

BROWARD COUNTY FLORIDA

5 Formas para permanecer conectado en una emergencia

LISTOS. PREPARADOS. SEGUROS.

1. Seguimos en [Twitter.com/ReadyBroward](https://twitter.com/ReadyBroward)
2. Darnos "Me gusta" en [Facebook.com/BrowardEMD](https://facebook.com/BrowardEMD)
3. Suscribirse a: Broward County Emergency Updates Broward.org/Hurricane
4. Llamar a la Línea directa de Broward 311 o 954-831-4000
5. Reportar daño a su hogar a través de su aparato móvil (marque gis.broward.org/ReportHomeDamage como preferido ahora)

DAÑO

EM201763851-SPANISH-06/17



Guía de Compras para Provisiones en Casos de Huracán

Broward.org/Hurricane

Un servicio de la Junta Directiva de los Comisionados del Condado de Broward

Listos. Preparados. Seguros.

Grupos de Alimentos para la Guía de Compras

Artículos en el Grupo de Pan

Galletas, palmitos, pretzels, tostadas melba, tortitas de arroz y de palomitas (rositas) de maíz, cereales del desayuno, pasta seca, barras nutricionales, pan (mantenerlo congelado hasta que se necesite).

Artículos en el Grupo de Carne

Atún enlatado o empaquetado, pollo, pavo, carne, sopa con frijoles o carne, sardinas, frijoles, chili con carne o frijoles, ravioli, espagueti, jamón, carne de puerco (cerdo), guiso, salchichas, mantequilla de maní (cacahuete) y nueces, carne y pavo comercialmente acecinados.

Artículos en el Grupo de Leche

Leche de UHT (Parmalat — refrigerar una vez se abra el envase), leche en polvo (necesitará agua adicional), pudín enlatado y en cajas (en los estantes del supermercado, no en la sección refrigerada), bebidas nutricionales (P.ej.: Ensure).

Artículos en el Grupo de Vegetales

Vegetales enlatados, todo tipo de sopas (en envases de cartón enlatadas), ensalada de tres frijoles (enlatada).

Artículos en el Grupo de Frutas

Frutas en conserva, compota de manzana, frutas secas (pasas, dátiles, albaricoques / damascos / chabacanos, etc.) y jugo de fruta 100 % (no refrescos o ponche de frutas).

Alimentos de Confort

Meriendas rápidas que dan energía, tales como trail mix, barras de granola y de frutas, galletitas dulce, caramelos, chupetes (caramelos en palito, paletas), café instantáneo, bolsitas de té.

Provisiones para Infantes y Niños Pequeños

Asegúrese de incluir abundantes cantidades de alimentos, fórmula (agua), jugo, pañales y toallitas húmedas. Si piensa evacuar a un centro de refugio, lleve todos los artículos y alimentos para su bebé, junto con el cochecillo de niño y la cuna portátil o el corralito.

Provisiones para las Personas de Edad Avanzada

Las provisiones deben incluir agua y alimentos que se ajusten a sus necesidades dietéticas especiales, tales como bebidas nutricionales y alimentos bajos en sal. Asegúrese de incluir suficientes artículos de botiquín y medicinas recetadas para un período de dos semanas. Visite Broward.org/Hurricane y seleccione **RESIDENTS AT RISK** para obtener información adicional.

Nota: Antes de comprar alimentos instantáneos, asegúrese de tener suficiente agua para su reconstitución y algo con qué cocinar. Se puede usar una estufa para acampar, igual que una escalfeta o cazuela para fondue con Sterno. También puede comprar carbón listo para encender, para usarlo en su parrilla al aire libre. Nunca emplee ninguno de estos métodos de cocinar dentro de su casa o garaje. Siempre cocine afuera.

Cómo Usar la Guía de Compras

Según se acerca la temporada de huracanes (1.º de junio al 30 de noviembre), se insta a todos los residentes que se preparen y elaboren un plan familiar para casos de huracán, y que se abastezcan de todas las provisiones necesarias. Estas medidas de preparación son claves para mitigar los efectos de una tormenta o de cualquier otro desastre.

