

# Gracias

Gracias por tu interés en nuestro entrenamiento.

Te pedimos amablemente que te abstengas de usar, reproducir o distribuir cualquier parte de esta presentación sin nuestro consentimiento. Si deseas utilizar algún material, por favor contáctanos para obtener permiso. Gracias por tu comprensión.

Contacto: [HSEMCommunications@austintexas.gov](mailto:HSEMCommunications@austintexas.gov)

# Listos Juntos

Puntos básicos de la preparación para emergencias para usted, su familia y su vecindario





# Agenda **de hoy**

## **Listos Juntos**

Bienvenida

**Arme un plan** - Personal de HSEM

**Arme un kit** – Seton

**Conozca a sus vecinos** - HSEM

Actividad de lotería

**Manténgase informado** - HSEM

## **Receso**

10 minutos

**Salud mental** - GAVA

Ejercicio de movimientos

**Bomberos** - Departamento de Bomberos de Austin

**Inundaciones** - Departamento de Cuencas de Austin

**RCP** Servicios Médicos de Emergencia de Austin-Travis County





# Bienvenida y **agradecimientos**



¡Gracias por tomarse el tiempo para participar y gracias a todos nuestros socios!



**GAVA**  
GO! AUSTIN/¡VAMOS! AUSTIN



**Ascension**







# Conozca su riesgo: **Desastres en el centro de Texas**

**Abordaje para todos los riesgos:** Prepararse para una cantidad de situaciones hipotéticas, no solo desastres naturales.

- **Inundación:** Austin está en una zona propensa a inundaciones repentinas.
- **Incendio:** Zonas secas, sobre todo durante sequías.
- **Condiciones meteorológicas severas:** Incluye tornados, que pueden azotar en cualquier momento.
- **Calor extremo:** Las temperaturas elevadas plantean una amenaza a la salud.
- **Clima invernal:** Condiciones glaciales, temperaturas heladas y nieve.
- **Huracanes:** Pueden llegar tormentas y precipitaciones intensas desde las costas.

## Otros riesgos

- **Biológicos:** Brotes de enfermedades o amenazas bioterroristas.
- **Químicos:** Exposición a sustancias tóxicas o ataques con sustancias químicas.

**Amenazas terroristas:** Actos de extremistas o violencia específica.





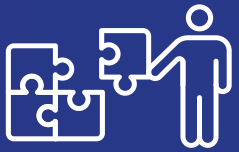


## Los **cuatro pasos** para prepararse

Tiene el **poder** de **protegerse** a usted, a sus seres queridos y a nuestra comunidad en caso de emergencia. Prepararse para desastres surte un gran efecto en la seguridad y la recuperación en una crisis.

En esta lección, aprenderán a:

- Usar los cuatro pasos para prepararse
- Armar un plan para apoyar la preparación individual y del grupo familiar



## Los **cuatro pasos** para prepararse

Es fundamental contar con insumos y recursos suficientes para ser independiente por siete días.

FEMA recomienda tener insumos de 3 días como mínimo. La Ciudad de Austin recomienda 7 días porque la recuperación de las tormentas invernales en el centro de Texas puede tardar más.



**Arme un plan**



**Arme un kit**



**Conozca a sus  
vecinos**



**Manténgase  
informado**







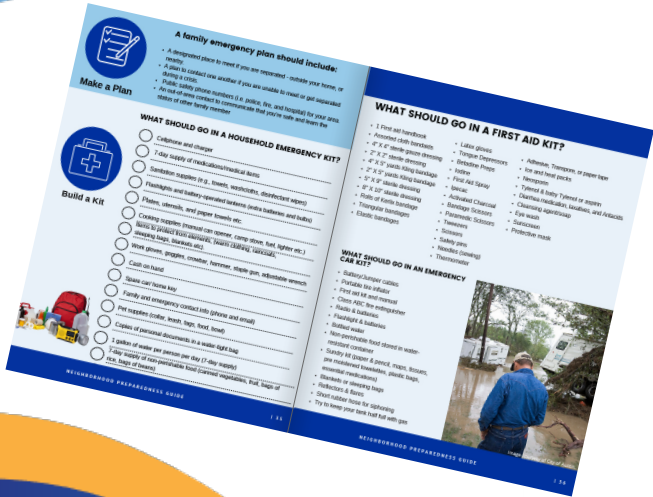
## Arme **un plan**

En esta lección, aprenderán:

- Por qué es importante empezar a preparar un plan para usted, su familia y su vecindario
- Por dónde arrancar

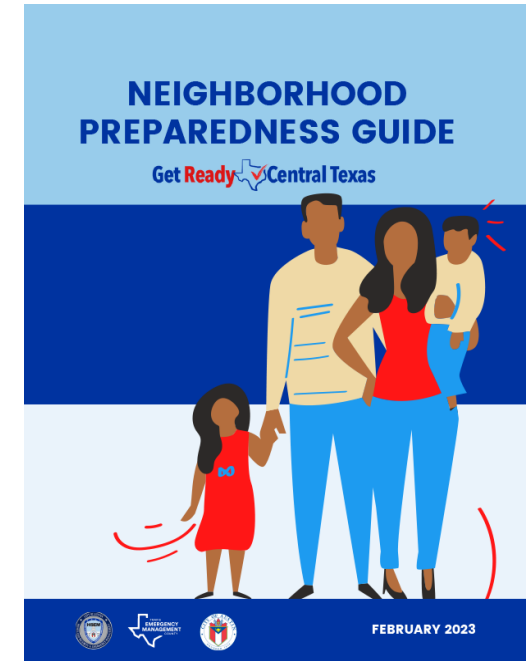


# Arme un plan



## Un plan de emergencias para la familia debería incluir:

- Un lugar designado para reunirse en caso de que se separen: fuera de su casa o cerca.
- Si no pueden reunirse o se llegasen a separar durante una crisis, un plan para contactarse entre sí.
- Teléfonos de seguridad pública (es decir, policía, bomberos y hospital) de su zona.
- Un contacto fuera de la zona para comunicar que está a salvo y enterarse de la situación de los demás familiares.
- ¡Practiquen antes de que pase una emergencia!







# Arme **un plan**

## Opciones sencillas para arrancar su plan:

- **Arme una lista de contactos:**
  - Escriba sus teléfonos importantes en un papel.
  - Empiece a reunir teléfonos de recursos para emergencias.
- **Evalúe sus necesidades:**
  - Haga planes para evacuaciones por incendios, incidentes con el refugio en casa y termine con un punto de encuentro. Después haga esto con su vecinos.
  - ¿Sabe cómo desconectar sus servicios públicos?



## Contact List



Name:
Phone:
Email:

Name:
Phone:
Email:

Name:
Phone:
Email:

Name:
Phone:
Email:

Name:
Phone:
Email:

Name:
Phone:
Email:

Name:
Phone:

Name:
Phone:

Name:
Phone:

**PG. 45**

**NEIGHBORHOOD  
PREPAREDNESS GUIDE**



# Desconexión de servicios públicos

## ¿Por qué es importante?

- Evita fugas y daños potenciales.
- Reduce el riesgo de incendios por fugas de gas.
- Garantiza la seguridad durante y después de emergencias.

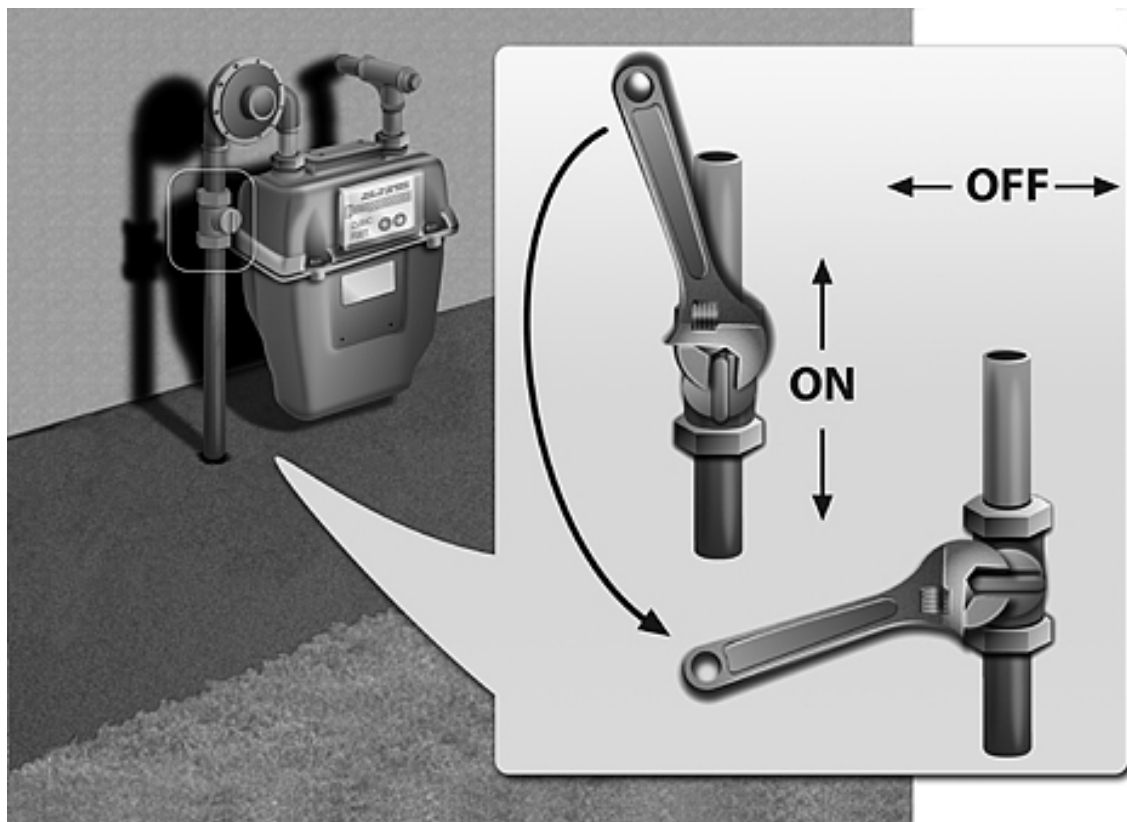
## Desconexión del agua:

