peligrosos deben informar a los Comités Locales de Planificación de Emergencias (LEPC, por sus siglas en Inglés) del Condado por medio de la Ley de Planificación de Emergencias y Derecho a la Información de la Comunidad (EPCRA, por sus siglas en Inglés), esta acta también se conoce como Sara Title III.
- ◆ Para más información acerca de la Ley de Planificación de Emergencias y Derecho a la Información de la Comunidad, visite www.epa.gov/epcra/what-epcra.

INFORMACIÓN SOBRE MATERIALES PELIGROSOS EN EL CONDADO WELD

- ↪ El Condado Weld recibe más de 9,000 informes de Nivel II cada año de instalaciones que usan varias cantidades de materiales peligrosos. Estos informes también se conocen como formularios de inventario de productos químicos de emergencia y peligrosos.
- ↪ Muchos de estos informes provienen de instalaciones de gas y petróleo en el Condado Weld. Algo más de 150 instalaciones informan sustancias extremadamente peligrosas.
- ↪ Los químicos tóxicos reportados con mayor frecuencia en el Condado Weld son amoníaco anhidro, cloruro, amoníaco, ácido clorhídrico y ácido sulfúrico.
- ↪ El Condado Weld tiene uno de los Comités de Planificación de Emergencia Local (LEPCs por sus siglas en Inglés) más activos en el Estado de Colorado. La Oficina de Manejo de Emergencias del Condado Weld mantiene planes de emergencia y se coordina con

tres equipos de respuesta a materiales peligrosos en el Condado Weld. Contacte a los Comités de Planificación de Emergencia Local Contado Weld en: www.weldoem.com o marque al (970) 304-6540.

MATERIALES PELIGROSOS EN EL HOGAR:

- ◆ Aunque muchas instalaciones usan materiales peligrosos, la mayoría de las víctimas de accidentes químicos se lesionan en el hogar.
- ◆ Cuando se trata de productos químicos domésticos:
 - ↪ Limite la cantidad de químicos que almacena, y compre solamente la cantidad que necesita.
 - ↪ Aisle los productos en contenedores seguros y en áreas cerradas, lejos de fuentes de calor y niños.
 - ↪ Elimine productos que ya no necesita más o que están casi vacíos. Para obtener más información sobre las instalaciones de Residuos Domésticos Peligrosos del Condado Weld (HHW por sus siglas en Inglés), visite: https://www.weldgov.com/departments/health_and_environment/environmental_health/hazardous_waste_disposal_household.
 - ↪ Separe materiales cómo se indica en la botella; Por ejemplo, nunca mezcle productos con cloro con productos que contengan amoníaco.
- ◆ Nunca use productos inflamables, tales como rociadores para el cabello, soluciones de limpieza, productos de pintura, y pesticidas cerca de una llama abierta, incluyendo luz piloto, vela encendida, chimenea o estufa de leña. Incluso si no puede verlos ni olerlos, las partículas de vapor en el aire podrían incendiarse o explotar.

ANTES DE UN INCIDENTE CON MATERIALES PELIGROSOS:

- ◆ Reúna un kit de suministros para desastres y elabore un plan de comunicación familiar.
- ◆ Reúna cosas importantes que llevará con usted en caso de evacuación.
- ◆ Pregunte a su Comité Local de Planificación de Emergencias (LEPC) sobre los planes comunitarios para responder a incidentes con materiales peligrosos, y sobre el almacenamiento y uso de productos químicos peligrosos en su área. Consulte la sección de Materiales peligrosos del condado de Weld para obtener información de contacto.
- ◆ Prepárese para evacuar o refugiarse en su lugar si las autoridades lo solicitan (para más información, consulte la sección Stay or Go en esta guía).
- ◆ Regístrese para recibir notificaciones de emergencia inversas en www.weld911alert.com.

DURANTE UN INCIDENTE DE MATERIALES PELIGROSOS

- ◆ Monitoree medios locales para información e instrucciones.
- ◆ Si huele o presencia un incidente de materiales peligrosos, llame al 9-1-1.
- ◆ Previa notificación si se libera material peligroso, escuche a los medios locales para obtener más información y siga cuidadosamente las instrucciones de las autoridades.
- ◆ Si queda atrapado afuera durante un incidente, manténgase cuesta arriba, en contra del viento y río arriba. Trate de mantenerse al menos a media milla de distancia del área de peligro.
- ◆ Si está en su vehículo, busque refugio en un edificio permanente. Si tiene



que permanecer en el vehículo, cierre las ventanas y ventilas. Apague el aire acondicionado o el calentón.