La Guía de Compras de ocho semanas identifica los artículos básicos necesarios para sostenerlo a usted y a su familia cómodamente entre tres y cinco días después de una tormenta que lo pueda dejar sin electricidad y sin agua potable. Añadiendo unos cuantos artículos a su lista de compras semanales es la forma más fácil de completar sus provisiones para casos de huracán, con un mínimo impacto en su presupuesto.

Esta Guía también contiene información sobre las provisiones necesarias en casos de huracán para los niños, las personas mayores y las mascotas. En la Guía también encontrará información sobre cómo elaborar un plan familiar y abastecer un botiquín de primeros auxilios.

Para obtener una guía integral sobre la preparación para huracanes, visite Broward.org/Hurricane. En esta temporada de huracanes, estemos todos **En sus marcas — Listos — Seguros**.

10 Pasos hacia la Creación de un Plan Eficaz para Casos de Huracán

1. Convocar una reunión familiar para conversar sobre los peligros de los huracanes.
2. Determinar si vive en una zona de evacuación y, de ser así, a dónde irá si se emite una orden de evacuación.
3. Hacer un inventario de sus pertenencias y revise sus pólizas de seguro.
4. Inspeccionar su casa para identificar las áreas vulnerables: el techo, las ventanas, la puerta del garaje, la jardinería ornamental, etc.
5. Decidir dónde guardará su vehículo, bote o RV (vehículo recreativo).
6. Decidir qué medidas debe tomar para proteger su casa y sus pertenencias, así como mantenerse lo más cómodo posible durante el período de recuperación.
7. Determinar si en su casa hay alguien de edad avanzada o con necesidades especiales y, de ser así, hacer arreglos por adelantado para hacer frente a dichas necesidades.
8. Determinar cómo cubrirá las necesidades de su mascota.
9. Asegurarse de incluir en sus planes los animales grandes, tales como caballos.
10. Determinar las necesidades de su familia en cuanto a agua, alimentos y medicinas, y organizar sus provisiones para casos de huracán de acuerdo a dichas necesidades.
11. Informar a otros, bien a familiares o amistades, sobre su plan para casos de huracán. Establezca un contacto fuera de la ciudad.

Botiquín de Primeros Auxilios

Prepare un botiquín de primeros auxilios. Éste debe incluir:

- Vendaje estéril adhesivo de diversos tamaños
- Gasa estéril de 2 pulgadas (4-6)
- Gasa estéril de 4 pulgadas (4-6)
- Cinta adhesiva antialérgica
- Vendajes triangulares (3)
- Rollos de tiras de vendaje estéril, de 2 pulgadas (3 rollos)
- Rollos de tiras de vendaje estéril, de 3 pulgadas (3 rollos)
- Tijeras
- Pinzas
- Aguja
- Toallitas húmedas
- Antisépticos
- Termómetro
- Paletitas de madera para suprimir la lengua (2)
- Tubo de vaselina u otro lubricante
- Imperdibles de diversos tamaños
- Agentes antisépticos / jabón
- Guantes de látex (2 pares)
- Crema para protección contra el sol

Provisiones de Supervivencia para las Mascotas

- Una jaula lo suficientemente grande como para que el animal pueda pararse y virarse dentro de la misma
- Suministro para dos semanas de comida, agua y cualquier medicamento requerido
- Platos hondos (para comida y agua)
- Arena y caja para arena del gato
- Un recipiente con material absorbente para la orina y el excremento de los gatos
- Juguetes y / o mantas
- Meriendas
- Nombre del veterinario e información de contacto de emergencia
- Foto de la mascota con usted (para probar que usted es el dueño)
- Certificado de vacuna contra la rabia y licencia actualizada
- Provisiones de limpieza (periódicos, bolsas plásticas con amarras, papel toalla, desinfectante), recogedor de arena del gato



Semana #1

Supermercado:

- un galón de agua por persona
- un pomo grande de mantequilla de maní (cacahuete)
- un artículo del grupo de carne
- una lata de sopa lista para tomar
- una caja de fósforos en un recipiente impermeable
- un artículo del grupo de vegetales
- un paquete de platos de cartón
- suministros para el bebé*