1. Ubique la válvula principal: Suele encontrarse donde la tubería de agua ingresa a su casa.
2. Apague en sentido horario (derecha): Hasta que la válvula esté completamente cerrada. Debería detenerse el flujo del agua.





## Desconexión de servicios públicos



### Desconexión del gas:

1. Ubique el medidor del gas: Afuera de la casa en una zona ventilada.
2. Apague la válvula: Use una pinza para apagar la válvula hacia los costados, haga una "T" con la tubería.
3. La seguridad primero: Vuelva a conectar únicamente el gas cuando sea seguro o se lo indiquen profesionales.

**Observación:** Conozca bien estos lugares y procedimientos **antes** de que se produzca una emergencia.





## Arme **un kit**

En esta lección, aprenderán:

- Por qué deberíamos tener un kit
- Sugerencias para armar nuestros kits



## Arme un kit: **Artículos sugeridos**

### **Comunicación e información:**

- Mapa(s) de la zona
- Información de contacto de emergencia y familiares (teléfono y correo electrónico)
- Radio a batería o manivela (Radio del Clima NOAA, si es posible)
- Teléfono móvil y cargador(es)

### **Artículos personales básicos:**

- Dinero en efectivo extra (en billetes de pequeña denominación)
- Cambio de ropa adicional
- Llave adicional del carro o de la casa
- Copias de documentos personales en una bolsa hermética

### **Comida y agua:**

- 1 galón de agua por día por persona (suministro para 7 días)
- suministro para 7 días de alimentos no perecederos
- Abrelatas

### **Insumos médicos:**

- Kit básico de primeros auxilios
- suministro para 7 días de medicamentos/artículos médicos

### **Artículos esenciales para mascotas:**

- Insumos para mascotas (collar, correa, placas de nombres, alimento, tazón)

### **Herramientas y equipos:**

- Linterna y baterías extra
- Llave inglesa o alicata
- Otras herramientas o equipos que podría necesitar

### **Higiene y comodidad:**

- Artículos de higiene personal y desinfección
- Cobijas
- Juegos para los niños
- Snacks







## Armar una bolsa para llevar en **su presupuesto**



### **Artículos de primera prioridad** recomendados:

3 galones de agua | Abrelatas manual  
3 latas de alimentos no perecederos  
Kit de primeros auxilios | Minilinterna de mano

### Otros artículos **prioritarios** recomendados:

Velas | Cerillos y encendedor | Multiherramienta  
Baterías extras | Poncho impermeable

### Otros artículos **prioritarios** recomendados:

Radio del clima NOAA | Silbato  
Mascarilla antipolvo | Mapas locales  
Toallitas húmedas para higienizarse





## Arme un kit para **mascotas**

### **Bolsas para llevar para mascotas**

¡Recuerde armar una bolsa para llevar para su mascota!

### **Artículos esenciales para el transporte:**

- Correas firmes y/o jaulas para transporte
- Una funda de almohada (genial para transportar gatos y otros animales pequeños)
- Bozales para perros

### **Suministros de comida y agua:**

- Comida, agua potable y medicamentos para dos semanas como mínimo
- Tazones antiderrames
- Abrelatas manual y tapa plástica

### **Higiene y manejo de residuos:**

- Bolsas de residuos plásticas para mascotas
- Caja de arena y arena para mascotas

### **Identificación y registros:**

- Foto actual de su mascota (a efectos de reunificación)
- Nombres y teléfonos de contactos de emergencia, hospitales veterinarios de emergencias y refugios para animales
- Registros de inmunización
- Información sobre cualquier problema médico y/o problema de conducta







## Conozca a sus vecinos

En esta lección, aprenderán:

- Opciones para colaborar con sus vecinos en la preparación para emergencias







## Conozca a sus vecinos: **Planes de emergencias para vecindarios**

**Armen un plan de emergencias para vecindarios.**

***Tareas para el hogar: Use su Guía de preparación para vecindarios***

Piense en incluir:

- Límites vecinales
- Peligros que es probable que los afecten
- Una lista de contactos actualizada
- Plan de comunicación (familia y vecinos)
- Defina punto(s) de encuentro

Próximos pasos:

- Distribuya su plan a todos en su lista de contactos
- Practiquen una situación hipotética (inundación, incendio, amenaza biológica)

Consiga que participen más vecinos!





# Conozca a sus vecinos: **Actividad**

Conocer a sus vecinos **antes de una emergencia es crucial** pero puede ser difícil.

¿Cómo romper el hielo y entablar esa conversación?

Este juego de socialización de Lotería los ayudará a poner en marcha esa conversación.

**BINGO**  **CARD 1**

 <p>Is your emergency contact list filled out?</p>	 <p>Are you a pet owner?</p>	 <p>Do you have a ladder?</p>	 <p>Do you know CPR?</p>
 <p>Do you have an evacuation route mapped out?</p>	 <p>Do you have an emergency plan?</p>	 <p>Do you have important documents stored in one place?</p>	 <p>Do you know your family needs?</p>
 <p>Do you know what a go bag is?</p>	 <p>What weather is most concerning to you?</p>	 <p>Are you a caregiver?</p>	 <p>How many flashlights do you own?</p>
 <p>Do you have backup light sources?</p>	 <p>Do you have a weather radio?</p>	 <p>Does your emergency plan fit your needs?</p>	 <p>Do you know sign language?</p>







## Reglas del juego: **Lotería Conozca a su vecino**

### **Paso 1:** *Tomen una tarjeta*

Todos tomen su tarjeta de la Lotería

### **Paso 2:** *Presentaciones*

Conéctense. Recorran la sala y encuentren a uno o más compañeros y preséntese.

### **Paso 3:** *Empiecen a jugar*

Ejemplo: Juan, qué bueno conocerte. No me daba cuenta de que necesitaba más linternas. ¿Cuántas tienes tú?

### **Paso 4:** *Anuncie: "¡Lotería!"*

Complete su tarjeta en dirección horizontal, vertical y diagonal. Grite: "¡Lotería!"





## Debate: **Lotería Conozca a su vecino**

### **Debate:**

- ¿Fue útil esta conversación guiada?
- ¿Cuán preparado está usted y sus “vecinos”?





## Manténgase informado

En esta lección, aprenderán:

- A navegar números de teléfono útiles
- Dónde encontrar información sobre eventos de emergencia
- Recursos para apoyar la preparación y la respuesta





## Mantenerse informado: **A quién llamar**

### **Cuándo llamar al 9-1-1, 3-1-1, 2-1-1, 9-8-8** *¿Cuáles son las diferencias entre los números?*



**9-1-1**

Número universal para emergencia para situaciones que plantean una amenaza a la vida:  
Policía, Bomberos, EMS,  
Servicios de salud mental.



**3-1-1**

Teléfono de atención, público y local para hallar información, preguntar sobre servicios o solicitar un servicio.  
512-974-2000



**2-1-1**

Teléfono de atención con información sobre recursos de servicios de salud y sociales locales y recuperación.



**9-8-8**

Teléfono de atención para prevención del suicidio disponible para cualquiera que atraviesa una crisis suicida o angustia emocional.