- ◆ Si le dicen que tiene que evacuar su hogar, hágalo inmediatamente. Si las autoridades le indican que aún tiene tiempo, cierre las ventanas y ventilas. Apague el aire acondicionado el calentón antes de irse.
- ◆ Cuando se dirija a un refugio en el lugar de trabajo, o en un edificio grande, configure el sistema de ventilación al 100% de recirculación para que no entre el aire al edificio. Si esto no es posible, apague el sistema de ventilación.
- ◆ Cuando se dirija a refugiarse en un lugar del hogar:
 - ↳ Traiga sus mascotas adentro.
 - ↳ Llene las tinas (limpias) para suministro adicional de agua y apague la válvula de entrada a la casa.
 - ↳ Cierre y bloquee todas las puertas y ventanas exteriores.
 - ↳ Cierre ventilaciones, amortiguadores de chimenea y tantas puertas interiores como sea posible.
 - ↳ Apague aires acondicionados y el sistema de ventilación.
 - ↳ Encuentre una habitación que esté por encima del suelo y tenga la menor cantidad de aberturas hacia el exterior. Lleve suministros con usted, incluyendo radio, agua, comida, linterna y materiales para cubrir grietas alrededor de puertas y ventanas.
 - ↳ Selle cada habitación cubriendo cada ventana, puerta y ventila con plástico, si es posible.
 - ↳ Coloque una toalla mojada o selle las grietas debajo de las puertas y orificios de la habitación, como las que están alrededor de las tuberías o los enchufes.

- ↪ Tome respiraciones superficiales por si gas o vapores pudieran haber entrado al edificio, respire a través de un trapo o una toalla.
- ↪ Evite comer o beber cualquier cosa que pudiera estar contaminada.

DESPUÉS DE UN INCIDENTE CON MATERIALES PELIGROSOS:

- ◆ Solo regrese a casa o salga de la habitación de refugio cuando las autoridades locales le digan que es seguro hacerlo.
- ◆ Abra ventanas, ventilas y encienda los ventiladores para proporcionar ventilación.
- ◆ Una persona o elemento que ha sido expuesto a un químico peligroso puede estar contaminado y podría contaminar otras personas o elementos.
 - ↪ No debe tratar de cuidar a las víctimas de un accidente con materiales peligrosos hasta que la sustancia haya sido identificada y las autoridades indiquen que es seguro acercarse a las víctimas.
 - ↪ Una vez que sea seguro hacerlo, lleve a las víctimas al aire libre y llame para cuidado médico de emergencia.
- ◆ Siga las instrucciones de descontaminación de las autoridades locales.
- ◆ Busque tratamiento médico para síntomas inusuales tan pronto como sea posible.
- ◆ Si la ayuda médica no está disponible de inmediato y cree que está contaminado, lávese las manos primero y luego báñese completamente.
NOTA: preste atención a las autoridades; algunos químicos son reactivos al agua.
- ◆ Ponga ropa y zapatos expuestos en contenedores sellados. No permita que elementos contaminados estén en contacto con otros materiales. Llame a las autoridades locales para averiguar cómo desecharlos adecuadamente.
- ◆ Avise a todos los que entren en contacto con usted que puede haber estado expuesto a una sustancia tóxica.
- ◆ Informe cualquier peligro persistente de vapor u otros a su departamento de bomberos local.
- ◆ Monitoree los medios locales para las actualizaciones.

INCIDENTES DE AMENAZA ACTIVA

Un incidente de amenaza activa puede ocurrir en cualquier momento. Estas usualmente involucran una o más individuos que intentan herir o matar a otras personas indiscriminadamente. Estos eventos son impredecibles y pueden evolucionar rápidamente. Cuando entre a un edificio, como empleado, cliente o invitado, usted debe estar preparado y saber qué hacer si se enfrenta con esta situación.

Es posible que desee consultar con las agencias de fuerzas del orden locales de aplicación de la ley antes de utilizar las técnicas discutidas aquí. Estas son generalmente consideradas como las mejores prácticas, y están basadas en el protocolo ALERRT de la Universidad del Estado de Texas. Nombrado el Estándar Nacional por el FBI en 2013. Usted puede aprender más en <https://alerrt.org>.