Otras Provisiones:

- una linterna con baterías*
- lona impermeable para reparaciones temporales de techo
- cuchillo
- protector solar (SPF 15 o más)

Semana #2

Supermercado:

- un artículo del grupo de vegetales
- un artículo del grupo de frutas
- un alimento de confort
- un botellón de blanqueador inoloro
- un gotero para medicinas
- un paquete de vasos de cartón
- un artículo del grupo de carne

Otras Provisiones:

- carbón listo para encender, Sterno o gas propano para la parrilla al aire libre o la estufa para acampar
- alicates
- gafas plásticas / protectoras
- cables exteriores de extensión

Semana #3

Supermercado:

- un galón de agua por persona
- un pomo de jalea o mermelada
- un artículo del grupo de carne
- una lata de sopa lista para tomar
- un artículo del grupo de frutas
- un abridor de latas manual
- un paquete de servilletas de papel
- suministros para el bebé*

Otras Provisiones:

- un radio portátil AM/FM, de baterías o de manivela
- hacha (hachuela)
- un rollo de cinta adhesiva 'duct tape' para uso casero

Semana #4

Supermercado:

- un artículo del grupo de pan
- un rollo de papel toalla
- un artículo del grupo de vegetales
- un rollo de papel plástico
- un artículo del grupo de carne
- un artículo del grupo de leche
- un pomo de limpiador sanitario para las manos
- una botella de desinfectante de manos
- toallitas sanitarias u otros productos de higiene*

Otras Provisiones:

- una linterna con baterías*
- guantes fuertes de trabajo
- provisiones para el botiquín de primeros auxilios
- contenedor hermético para los documentos del seguro y del banco, contactos importantes, prueba de vivienda, inventario de pertenencias*

Semana #5

Supermercado:

- un artículo del grupo de carne
- una lata de sopa lista para tomar
- un artículo del grupo de frutas
- una caja de bolsas resellables para guardar alimentos
- un artículo del grupo de vegetales
- un artículo del grupo de pan
- suministros para el bebé*

Otras Provisiones:

- baterías adicionales para el radio*
- provisiones para el botiquín de primeros auxilios
- extintor de fuegos
- juegos y rompecabezas para niños
- un paquete de platos hondos de papel

Semana #6

Supermercado:

- un galón de agua por persona
- un artículo del grupo de pan
- una caja de toallitas desinfectantes
- un rollo de papel aluminio resistente
- un paquete de platos hondos de cartón
- un artículo del grupo de carne
- bolsas plásticas para basura y sus cierres
- moldes desechables de aluminio

Otras Provisiones:

- clavos de diversos tamaños
- una linterna con baterías
- un teléfono regular con enchufe (no inalámbrico)
- guantes para trabajos pesados

Semana #7

Supermercado:

- un artículo del grupo de carne
- una lata de sopa lista para tomar
- una caja de cereales
- un artículo del grupo de leche
- un artículo del grupo de confort
- un artículo del grupo de vegetales
- suministros para el bebé

Otras Provisiones:

- baterías adicionales para las linternas
- martillo
- provisiones para el botiquín de primeros auxilios

Semana #8

Supermercado:

- un galón de agua por persona
- un artículo del grupo de vegetales
- un artículo del grupo de carne
- una caja de bolsas de basura resistentes
- una bolsa de cubiertos plásticos
- un rollo de papel toalla

Otras Provisiones:

- linterna con baterías*
- un recipiente plástico con tapa, en donde guardar las provisiones para casos de huracán y los documentos importantes
- repelente con DEET contra mosquitos

Guía de Compras de 8 Semanas para Casos de Huracán

Nota: Lista sugerida para una familia de cuatro personas. Añada provisiones adicionales de acuerdo con el tamaño de su familia.

Listos. Preparados. Seguros.

Sugerencia: Reunaúse antes de la tormenta: dinero*, medicamentos con receta médica*, combustible para el vehículo, documentos importantes*, inventario fotográfico de pertenencias*, prueba de vivienda*, identificación*
*Si planea evacuar a un refugio de emergencia, asegúrese de llevar estos artículos con usted.