## Manténgase informado: **Eventos comunitarios**

### Manténgase alerta para conocer los eventos en la comunidad:

- Eventos mensuales temporales de preparación para emergencias Enero a diciembre
- Feria de preparación para emergencias Get Ready Central Texas Septiembre
- Listos Juntos: Capacitación básica de preparación para emergencias Trimestral

Nos dedicamos a garantizar que todos, sobre todo los más vulnerables y las personas con discapacidades, con las que a menudo nos cuesta más comunicarnos, estén bien preparados e informados.







# Manténgase informado: [ReadyCentralTexas.org](https://www.readycentraltexas.org)

## ReadyCentralTexas.org

- Cubre emergencias para cada estación.
- Central que concentra todas sus necesidades de preparación.
- Fácil de usar e informativo para tomar medidas proactivas.

The screenshot shows the website's header with the URL 'austintexas.gov', the logo 'Get Ready Central Texas', and navigation links: 'Get Prepared', 'Get Involved', 'Stay Informed', and 'Other Resources'. The main content area features a large banner with a cartoon superhero character in winter gear holding snowballs, set against a city skyline in the snow. The banner text reads 'Get Ready Central Texas' and 'Winter Weather: Be Proactive, Powerful, & Prepared'. Below the banner, a sub-header reads 'Four Steps to Get Prepared', followed by four icons and their corresponding actions: 'Make a Plan' (checklist icon), 'Build a Kit' (first aid kit icon), 'Know Your Neighbors' (group of people icon), and 'Stay Informed' (warning triangle icon).





# Manténgase informado: Sistema accesible para alerta de peligros

## Sistema accesible para alerta de peligros (Accessible Hazard Alert System, AHAS):

Inscríbese en <https://atc.ahasalerts.com> para recibir alertas de emergencias en lengua de señas estadounidense, voz en inglés y texto para sordos, hipoacúsicos, ciegos o sordos y ciegos, O envíe un mensaje de texto con AHAS al (737) 241-3710.

Si desea una Inscripción rápida por SMS, escriba **AHAS** al (737) 241-3710



AUSTIN / TRAVIS COUNTY  
Accessible Hazard Alert System

Home Active Alerts COVID-19 FAQs

Contact Us

Sign Up!

Sign Up to Receive Accessible Alert Notifications



For quick SMS Registration text **AHAS** to (737) 241-3710.





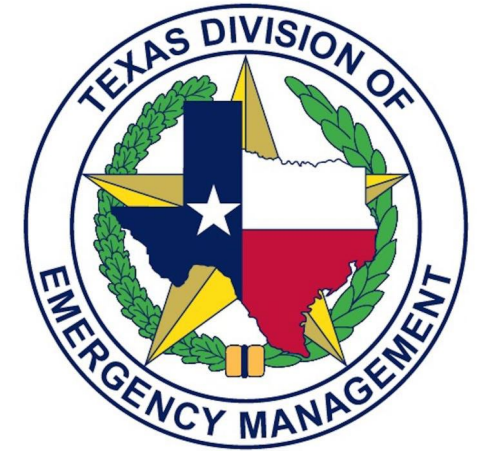
## Registro de asistencia para emergencias del Estado de Texas (State of Texas Emergency Assistance Registry, **STEAR**)

El registro de asistencia para emergencias del Estado de Texas (State of Texas Emergency Assistance Registry, **STEAR**) provee información adicional sobre las necesidades que podrían tener los miembros de nuestra comunidad a planificadores de emergencias y rescatistas de emergencia locales.

Las personas que deberían inscribirse en el **STEAR** son aquellas que:

- tienen discapacidades,
- son frágiles por motivos médicos,
- tienen necesidades de acceso y funcionales como por ejemplo:
  - poca movilidad,
  - barreras de comunicación,
  - requieren asistencia médica adicional durante una emergencia,
  - requieren asistencia de transporte,
  - requieren asistencia con cuidados personales.

*\*La inscripción en el **STEAR** es voluntaria y NO garantiza que recibirá un servicio específico durante una emergencia debido a que los servicios disponibles pueden variar por comunidad o según la gravedad de la emergencia.*



**TDEM**  
THE TEXAS A&M UNIVERSITY SYSTEM



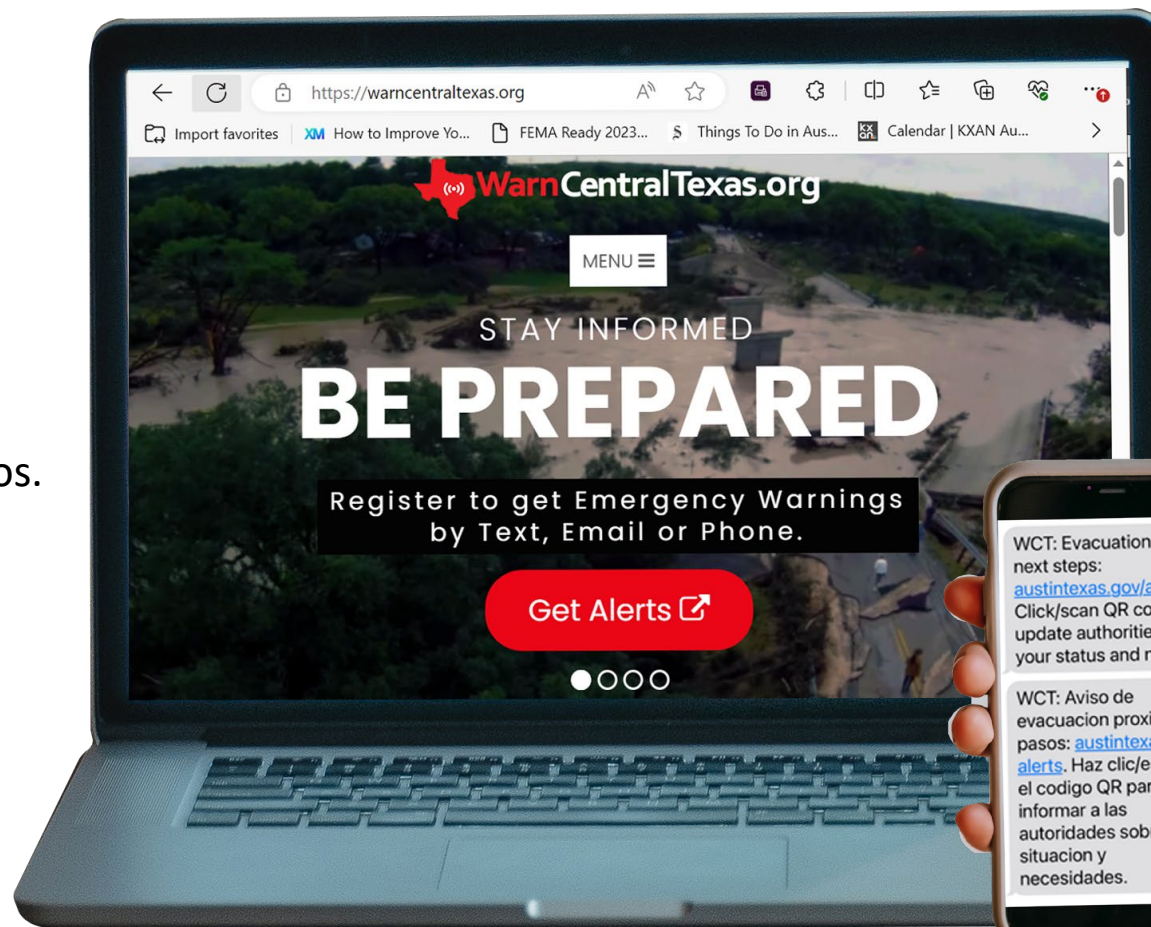




Manténgase informado: **WarnCentralTexas.org**

## Inscríbese para recibir alertas de emergencias

- Reciba alertas por mensaje de texto, correo electrónico o teléfono.
- Reciba notificaciones oportunas sobre peligros.
- Personalice alertas según su ubicación.



*Alerta en texto de ejemplo*





## Manténgase informado: **Noticias locales**

En una emergencia, las estaciones locales de noticias trabajarán para mantener al público informado.

Los canales de noticias a menudo reciben información de las agencias del gobierno y ayudan a distribuir la información a los televidentes.

Siga a Austin HSEM en las redes sociales:

**Facebook:** Austin Emergency Management

**X/Twitter:** @AustinHSEM







# Manténgase informado: **Radio del servicio meteorológico**

## Propósito y configuración simple:

- Alertas locales por condiciones climatológicas severas y emergencias.
- Sintonice la estación local y manténgala encendida para el monitoreo constante.
- Use baterías y/o enchufe



### OVER 60 TYPES OF ALERTS



TORNADOS



FLOODS



HURRICANES



FIRES



EARTHQUAKES

Cuando el Servicio Meteorológico Nacional emite una alerta, una radio del clima automáticamente lo alerta.





