



## LISTA DE PROVISIONES PARA LA FAMILIA EN CASO DE DESASTRE

A continuación se encuentra una lista de artículos esenciales que usted necesitará para crear su propio equipo casero para desastres. Usted podría sorprenderse al ver que la mayoría de los artículos son cosas que usted ya posee. Así ya usted tenga todo en lo de esta lista, ahora es el mejor momento para organizar todo para tenerlo disponible justo cuando usted lo necesite. Las medicinas cambian, los bebés llegan, las mascotas nuevas se unen a la familia y la gente se muda de domicilio. Compruebe y renueve el agua, la comida, las baterías, las medicinas y los números de teléfono de contacto por lo menos una vez al año.

- Teléfono celular, cargador (también existen cargadores de teléfonos celulares con baterías) y auriculares para poder hablar con las manos libres.
- Agua embotellada (1 galón por persona por día para tomar, además de un galón adicional para cepillarse los dientes, lavarse, cocinar, etc.)
- Radio de baterías con extra baterías.
- Linterna y baterías.
- Mantenga su vehículo con suficiente gasolina. Acostúmbrese a no dejar que su tanque este por debajo de la mitad. Durante una emergencia, cuando puede que sea difícil o imposible encontrar gasolina, se encontrará muy agradecido de tener el tanque de su vehículo lleno.
- Alimentos secos, enlatados y abrelatas (Asegúrese que los alimentos empacados y enlatados no contengan mucha sal – los alimentos con mucha sal dan sed lo cual no sería lo más apropiado cuando el agua está limitada).
- Utensilios y platos desechables para comer y cocinar.
- Artículos necesarios para bebés, incluyendo pañales, toallitas húmedas y alimento.
- Artículos necesarios para mascotas, alimento, agua, collar y cadena.
- Suplementos médicos incluyendo medicinas de receta, anteojos, lentes de contacto, etc.
- Papel sanitario, toallas de papel, antibacterial para las manos y artículos femeninos.
- Bolsas de basura.

- ❑ Jabón y cosméticos.
- ❑ Tijeras y pinzas.
- ❑ Cuchillo utilitario.
- ❑ Equipo de primeros auxilios que incluya:
  - Guía de instrucciones para primeros auxilios
  - Curitas de varios tamaños y tipos
  - Venda elástica
  - Cinta adhesiva
  - Tablillas para dedos
  - Gasa
  - Guantes de examen
  - Crema para quemadas
  - Ungüento antibacterial
  - Alcohol y algodón
  - Agua oxigenada para rociar
- ❑ Zapatos cómodos de suela gruesa y medias.
- ❑ Silbato.
- ❑ Cerillas contra el fuego y velas de emergencia (no utilice si usted huele un olor a gas o escucha un sonido silbante).
- ❑ Cuerda.
- ❑ Cobija de emergencia.
- ❑ Guantes de trabajo.
- ❑ Toalla pequeña.
- ❑ Pañuelo o Máscara contra el polvo.
- ❑ Un cambio de ropa.
- ❑ Sombrero y visera. .
- ❑ Pluma y papel.
- ❑ Números telefónicos de emergencia.
- ❑ Extintor de fuego.

- Mapa.
- Documentos personales importantes.
- Artículos de confort – especialmente para los niños (muñecos de peluche, juguete, tarjetas, etc.)
- Morral para guardar artículos importantes.