RESPUESTA DE AMENAZA ACTIVA

La respuesta de las posibles víctimas puede tener un impacto dramático en la cantidad de personas que resultan heridas o mueren en un evento de amenaza activa. Una respuesta humana típica en un evento estresante es primero negar que está sucediendo, luego deliberar y finalmente tomar una acción decisiva. Sabiendo esto de ante mano, usted puede:

- ◆ Superar la negación.
 - ↳ Cuando comienza un evento de amenaza activa, generalmente ocurre con el sonido de disparos o un cambio amenazante en su entorno. Su cerebro intentará hacer que esta cosa inusual suene normal, y puede convencerse de que era otra cosa, como fuegos artificiales.
 - ↳ Si suena como un tiroteo o una amenaza activa, asuma que si lo es y tome medidas.
- ◆ Considere sus opciones rápidamente y elija el mejor curso de acción. Las respuestas automáticas al estrés a menudo se describen como pelea, huida y congelamiento. Congelarse no es una opción. Hay dos formas de huir (evitar o negar) y una forma de pelear (defenderse). Una estrategia similar es conocida como "correr, esconderse, pelear" o "evacuar, esconderse, tomar medidas." Históricamente, muchas personas han sido asesinadas en incidentes de amenazas activas usando la estrategia de "jugar al muerto" o "esconderse y esperar." Nosotros recomendamos Evitar, Negar, Defender porque describe las acciones que realiza de una manera activa (no pasiva) que es más enriquecedora para la mayoría de las personas. Usted tiene el derecho a defenderse.
- ◆ ¡Tome Acción, Marque 9-1-1 inmediatamente!
 - ↳ Evite



- Aléjese de la amenaza. Si puede hacerlo de manera segura, abandone el área donde se está produciendo el problema para evitar la amenaza. Alejarse lo suficiente para que la amenaza no pueda dañarlo desde el interior del edificio. Esto puede ser a unas pocas cuerdas de distancia.
- Conozca las rutas de salida y practique pensar en ello cuando no esté bajo estrés.



Negar

- Si es inseguro irse, niegue el acceso de la amenaza a su ubicación. Esto no es lo mismo que esconderse. Es haciendo todo lo posible para evitar que la amenaza llegue a su ubicación.
- Asegure la puerta cerrándola, usando cuñas, cinturones y otros artículos que pueda comprar para este propósito. Tenga en cuenta hacia donde se abre la puerta al aplicar estas técnicas.
- Apague las luces de la habitación, cubra las ventanas y permanezca callado. La meta es hacer que la amenaza piense que no hay nadie en la habitación.
- Una vez que haya logrado una seguridad inicial, busque otra salida, o busque formas de defenderse a sí mismo si la amenaza entra en la habitación.
- Planifique mirando las habitaciones en su oficina, y solicite las mejoras necesarias.



Defender

- Si usted no puede evitar o prevenir que la amenaza llegue a su locación, usted debe defenderse a sí mismo.
- Colóquese cerca pero no directamente frente a la puerta. Generalmente, esto es a unos pocos pies de distancia de la puerta en la misma pared que la puerta.
- La persona más cercana a la puerta debe intentar tomar control de cualquier arma tan pronto como ingrese la amenaza en la habitación.
- Si hay varias personas en la habitación, el resto del grupo deberá aglomerarse contra la amenaza.
- No luche de manera justa; ataque puntos débiles, como los ojos o la ingle, y use lo que tenga disponible para detener la amenaza.
- Sea agresivo y comprométase completamente con sus acciones. Golpee, patee, tire del cabello, muerda, corte, use armas improvisadas y haga todo lo necesario para detener la amenaza.
- Esto será un encuentro extremadamente violento. Dependiendo de la situación, puede ser muy ruidoso y confuso. Hay una posibilidad de que lo lesionen. Continúe peleando hasta que la amenaza se detenga sin importar cuán herido esté.



Acerca de pistolas ocultas:

- Si usted es portador de armas de fuego ocultas y se encuentra en una de estas situaciones, hay algunas consideraciones especiales.

- Su arma es la última línea de defenderse para usar cuando no pudo evitar la amenaza o denegarle el acceso a su ubicación.
- Si hay otros portadores de armas ocultas en el lugar del ataque, pueden dispararle si no saben quién es usted.
- Los servicios de emergencia están buscando a alguien con un arma, y usted coincide con esa descripción.
- Usted no quiere ser responsable de matar personas inocentes mientras intenta detener la amenaza.
- Llame al 9-1-1 o haga que alguien más llame y brinde su ubicación y descripción.

CUANDO LA POLICÍA LLEGUE

- ◆ Siga sus instrucciones cuidadosamente, y cumpla de inmediato con cualquier comando que se le dé.
- ◆ Muévase lentamente o no se mueva en lo absoluto.
- ◆ Muestre las palmas de sus manos abiertas.
- ◆ No discuta, y trate de mantener la calma.