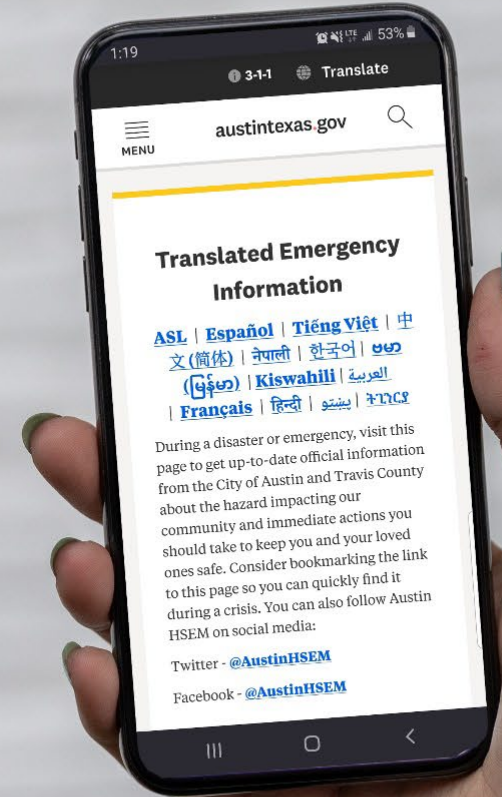


# Manténgase informado: **Página de alertas**

## [austintexas.gov/alerts](https://austintexas.gov/alerts)

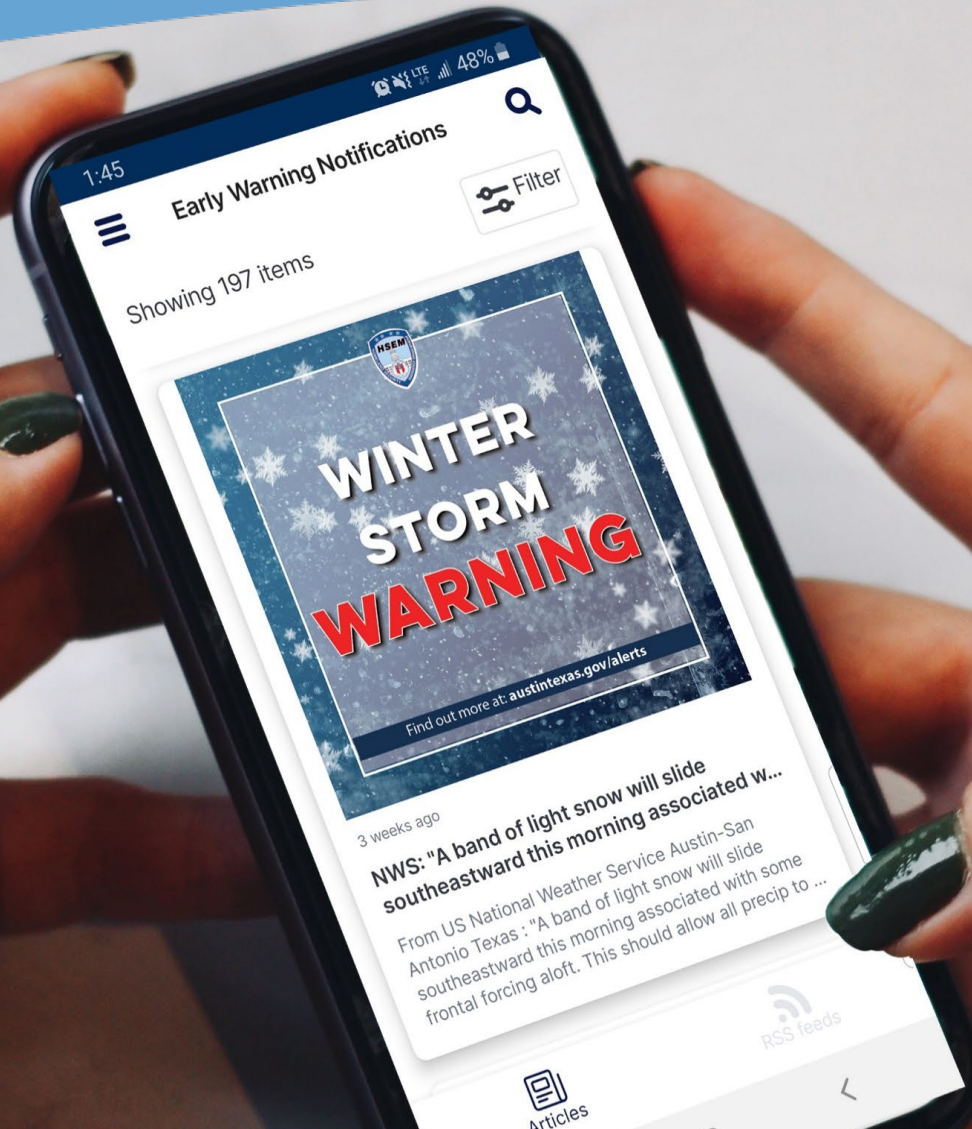
La página de alertas es la central oficial para información actualizada en 14 idiomas de la Ciudad de Austin sobre el peligro que afecta a nuestra comunidad y las medidas que debería tomar.

Agregue esta página a sus favoritos para poder encontrarla fácilmente cuando la necesite.





## Manténgase informado: **App. de ReadyCentralTexas**



- La aplicación de Ready Central Texas está disponible gratis en Apple Store para iPhone y en la tienda de Google Play para Android.
- Si usa la aplicación podrá recibir novedades y alertas oportunas y recibir notificaciones cuando se producen emergencias.
- Nuestra aplicación para teléfonos también tiene videos informativos, listas de control de planes de emergencia y una biblioteca de documentos.





Descanso

10

Minutos de  
Pausa







# Cómo lidiar con emergencias y desastres

## Salud mental

En esta lección, aprenderán a:

- Entender las señales de la angustia psicológica y opciones para buscar ayuda



**Advertencia de desencadenantes:** El contenido que vendrá habla sobre situaciones hipotéticas de desastres y los efectos sobre la salud mental. Podría causarles angustia a algunas personas.



## Cómo lidiar con emergencias y desastres



### **Los primeros auxilios para la salud mental son importante dentro de los preparativos para emergencias**

Prepararse para, responder a, y recuperarse de desastres y eventos traumáticos es esencial para la salud mental de individuos y comunidades.

Los desastres naturales o provocados por el ser humano pueden tener un gran impacto en la salud mental y el bienestar emocional. Experimentar un desastre natural, como una inundación o un tornado, puede causar ansiedad, depresión y estrés postraumático.

Para muchos, estos sentimientos pueden persistir durante años y ciertos estímulos pueden recordarles el evento o hacerles temer que vuelva a ocurrir..



# Cómo lidiar con emergencias y desastres

## Reconoce los Signos de Estrés Relacionado con Desastres

- Dificultad para comunicar pensamientos.
- Dificultad para dormir y comer.
- Discusiones/explosiones con seres queridos.
- Atención limitada.
- Sentirse cansado, triste, insensible, solo o preocupado.
- Dificultad para concentrarse y frustrarse.
- Sentirse física y mentalmente agotado.







# Cómo lidiar con emergencias y desastres

## Herramientas para aliviar el estrés relacionado con desastres

- Hable de sus emociones, aunque sea difícil hacerlo.
- Busque ayuda de terapeutas de posdesastres.
- No se culpe por el desastre ni se sienta culpable por no colaborar en los rescates.
- Priorice su bienestar con una dieta equilibrada, descanso, ejercicios y relajación.
- Conéctese con familia y amigos.
- Use sus redes de apoyo existentes.
- Tómese descansos para relajarse y recuerde que las sensaciones intensas se aplacarán.
- Respire profundo y participe en actividades que le encanten.
- Manténgase informado a través de fuentes de confianza.
- Evite rumores, sobre todo en redes sociales, y confíe en las novedades oficiales.





# Cómo lidiar con emergencias y desastres

## Señales de que no está mejorando

- Dificultad para comunicar pensamientos.
- Dificultad para dormir.
- Dificultad para mantener el equilibrio en sus vidas.
- Bajo umbral de frustración.
- Aumento en el uso de drogas/alcohol.
- Atención limitada.
- Rendimiento laboral deficiente.
- Dolores de cabeza/problemas estomacales.
- Visión de túnel/audición amortiguada.
- Resfriados o síntomas similares a la gripe.
- Desorientación o confusión.
- Dificultad para concentrarse.
- Reticencia a salir de casa.
- Depresión, tristeza.
- Sentimientos de desesperanza.
- Cambios de humor y episodios de llanto fácil.
- Culpa abrumadora y auto-duda.
- Miedo a las multitudes, a los extraños o a estar solo.





