

Informe a los PADRES

Cómo Prepararse Para una Emergencia

La seguridad escolar ha estado a la vanguardia de la mente de todos. Las escuelas tienen planes de emergencia para mantener a los alumnos seguros de las amenazas de violencia o desastres naturales—y su familia debería también tener un plan. La preparación es la clave para asegurar que usted y los miembros de su familia puedan reaccionar rápida y calmadamente si ocurre una amenaza. Tome los siguientes pasos para asegurar que su familia este preparada para las emergencias.

Converse con sus niños. Converse de una manera apropiada para la edad de sus niños, acerca de algunas emergencias que podría enfrentar su familia, incluyendo los desastres naturales que podrían afectar su localidad. Aunque usted este poco dispuesta a discutir posibles emergencias para que no alarmar a sus niños, discutir estas posibles situaciones antemano ayudará a sus niños a saber lo que deben hacer y a tratar con el estrés si algo llega a ocurrir.

Conozca el plan de su escuela. Cada escuela debe tener un plan de emergencia. Asegúrese de que usted y su niño sepan lo que deben hacer los alumnos y como serán notificados los padres de una crisis.

Memorizarse los datos esenciales. Asegúrese de que sus niños se aprendan de memoria su nombre completo, dirección y los nombres de sus padres. Los niños en edad de jardín infantil deben aprenderse esto antes del primer día de escuela.

Conozca los números. Enséñele a sus niños a marcar el 911, pero enfáticeles que lo deben hacer sólo en caso de una emergencia. Ponga en la cocina una lista con los números de teléfono, celular y trabajo de los padres, proveedores de cuidado infantil y vecinos de confianza. Déle copias de esta lista a los maestros y la oficina escolar, a los proveedores de cuidado infantil, y otros contactos de emergencia.

Haga un plan de emergencia para su hogar. Haga un plan de escape para usar en caso de un incendio u otra emergencia que pueda ocurrir en casa. Establezca un lugar para que la familia se reúna afuera de la casa y asegúrese de formular un plan secundario en caso de que la primera salida este bloqueada o insegura. Discuta en su plan, las necesidades de los mascotas y cualquier miembro de la familia que pueda necesitar ayuda adicional.

Practique el plan. Conduzca simulacros de incendio y evacuaciones de emergencia. Enséñele a los niños mayores como usar el extintor de fuego o inscribalos para seguir un curso de primeros auxilios. Practique con su familia cada seis meses para que se acuerden lo que deben hacer.



Haga un botiquín para desastres. Asegúrese de que mantenga un botiquín de primeros auxilios en casa y reúna suministros para un conjunto de emergencia, incluyendo agua, comestibles de larga duración, una linterna, medicinas, y baterías.

Revise su equipo. Asegúrese de que los detectores de humo en su casa siempre estén trabajando bien y que no se haya pasado la fecha de vencimiento de los extintores de fuego, y que éstos sean fácilmente accesibles. Si su apartamento o dormitorios no están en el primer piso, compre escaleras para usar en las ventanas.

Recursos en la Web

Use la siguiente lista de **Ready.gov** para preparar su equipo.
www.ready.gov/translations/spanish/america/getakit/

Aprenda los datos sobre emergencias específicas en la página de emergencia de los **Centers for Disease Control and Prevention**.
emergency.cdc.gov/planning

American Red Cross tiene listas de control para cada tipo de desastre (en una variedad de idiomas, incluyendo español).
redcross.org/cruz-roja/prepare