LAS CONSECUENCIAS

- ◆ Prepárese para no tener acceso a la instalación durante horas o días mientras se lleva a cabo la investigación.
- ◆ Podrá experimentar un trauma psicológico y puede tener síntomas como incredulidad, confusión, irritabilidad, ansiedad, culpa, tristeza y entumecimiento, por nombrar algunos. Busque cualquier ayuda o servicio que se ofrezca. También puede experimentar trastornos de estrés postraumáticos (PSTD por sus siglas en Inglés) más tarde.
- ◆ Aliente a su organización o empleador a tener un plan de respuesta al estrés por incidentes críticos en el lugar.

ACERCA DEL 911

Si tiene una emergencia policial, de incendio o médica, marque al 911. Está preparado para proporcionar la ubicación de la emergencia y la información sobre lo que está sucediendo. Permanezca en la línea. **No cuelgue, aún si accidentalmente marcó el 911.**

CENTRO REGIONAL DE COMUNICACIONES DEL CONDADO WELD

Marque 911 para emergencias.
No emergencias (970) 350-9600 o wcrcc@weldgov.com

TEXTO-AL-911

Las Comunicaciones de Seguridad Pública del Condado Weld son compatibles con los servicios de texto-al-911. Texto-al-911 ofrece una forma alternativa para contactar al 911 en una emergencia, destinada a ser utilizada SOLO cuando la llamada no es la forma más segura de comunicación, o no es una opción. **RECUERDE: Llame si Puede, Envíe un Mensaje de Texto si No Puede.**

Cómo Usarlo:

- ◆ Ingrese 911 en el campo "para".
- ◆ Ingrese detalles breves de su situación.
- ◆ Pulse enviar.
- ◆ Responda las preguntas del despachador.
- ◆ Proporcione su ubicación (ellos no sabrán automáticamente donde está).

Cuándo usarlo:

- ◆ Si es sordo o tiene problemas de audición.
- ◆ Si no puede hablar por teléfono.
- ◆ Si su seguridad se verá comprometida al hablar en voz alta.
- ◆ Si la intensidad de la señal de su celular es baja (a menudo los mensajes de texto puede transmitirse cuando las llamadas de voz no pueden).

Dónde usarlo:

- ◆ Este servicio está disponible en todo el Condado Weld si tiene mensajes de texto incluidos en su plan de teléfono y su proveedor tiene cobertura.

Recuerde:

- ◆ Use lenguaje simple.
- ◆ NO envíe imágenes, videos, caritas o abreviaturas.
- ◆ Enviar mensajes de texto tiene limitaciones; no es la forma más confiable de comunicarse, especialmente en una emergencia.
- ◆ Los mensajes de texto pueden ser retrasados por su proveedor de servicios, recibidos fuera de servicio, y pueden no estar disponibles si esta en itinerancia (roaming).

- ◆ Si envía mensajes de textos por cuestiones de seguridad, asegúrese de que su teléfono esté en silencio.

NÚMEROS DE TELÉFONOS:

Por favor utilice los departamentos de policía y bomberos de las siguientes ciudades o pueblos, para obtener información y para preguntas generales. RECUERDE: que todas las llamadas que No sean de Emergencia para el servicio de policía dentro del Condado Weld deben ser dirigidas al (970) 350-9600.