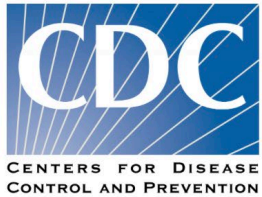
# Cómo lidiar con emergencias y desastres: Recursos de salud mental



**American  
Red Cross**

## [Cruz Roja: Recuperación emocional después de un desastre \(en español\)](#)

Los desastres son experiencias conmovedoras para todos los que las viven. Niños, adultos mayores, personas con discapacidades y personas que no hablan inglés como lengua materna tienen un riesgo particular y es probable que necesiten atención y ayuda adicionales. Pero todos, incluso las personas que otros observan para conseguir orientación y asistencia, tenemos derecho a sentir lo que sentimos y merecemos apoyo a través del proceso de recuperación.



**CDC**  
CENTERS FOR DISEASE  
CONTROL AND PREVENTION

## [CDC: Cómo lidiar con un desastre o un evento traumático\(en español\)](#)

Durante y después de un desastre, es natural sentir emociones diferentes y fuertes. Lidiar con estos sentimientos y conseguir ayuda cuando la necesita le servirá a usted, a su familia y a su comunidad a recuperarse del desastre.



## [SAMHSA: Teléfono de ayuda para angustia por desastres \(en español\)](#)

El teléfono de ayuda para angustia por desastres de SAMHSA funciona como terapia para crisis las 24 horas de todos los días del año y apoya a las personas que sienten angustia emocional relacionada con desastres naturales o provocados por el hombre.



## [NAMI: Información y recursos para crisis \(en español\)](#)

Use esta lista de control para ayudarse cuando realice su llamado. Pida hablar con el equipo de intervención en crisis o un oficial capacitado en el manejo de casos de salud mental.



## [Integral Care: Servicios para crisis\(en español\)](#)

Al igual que una tormenta destruye una casa desde sus cimientos, una crisis de salud mental puede destruir a una persona por completo. Integral Care ofrece apoyo para crisis de salud mental las 24 horas del día, los 7 días de la semana por teléfono y en la comunidad.





# Experiencia Personal

- Prepárate para el próximo desastre de inundación.
- Conoce tus opciones para obtener recursos.
- Regístrate hoy para el siguiente entrenamiento de desastre desastre climático







## Seguridad **contra incendios**

En esta lección, aprenderán:

- Las causas comunes de los incendios
- Consejos sobre cómo prevenir incendios
- Datos sobre alarmas, rociadores y extintores de incendios







## Datos sobre incendios

- Los incendios matan a más estadounidenses cada año que la combinación de todos los desastres naturales.
- ¡Los incendios se propagan rápidamente! Una llama puede duplicar su tamaño en menos de 60 segundos.
- La mayoría de las tragedias en incendios son **evitables**.







## Causas comunes de incendios

Las tres causas más comunes de incendios en Austin son: cocina desatendida, materiales de tabaquismo mal desechados e incendios eléctricos.



Cocina desatendida



Materiales de tabaquismo  
mal desechados



Electricidad

Estos suelen cambiar de orden año tras año en términos de frecuencia.



# Incendios en la cocina



La cocina es el área más común donde se inicia un incendio.

Suelen ser causados por:

- Cocina desatendida
- Material inflamable muy cerca de la estufa (repasadores, manoplas, etc.)
- Acumulación de grasa
- Desecho inadecuado de materiales que se pueden encender.

## SÍ:

- Cubra con una tapa;
- Use un extintor o
- Apague el calor, si es seguro hacerlo.

## NO:

- Use agua;
- Use harina;
- Use un repasador para tapan el fuego; ni
- Mueva una olla o sartén caliente o que quema.



Foto cortesía del Departamento de Bomberos de A

**!** *Y si el fuego está en el horno, ¡mantenga la puerta del horno cerrada!*





# Materiales de **tabaquismo** mal desechados



*Foto cortesía del Departamento de Bomberos de Austin*



Otra causa común de incendios son los **materiales de tabaquismo mal desechados**. Para prevenir que se produzcan estos tipos de incendios:

- Asegúrese de apagar por completo cigarrillos, cigarros, carbón, etc., antes de desecharlos (¡mojarlos en agua es una gran opción para estar seguros!)
- No deseches materiales de tabaquismo en la basura, macetas de plantas, etc.;
- No arroje cigarrillos por las ventanillas del automóvil;
- Use recipientes profundos, resistentes y no combustibles en zonas designadas; y
- Las zonas designadas para fumar no deberían tener ningún



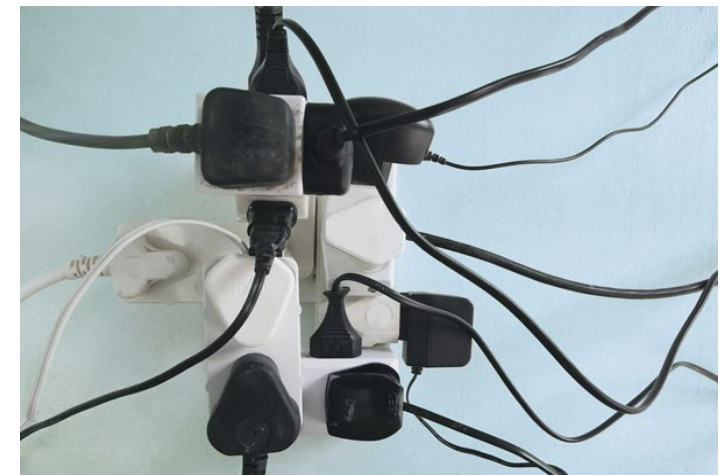
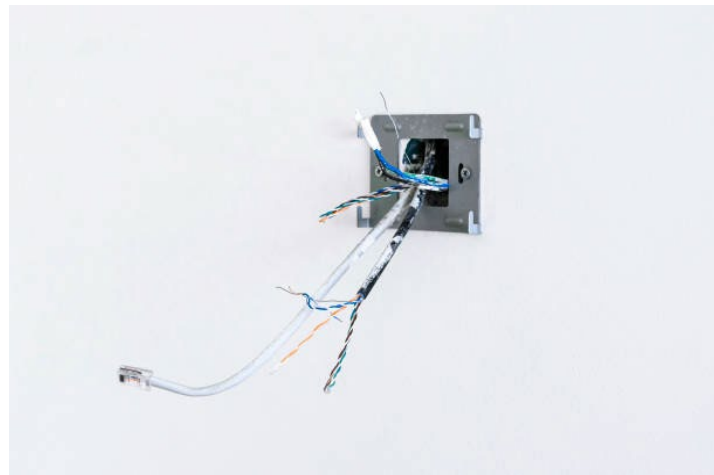
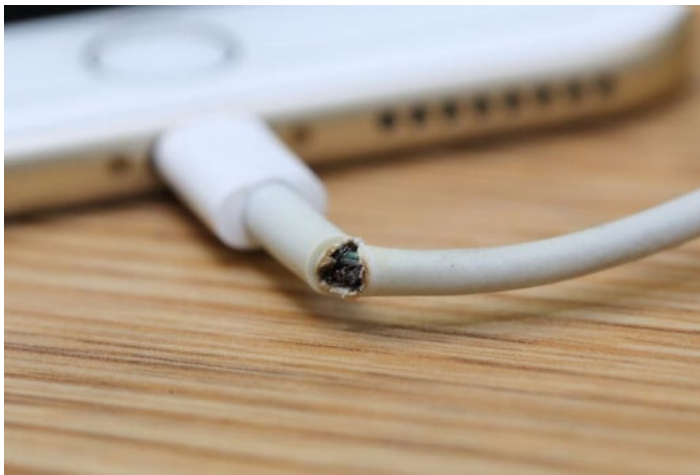


# Incendios eléctricos



## Los incendios eléctricos suelen ser causados por:

- Aparatos electrónicos defectuosos (cables en mal estado, empalmes deficientes, cables cortados o desgarrados, cables dañados, cables sueltos);
- Daño accidental y/o
- Negligencia eléctrica (tomacorrientes o alargadores con sobrecargas).





## Dispositivos de alerta temprana y sistemas de rociadores

- Alarmas de humo
- Alarmas de monóxido de carbono (CO)
- Sistemas de rociadores



**!** Si usted o algún conocido no tiene alarmas de humo que funcionan en su casa, llámenos al (512) 974-0299, y las proveeremos e instalaremos ¡GRATIS! (Debe residir en la Ciudad de Austin)



### Alarmas de humo

- Coloque en cada cuarto, cerca de zonas para dormir y en todos los niveles de la casa.
- Pruébela mensualmente; cambie las baterías cuando estén bajas.
- Reemplace la unidad cada 10 años aproximadamente.
- ¡NUNCA saque la batería!



