



1. Plan

2. Prepare

3. Eschuche

## Refugio-en-Lugar

Encuentre un lugar seguro donde usted se encuentra.

En una emergencia cuando agentes peligrosos se encuentran en el aire, evacuación puede ser peligroso. Para prevenir una mayor manifestación se le pedira que encuentre refugio dentro del lugar en donde usted se encuentra, esto se llama Refugio-en-Lugar. Estos cinco pasos de Refugio-en-Lugar se dan a seguir en el hogar, trabajo ó en la escuela.

1. **Vaya adentro.** Mueva rápido a personas y mascotas hacía dentro.
2. **Cierre todas las ventanas y puertas.**
3. **Apague y cierre todos los sistemas** de ventilación, incluyendo aires acondicionados, baños ó el abanico de la estufa ó de los registros de la chimenea.
4. **Entre a un cuarto y sellelo.** Cubra todas las aberturas donde puede entrar aire de afuera, y use cinta adhesiva y plastico ó toallas mojadas. No entre al sotano, algunos gases tóxicos son más pesados que el aire.
5. **Escuche su estación de TV y radio local** para información.

**Ninos:** Variás escuelas tienen su propio plan de emergencias. Este seguro que la escuela de su hijo tenga su información de contacto al corriente. Discuta con tiempo los procedimientos de emergencia de la escuela ó de los proveedores de cuidados.

**Telefonos:** No use las líneas de teléfono, para que entren las llamadas de emergencia.

### Estuche para Refugio-en-Lugar



- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Radío con baterías solamente    | <input type="checkbox"/> Comida (bocadillos)   |
| <input type="checkbox"/> Reloj (de cuerda ó de baterías) | <input type="checkbox"/> Cobijas   |
| <input type="checkbox"/> Agua (embotellada)              | <input type="checkbox"/> Toallas de baño (mojadas debajo de la entrada de la puerta) |
| <input type="checkbox"/> Lámpara portatil                | <input type="checkbox"/> Cinta Adhesiva  |
| <input type="checkbox"/> Equipo First-air                | <input type="checkbox"/> Coberturas de plastico                                      |
| <input type="checkbox"/> Baterías extras                 |  |



## Evacuación

### Alejándose del area en una emergencia

En una emergencia, usted tendra que alejarse de su hogar, edificio público ó lugar de trabajo. Se lo pedira un policia, bombero ó algun otro oficial. Sí esto sucede, usted tendra que:

1. **Seguir instrucciones**, y moverse pronto.
2. **No use el teléfono**, solamente sí necesita ayuda medica con urgencia.
3. **Traiga con usted identificación**, como su licencia de conducir, tarjeta de identificación del estado, ó su tarjeta de seguro.
4. **Traiga sus medicamentos**, u otras cosas que usted necesite si tiene alguna discapacidad.
5. **Apague todo y cierre antes de alejarse. Apague la luz y todos los aparatos electricos y cierre sus puertas y ventanas.** No se le vaya a olvidar sus llaves.
6. **Empaque ropa extra, si tiene tiempo.**
7. **Plan para mascotas.** Pregunte sí se puede llavar su mascota ó dejarle suficiente alimento y agua.



## Descontaminación Aseandose usted mismo ó cosas de algún peligro.

Descontaminación significa remover agents peligrosos y germenos de la piel, ropa, y objetos. Quizas se lo pida un policia ó algún oficial de seguridad.

1. **Quitarse la ropa y otros artículos.** Coloque todo en un bolsa y vuelva a colocarlo en otra (doble bolsa). Puede colocar artículos importantes, como llaves y dinero, en otra bolsa sellada.
2. **Bañarse en la regadera con agua tibia de 3-5 minutos**, utilice mucho jabon sobre su cuerpo y cabello, luego enjuagese bien.
3. **Si usted usa lentes de contacto** – lavese muy bien las manos antes de tocarse los ojos para remover los lentes.
4. **Si le arden los ojos** – enjuagese con agua tibia por 15 minutos.
5. **Si se siente enfermo**, encuentre ayuda medica

## Para más información:

[www.publichealth.columbus.gov](http://www.publichealth.columbus.gov)  
[www.franklincountyohio.gov/health](http://www.franklincountyohio.gov/health)  
[www.franklincountyohio.gov/ready](http://www.franklincountyohio.gov/ready)  
[Columbus.redcross.org](http://Columbus.redcross.org)  
[www.ready.gov](http://www.ready.gov)

Columbus & Metropolitan Medical Response System  
Business Hours M- F (614) 645-7089

Franklin County Office of Emergency Management and Homeland Security  
Agency: Business Hours M- F (614) 794-0213

The American Red Cross of Greater Columbus  
Business Hours M- F (614) 253-2740



El Sistema de Respuesta Médica de Columbus y Metropolitano es una sociedad entre: la policia, departamentos de bomberos, servicios de emergencia médicos, agencias de respuesta a emergencias, organizaciones de salud pública, agencias de administración de emergencias, hospitales y otros socios de la comunidad de Columbus y el Condado de Franklin.