

# Juntos, estamos listos

## MASSACHUSETTS ESTÁ LISTO

Guía de planificación ante una emergencia de salud pública



Las emergencias pueden ocurrir en cualquier momento. Siga unos pasos simples ahora para prepararse a sí mismo, a su familia y a su comunidad.



Para más información, visite:  
[mass.gov/dph/ready](https://mass.gov/dph/ready)

## Prepárese: Preparación individual y familiar

Puede prepararse desarrollando un plan de preparación familiar ante emergencias climáticas, cortes de energía y otras situaciones. Infórmese, planee y esté listo para seguir las indicaciones de permanecer en el lugar donde está o de evacuar su casa y vecindario.

### Infórmese:

La comunicación con familiares es esencial para asegurarse de que todos están bien. Prepare un plan sencillo que incluya llamadas de teléfono celular, mensajes de texto y de correo electrónico. Asegúrese de que todos los miembros de su familia tengan un contacto mutuo fuera del área o estado para que esa persona pueda ayudarles a mantenerse al tanto de su ubicación y de la de sus seres queridos.

Anótese para recibir alertas de emergencia y llame al 2-1-1 para obtener información sobre servicios de salud y servicios sociales esenciales disponibles en su comunidad.

### Planee:

Piense en las necesidades de salud, vulnerabilidades y capacidades de su familia al realizar su plan de emergencia. El plan le ayudará a mantener a su familia a salvo, ya sea que estén refugiados en un lugar o que deban evacuar a un lugar diferente.

### Esté listo:

Cada hogar debe tener un equipo básico de preparación ante emergencias que pueda utilizarse en cualquier tipo de emergencia. Almacene su equipo en un lugar seco y de fácil acceso. Revise su equipo cada seis meses para identificar y sustituir los suministros viejos. Aunque algunos elementos deberían estar en el equipo de todos, es importante adaptar el equipo a las necesidades suyas y de su familia.

## Consideraciones para las personas con necesidades de acceso y funcionales

Todos tenemos nuestras propias necesidades y capacidades, por eso los planes de preparación también deben ser únicos. Al analizar su situación, puede estar mejor preparado en caso de emergencia. Si alguien más depende de usted para comunicarse, recibir atención médica, transportarse o supervisar otras necesidades, tome medidas adicionales para protegerse usted y a los suyos.

### Plan de acción ante emergencias familiares

- Prepare una lista de contactos para cada miembro de la familia, incluidos los números de trabajo, escuela y teléfonos celulares.
- Elija a un amigo que viva en otro estado y a otro que viva cerca de usted como contactos para su familia.
- Prepare un equipo de preparación para emergencias.
- Revise el plan de preparación para casos de emergencia de su pueblo o ciudad.
- Consulte a los funcionarios de seguridad pública de su localidad sobre los sistemas de notificación y sobre cómo inscribirse.
- Diseñe un plan de evacuación y determine un lugar de reunión para su familia que esté cerca de su casa y otro fuera de su vecindario.
- Indague cómo manejarán las situaciones de emergencia las escuelas de sus hijos, incluido adonde llevarán a los alumnos si son evacuados, cómo le notificará la escuela y cómo encontrará a su hijo.

### Contactos de emergencia: (nombre, correo electrónico e información móvil)

Local: \_\_\_\_\_

Fuera del estado: \_\_\_\_\_

### Lugar de reunión:

Cerca de casa: \_\_\_\_\_

Fuera del vecindario: \_\_\_\_\_

Anote dónde pasa su familia la mayor parte del tiempo y conozca los planes de emergencia específicos de esos lugares.

### Dirección de la escuela de: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Lugar de evacuación: \_\_\_\_\_

### Dirección de la escuela de: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Lugar de evacuación: \_\_\_\_\_

### Dirección de la escuela de: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Lugar de evacuación: \_\_\_\_\_

### Dirección de la escuela de: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Lugar de evacuación: \_\_\_\_\_

### Lista familiar de contactos de emergencia

Complete la siguiente información para cada miembro de la familia y actualícela, según sea necesario.

Nombre: \_\_\_\_\_

Número de teléfono móvil: \_\_\_\_\_

Información médica importante: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Número de teléfono móvil: \_\_\_\_\_

Información médica importante: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Número de teléfono móvil: \_\_\_\_\_

Información médica importante: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Número de teléfono móvil: \_\_\_\_\_

Información médica importante: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Número de teléfono móvil: \_\_\_\_\_

Información médica importante: \_\_\_\_\_

### Equipo de preparación para emergencias

Cada familia debe preparar un equipo de emergencia. El equipo de emergencia debe contener lo básico en caso de que se interrumpa el servicio eléctrico, de agua y otros servicios esenciales. Para obtener más información visite [mass.gov/mema/ready](http://mass.gov/mema/ready).

- Agua embotellada (1 galón de agua por persona por día para 3 días)
- Comida enlatada y alimentos no perecederos
- Abrelatas manual
- Radio (a baterías o de arranque con manivela), con baterías adicionales
- Foco o linterna con baterías adicionales
- Botiquín de primeros auxilios
- Pañales, toallitas húmedas, comida para bebé, fórmula, si es necesario
- Alimento para mascotas, suministros, etiqueta, caja, si es necesario
- Medicamentos recetados y lentes
- Copia de documentos importantes
- Silbato para señal de ayuda
- Saco de dormir o manta (por persona)
- Cambio de ropa y zapatos resistentes (por persona)
- Artículos de higiene personal
- Fósforos en un recipiente impermeable
- Dinero en efectivo o cheques de viajero

# Juntos, estamos listos

## MASSACHUSETTS ESTÁ LISTO

### Recursos adicionales

Departamento de Salud Pública de Massachusetts  
[Mass.gov/dph/ready](https://www.mass.gov/dph/ready)

MA Responde  
[MAResponds.org](https://www.maresponds.org)

Cuerpo Médico de Reserva de Massachusetts  
[MAMedicalreservecorps.org](https://www.mamedicalreservecorps.org)

Agencia de Gestión de Emergencias de Massachusetts  
[Mass.gov/mema/ready](https://www.mass.gov/mema/ready)

Agencia Federal para el Manejo de Emergencias de Massachusetts  
[Ready.gov](https://www.ready.gov)  
[Listo.gov](https://www.listo.gov)

Mass211  
[Mass211.org](https://www.mass211.org)



Departamento de Salud Pública de Massachusetts