### Alarmas de monóxido de carbono

- Instale en las zonas para dormir al aire libre y en todos los niveles de la casa.
- Pruébelas todos los meses; siga la recomendación del fabricante para su reemplazo.
- Si suena la alarma:
  1. Salga o vaya cerca de una ventana abierta.
  2. Cuente a todos.
  3. Llame para pedir ayuda y espere.



### Sistemas de rociadores

- Se activa con temperaturas específicas.
- En interiores, liberan agua de inmediato cuando se disparan.
- Activar uno dispara la alarma.
- Mantenga objetos alejados de los cabezales para que funcionen bien.
- Haga que un profesional controle los sistemas a menudo.





# Extintores de incendios



## Tipos de extintores:

- ABC: Extintores de combinación
- A: Combustibles comunes
- B: Líquidos inflamables
- C: Eléctricos
- D: Metales combustibles
- K: Aceites y grasas de cocina comerciales

## Cuándo usarlos:

- Tiene una ruta clara de escape, sin bloqueos por el incendio;
- Puede acceder fácilmente al extintor y el extintor está en buenas condiciones de uso;
- El extintor es del tipo correcto para el incendio que está combatiendo;
- El extintor tiene la capacidad suficiente para apagar el fuego; y
- Sabe cómo operarlo.



# Uso de extintores de incendios: **PASS**

Para operar un extintor de incendios, recuerde la palabra en inglés PASS:



**(Pull)** Tire del pasador



**(Aim)** Apunte la boquilla a la base del fuego



**(Squeeze)** Apriete la palanca o gatillo



**(Sweep)** Barra por la base del fuego

- Mantenga su espalda hacia una salida sin obstáculos y mantenga entre dos y dos metros y medio de distancia entre usted y el incendio.
- Si el extintor no apaga el incendio, cierre la puerta y salga.
- No intente apagar un incendio más grande que usted.
- No tema llamar al 911 y dejárselo a los profesionales.



# Aspectos esenciales del plan de evacuación

## Preparación y conciencia:

- Siempre conozca muchas salidas.
- Coloque un diagrama del edificio con las rutas de salida.
- Haga planes para individuos con necesidades especiales.

## Después de evacuar:

- Reúnase en el punto de encuentro designado.
- NUNCA vuelva a ingresar al edificio.
- Cuente a todos; informe si falta alguien a los rescatistas.

## Durante un incendio:

Verifique la temperatura de las puertas antes de abrirlas.

- Si hay humo, manténgase agachado (“manténgase agachado y váyase”).
- Evite elevadores; siempre use las escaleras.







## Seguridad de **Inundaciones**

En esta lección, aprenderás a:

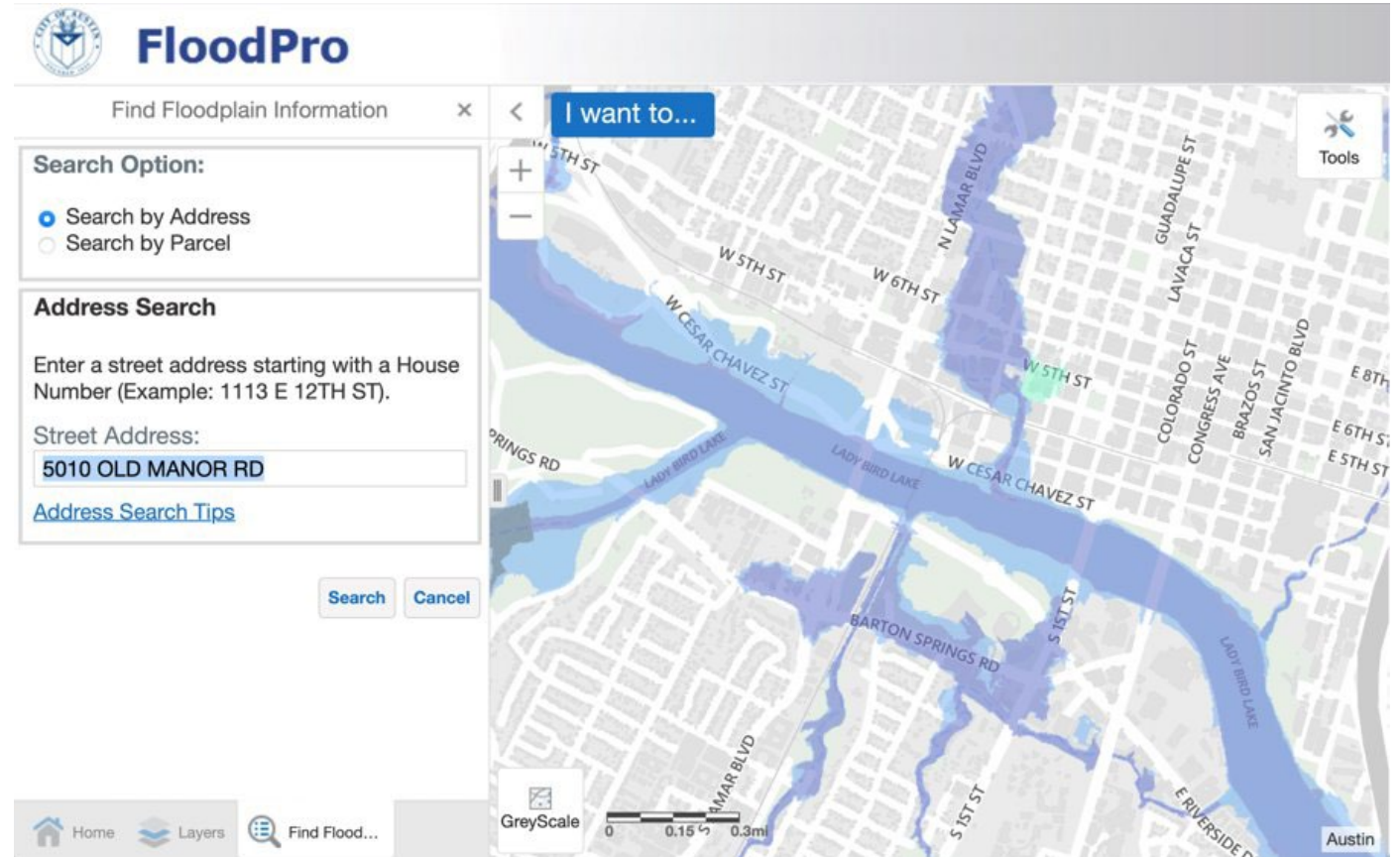
- Prepararte, responder y recuperarte de eventos de inundación.



# Inundaciones: **Prepárate antes de una inundación**

## ¿Estás en riesgo?

- Verifica tu riesgo de inundación en:  
[maps.austintexas.gov/FloodPro/](https://maps.austintexas.gov/FloodPro/)



The screenshot displays the FloodPro web application interface. At the top left is the University of Texas at Austin logo and the text "FloodPro". Below this is a search bar with the placeholder text "Find Floodplain Information" and a search icon. A blue button above the search bar says "I want to...".

The search options are:

- Search by Address
- Search by Parcel

The "Address Search" section includes the instruction: "Enter a street address starting with a House Number (Example: 1113 E 12TH ST).". The "Street Address:" field contains "5010 OLD MANOR RD". Below the field is a link for "Address Search Tips".

At the bottom of the search panel are "Search" and "Cancel" buttons.

The main map area shows a street grid in Austin, Texas, with blue shaded regions indicating floodplains. Labeled streets include W 5TH ST, W 6TH ST, W 7TH ST, W CESAR CHAVEZ ST, N LAMAR BLVD, GUADALUPE ST, LAVACA ST, COLORADO ST, CONGRESS AVE, BRAZOS ST, SAN JACINTO BLVD, E 8TH ST, E 6TH ST, E 5TH ST, SPRINGS RD, LADY BIRD LAKE, W CESAR CHAVEZ ST, S 1ST ST, BARTON SPRINGS RD, N LAMAR BLVD, and RIVERSIDE DR. A scale bar at the bottom indicates 0, 0.15, and 0.3 miles. The word "Austin" is visible in the bottom right corner of the map area.





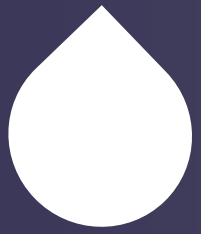
# Inundaciones: **Prepárate antes de una inundación**

## Prepara tu Hogar

- Limpia las canaletas y desagües pluviales.
- Considera un seguro contra inundaciones en [FloodSmart.gov](https://www.floodsmart.gov).
- Guarda documentos importantes en recipientes a prueba de agua.
- Toma fotografías de los objetos de valor para posibles reclamaciones de seguro.
- Eleva los objetos de valor y esenciales, si es posible.