MUNICIPALIDADES Y FUERZAS DEL ORDEN

Pueblo de Ault:	(970) 834-2199	Policía de Ault:	(970) 834-2852
Ciudad de Dacono:	(303) 833-2317	Policía de Dacono:	(303) 833-3095
Pueblo de Eaton:	(970) 454-3338	Policía de Eaton:	(970) 454-2212
Pueblo de Erie:	(303) 926-2700	Policía de Erie:	(303) 926-2800
Ciudad de Evans:	(970) 475-1170	Policía de Evans:	(970) 339-2441
Pueblo de Firestone:	(303) 833-3291	Policía de Firestone:	(303) 833-0811
Ciudad de Fort Lupton:	(303) 857-0351	Policía de Fort Lupton:	(303) 857-4011
Pueblo de Frederick:	(720) 382-5500	Policía de Frederick:	(720) 382-5700
Pueblo de Garden City:	(970) 351-0041	Policía de Garden City:	(970) 351-0041
Pueblo de Gilcrest:	(970) 737-2426	Policía de Platteville:	(970) 785-2215
Ciudad de Greeley:	(970) 350-9828	Policía de Greeley:	(970) 350-9600
		Policía de UNC:	(970) 351-2245
Pueblo de Grover:	(970) 895-2213	WCSCO:	(970) 350-9600
Pueblo de Hudson:	(303) 536-9311	Hudson Marshal:	(303) 536-9311
Pueblo de Johnstown:	(970) 587-4664	Policía de Johnstown:	(970) 587-5555
Pueblo de Keenesburg:	(303) 732-4281	Policía de Lochbuie:	(303)659-1395
Pueblo de Kersey:	(970) 353-1681	Policía de Kersey:	(970) 353-1681
Pueblo de La Salle:	(970) 284-6931	Policía de La Salle:	(970) 284-5541
Pueblo de Lochbuie:	(303) 655-9308	Policía de Lochbuie:	(303) 659-1395
Pueblo de Mead:	(970) 535-4477	Policía de Mead:	(970) 350-9600
Pueblo de Milliken:	(970) 587-4331	Policía de Milliken:	(970) 587-2772
Pueblo de New Raymer:	(720) 480-9888	WCSCO:	(970) 350-9600
Pueblo de Nunn:	(970) 897-2385	Policía de Nunn:	(970) 897-2561
Pueblo de Pierce:	(970) 834-2851	WCSCO:	(970) 350-9600
Pueblo de Platteville:	(970) 785-2245	Policía de Platteville:	(970) 785-2215
Pueblo de Severance:	(970) 686-1218	WCSCO:	(970) 350-9600
Pueblo de Windsor:	(970) 674-2400	Policía de Windsor:	(970) 674-6400

MUNICIPALIDADES ADYACENTES

Pueblo de Berthoud:	(970) 532-2643
Ciudad de Brighton:	(303) 655-2000
Ciudad de Longmont:	(303) 651-8649
Ciudad de Northglenn:	(303) 450-8757
Pueblo de Timnath:	(970) 224-3211
Ciudad de Thornton:	(303) 538-7200

AGENCIAS DE BOMBEROS DEL CONDADO WELD

Departamento de Bomberos Ault/Pierce:	(970) 834-2848
Distrito de Protección contra Incendios Berthoud:	(970) 483-6666
Distrito de Protección contra Incendios Briggsdale:	(970) 656-3503
Distrito de Protección contra Incendios Brighton:	(303) 659-4101
Distrito de Protección contra Incendios Eaton:	(970) 454-2115
Distrito de Protección contra Incendios Evans:	(970) 339-3920
Distrito de Protección contra Incendios Fort Lupton:	(303) 857-4603
Distrito de Protección contra Incendios Frederick/Firestone:	(303) 833-2742
Rescate de Fuego Front Range (Johnstown, Milliken):	(970) 587-4464
Distrito de Protección contra Incendios Galeton:	(970) 454-0681
Departamento de Bomberos Greeley	(970) 350-9500
Distrito de Protección contra Incendios Hudson (Hudson, Lochbuie):	(303) 536-0161
Distrito de Protección contra Incendios LaSalle:	(970) 284-6336
Departamento de Bomberos Longmont (Operaciones):	(303) 651-8437
Rescate de Fuego Mountain View (Erie, Dacono, Mead):	(303) 772-0710
Distrito de Protección contra Incendios New Raymer-Stoneham:	(970) 437-5713
Distrito de Rescate de Fuego North Metro:	(303) 452-9910
Departamento de Bomberos Nunn:	(970) 381-4402
Distrito de Protección contra Incendios Pawnee:	(970) 895-2237
Distrito de Protección contra Incendios Platte Valley (Kersey):	(970) 353-3890
Distrito de Protección contra Incendios Platteville-Gilcrest:	(970) 785-2232
Autoridad de Fuego Poudre:	(970) 416-2891
Distrito de Protección contra Incendios Sureste Weld:	(303) 732-4203
Distrito de protección contra incendios rural de Wiggins:	(970) 483-6666
Rescate de Fuego Windsor-Severance:	(970) 686-2626

AYÚDENOS A AYUDARLE EN UNA EMERGENCIA:

Para registrarse para recibir notificaciones de emergencias inversas, lo que nos permitirá enviarle mensajes de emergencia mediante una llamada telefónica a su línea fija, dispositivo móvil o a través de mensajes de texto y correo electrónico, visite www.weld911alert.com. ¿No hay computadora? Llame a la Oficina de Manejo de Emergencias del Condado Weld al (970) 304-6540 y solicite ayuda para registrarse para recibir alertas de emergencia.

Weld County Office of Emergency Management
PO Box 758
Greeley, Colorado 80632-0758
(970) 304-6540
www.weldoem.com