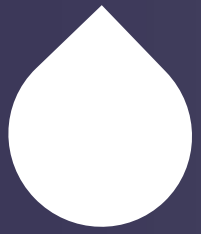


# Inundaciones: Seguro

## El Riesgo

- ¿Estás en una zona de inundación? Verifica en [FloodSmart.gov](https://www.floodsmart.gov).
- La mayoría de los prestamistas requieren seguro contra inundaciones si tu hogar está ubicado en un área de inundación.
- El 40% de las inundaciones ocurren fuera de las áreas propensas a inundaciones.





# Inundaciones: Seguro

## Seguro de Inundaciones

- Llama a tu compañía de seguros para preguntar si tienes pólizas de inundación.
- Si no las tienes, habla sobre la posibilidad de agregar la póliza o, si no la ofrecen, contacta al Programa Nacional de Seguros de Inundación (877-336-2627).

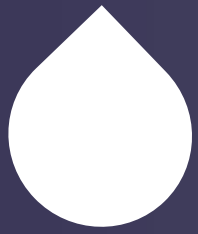
## Qué está cubierto

- Verifica qué cubre tu póliza.

## ¡No esperes!

- La mayoría de las pólizas de inundación tienen un período de espera de 30 días antes de entrar en vigor.





# Inundaciones: **No asegurado**



# FEMA

## **Asistencia Individual y Familiar**

El Programa de Individuos y Hogares (IHP) de FEMA ofrece asistencia financiera y servicios directos a individuos y familias elegibles afectadas por un desastre, que tienen gastos necesarios y necesidades serias no aseguradas o insuficientemente aseguradas.

## **Asistencia para Negocios e Individuos**

La Administración de Pequeñas Empresas de EE. UU. (SBA) ofrece préstamos para desastres a bajo interés para ayudar a las empresas y propietarios de viviendas a recuperarse de desastres declarados. Las empresas de todos los tamaños ubicadas en áreas de desastre declaradas, organizaciones privadas sin fines de lucro, propietarios de viviendas y inquilinos afectados por desastres declarados, incluyendo disturbios civiles y desastres naturales como huracanes, inundaciones e incendios forestales, pueden calificar.







# Inundaciones: **No asegurado**

## Asistencia Pública

La Asistencia Pública no es un reembolso para individuos o empresas.



# FEMA

- El Programa de Asistencia Pública de FEMA proporciona subvenciones suplementarias para la remoción de escombros, medidas de protección de emergencia y la restauración de infraestructura dañada por desastres a gobiernos estatales, tribales, territoriales y locales, así como a ciertos tipos de organizaciones privadas sin fines de lucro, para que las comunidades puedan responder y recuperarse rápidamente de desastres importantes o emergencias declaradas por el Presidente.
- Se espera que un gobierno local utilice sus propios recursos antes de solicitar asistencia. Actualmente, el umbral para que el Estado de Texas califique para Asistencia Pública es de \$53.6 millones en daños por desastres no asegurados que califiquen, y el umbral para que el Condado de Travis califique es de \$5.7 millones en daños reportados.
- Estos umbrales se basan en el índice de precios al consumidor anual y en la última población del censo oficial. Las jurisdicciones son reembolsadas un porcentaje o porción de los costos totales elegibles.





# Inundaciones: iSTAT

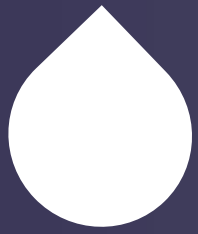


## Herramienta de Evaluación Individual del Estado de Texas (iSTAT)

Los tejanos pueden reportar daños a residencias o negocios afectados utilizando la Herramienta de Evaluación Individual del Estado de Texas (iSTAT). Después de un desastre, los residentes o propietarios de negocios deben enviar los daños en línea mediante la encuesta de autoevaluación.

- iSTAT es una herramienta de evaluación de daños utilizada para recopilar información que ayuda a los funcionarios a comprender el alcance y tamaño de un incidente.
- Además, los datos de iSTAT se utilizan para determinar la necesidad de una Evaluación Preliminar de Daños (PDA) conjunta con socios locales, estatales y federales para confirmar el nivel de daños y facilitar cualquier financiamiento potencial que pueda estar disponible, dependiendo del desastre.
- La información proporcionada por los tejanos en las encuestas de iSTAT ayuda a los funcionarios de gestión de emergencias a comprender los daños ocurridos y a determinar si el estado cumple con los requisitos federales para varias formas de asistencia en desastres, así como identificar cualquier necesidad inmediata de recursos.





# Inundaciones: Recursos

## ¿Cómo se declara un desastre?

<https://www.fema.gov/disaster/how-declared#:~:text=The%20Robert%20T.%20Stafford%20Disaster,Governor%20of%20the%20affected%20State.%22>

## Búsqueda de Declaraciones de Desastre

<https://lending.sba.gov/search-disaster/>

## Préstamos para Desastres de Vivienda y Propiedad

<https://www.disasterassistance.gov/get-assistance/forms-of-assistance/4477>

## FEMA

<https://www.fema.gov/>

## Programa de Individuos y Hogares

<https://www.fema.gov/assistance/individual/program>

## Asistencia en Desastres

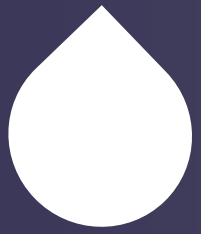
<https://www.sba.gov/funding-programs/disaster-assistance>

## iSTEP

<https://damage.tdem.texas.gov/>



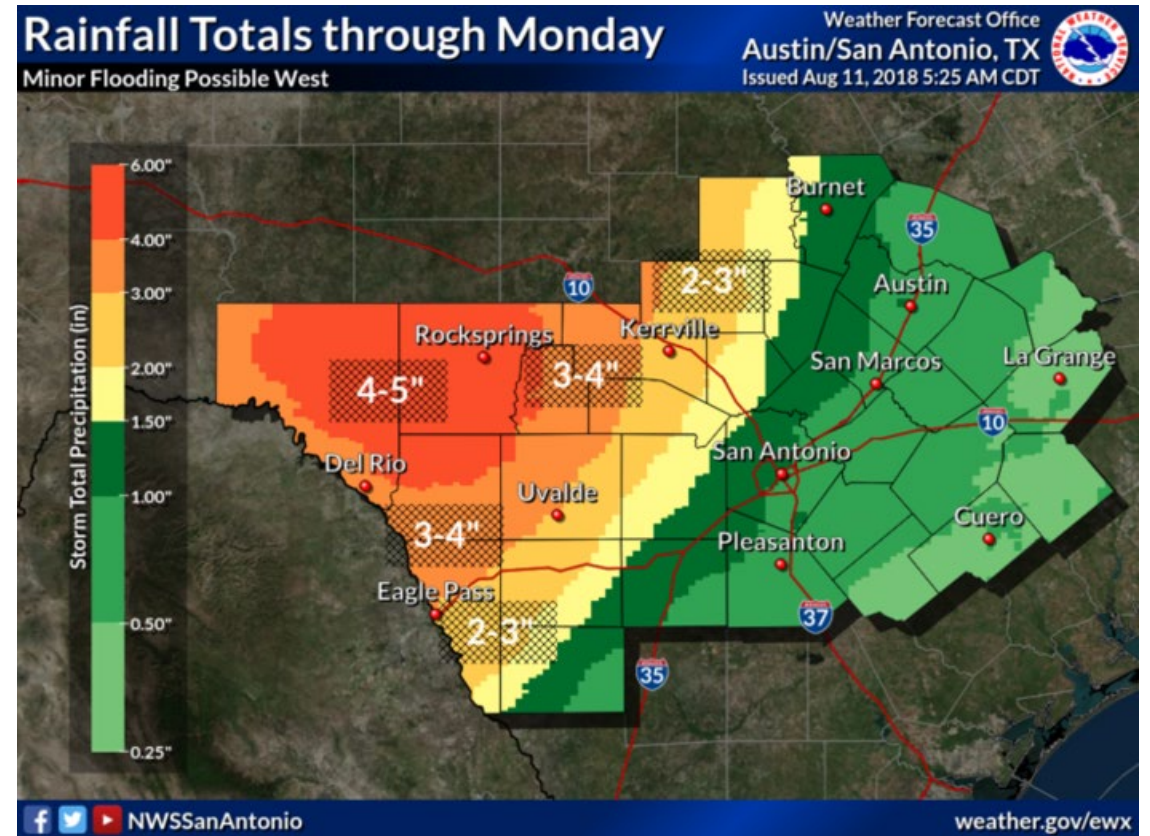




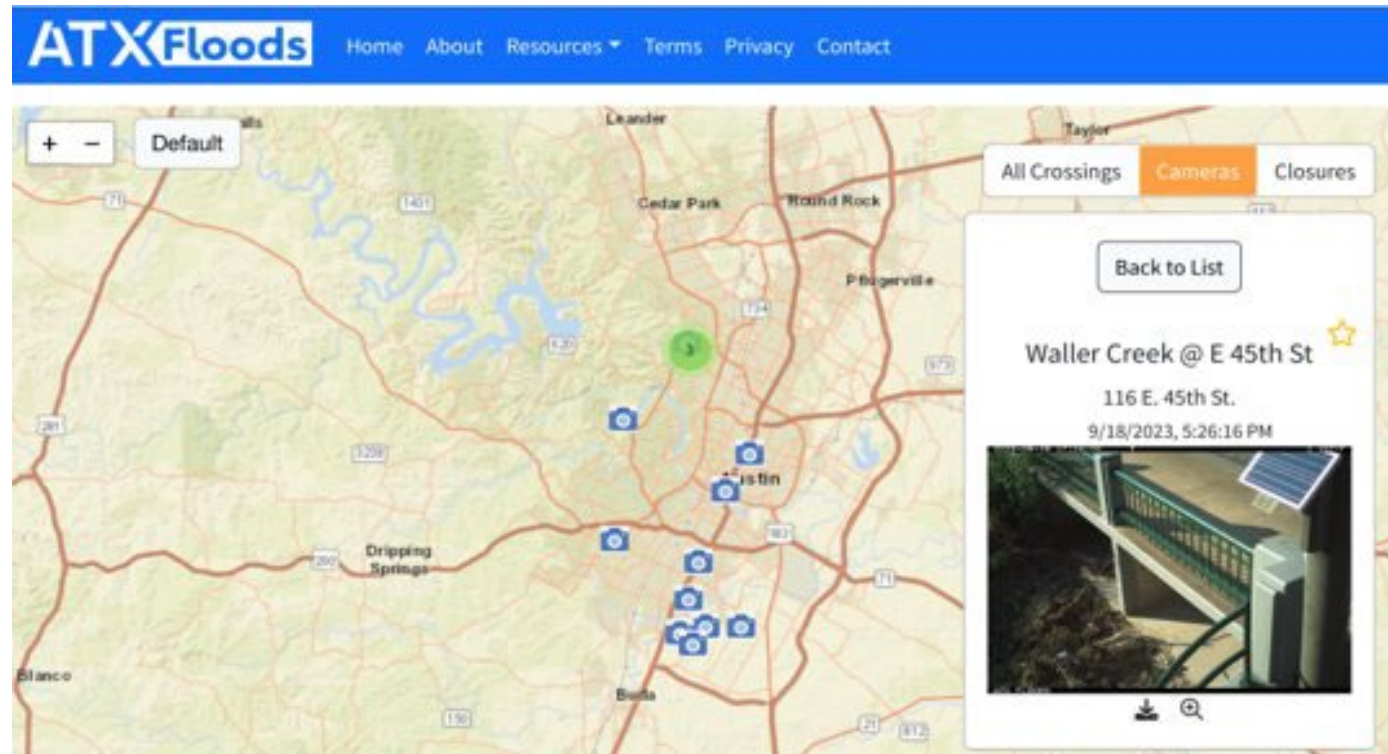
# Seguridad de Inundaciones: **Pronóstico de Lluvias Fuertes**

## Mantente informado

- Mantén un ojo en las noticias y regístrate para recibir alertas locales.
- Sigue las cuentas en redes sociales:
- @HSEM
- @NWSSanAntonio
- @AustinWatershed



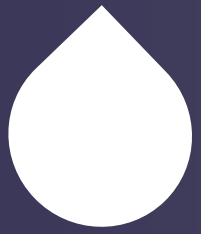
# Seguridad de Inundaciones: **Pronóstico de Lluvias Fuertes**



Agrega a tus favoritos [atxfloods.com](https://atxfloods.com), que proporciona información sobre cierres de carreteras por inundaciones en Austin y las comunidades circundantes del Centro de Texas.







# Seguridad de Inundaciones: **Durante una Inundación**

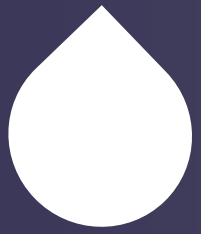
## ¡Las inundaciones pueden ocurrir rápidamente!

### Cuando suceda:

- Refúgiate en el lugar; nunca ignores las barricadas: guían las rutas de tráfico seguras.
- Evita caminar o conducir a través de inundaciones: ¡Da la vuelta, no te ahogues!





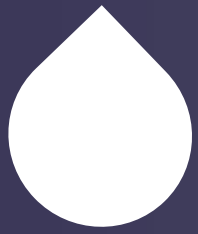


# Seguridad de Inundaciones: Durante una Inundación

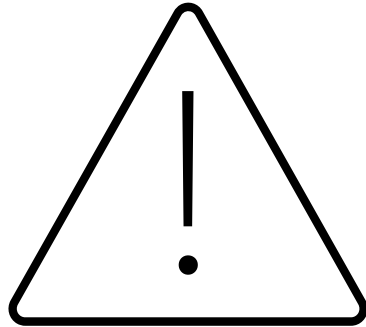
## Cuando suceda:

- Evita los puentes sobre aguas rápidas; pueden colapsar.
- Si tu automóvil queda atrapado en el agua, quédate dentro; sube al techo si el agua entra al vehículo.
- Si quedas atrapado en un edificio, muévete al nivel más alto; usa el techo solo como último recurso y señaliza para pedir ayuda. Evita los áticos cerrados.





# Seguridad de Inundaciones: Después de una Inundación



- Sigue las indicaciones de las autoridades y regresa a casa solo cuando sea seguro.
- Conduce solo en emergencias.
- Usa equipo de protección para la limpieza; utiliza mascarillas para moho o escombros.
- Aquellos con problemas pulmonares o de inmunidad deben evitar edificios con filtraciones o moho. \*Los niños no deben participar en la limpieza.
- Ten cuidado con serpientes y animales en tu hogar.
- Evita equipos eléctricos mojados; corta la electricidad si es seguro hacerlo.
- No entres en aguas de inundación; pueden estar contaminadas o electrificadas.
- Opera generadores al aire libre y lejos de ventanas.





# Seguridad de Inundaciones: Recursos de Seguridad

- [Ready.gov/floods#prepare](https://www.ready.gov/floods#prepare)
- [Floodsmart.gov/first-prepare-flooding](https://www.floodsmart.gov/first-prepare-flooding)
- [maps.austintexas.gov/FloodPro/](https://maps.austintexas.gov/FloodPro/)
- [atxfloods.com](https://atxfloods.com)

**ALL YOU NEED TO KNOW ABOUT FLOOD SAFETY AND FLOOD RELATED INFORMATION.**

Austin is in the heart of Flash Flood Alley. Use the links on this page to help protect yourself, your family and your property from floods.

**NEW & NOTEWORTHY**

**Rain to River**  
A Strategic Plan to Protect Austin's Creeks and Communities

**Disaster-Related Mental Health Resources**

**FLOODED ROADS**  
Visit ATXfloods to see real-time road closures.

**FLOODPLAIN MAPS**  
Use FloodPro to see Austin's floodplains.

**EMERGENCY ALERTS**  
Sign up for alerts through WarnCentralTexas.

**FLOOD INSURANCE**  
Learn about flood insurance and how to get it.

**RAINFALL DATA**  
Find out how much it's rained on LCRA Hydromet.

**FLOOD SAFETY**  
Turn Around - Don't Drown and other flood safety information.

**MAKE A PLAN**  
What to include in your emergency plan.

**FLOODPLAIN REGULATIONS**  
Get information about regulations on building in the floodplain.







# RCP Solo con las Manos



## RCP Solo con las Manos

- ¿Qué es?
- ¿Por qué es tan importante?
  - Según la Asociación Americana del Corazón, alrededor del 90 por ciento de las personas que sufren paros cardíacos fuera del hospital mueren. La RCP, especialmente si se realiza de inmediato, puede duplicar o triplicar las posibilidades de supervivencia de una víctima de paro cardíaco.
- Se ha demostrado que la RCP Solo con las Manos es tan efectiva en los primeros minutos como la RCP convencional para paros cardíacos en casa, en el trabajo o en público.



Les agradecemos muchísimo a usted y a todos nuestros socios. ¡Muchas gracias!



Ascensio



**GAVA**  
GO! AUSTIN / ¡VAMOS! AUSTIN

**Agradecemos muchísimo sus comentarios. Les rogamos que participen en nuestra encuesta para ayudarnos a mejorar continuamente y a prestarles un mejor servicio.**