



Charlie Crist  
Governor

Ana M. Viamonte Ros, M.D., M.P.H.  
State Surgeon General

---

**PARA SU PUBLICACIÓN INMEDIATA**

Contacto: (850) 245-4111

**\*\*HOJA INFORMATIVA SOBRE EL TEMPESTAD TROPICAL/HURACÁN\*\***

**HACIENDO UN KIT DE PROVISIONES PARA DESASTRES**

**TALLAHASSEE** – Un kit de provisiones para desastres tanto para su hogar como para una evacuación debe incluir artículos en seis áreas básicas: (1) agua, (2) alimentos, (3) provisiones y medicamentos de primeros auxilios, (4) prendas de vestir y ropa de cama, (5) herramientas y provisiones de emergencia, y (6) documentos familiares importantes.

Usted necesitará un kit de provisiones si está confinado en su hogar. Este kit también es valioso si usted es evacuado a un lugar distinto a un resguardo bien abastecido o si no está seguro respecto a las provisiones del resguardo.

**Consejos prácticos para hacer su kit**

- Mantenga los artículos sueltos en bolsas plásticas herméticas.
- Reúna los artículos del kit en recipientes fáciles de llevar o en bolsas duffle. Coloque el kit al alcance de su salida utilizada más comúnmente.
- Revise y actualice su kit y necesidades familiares al menos una vez al año.

**Consejos prácticos para el agua y provisiones de alimentos**

- Una persona normalmente activa necesita beber al menos dos cuartos de galón de agua al día. El calor y la actividad intensa pueden duplicar esa cantidad. Los niños, las madres lactantes y las personas con necesidades especiales pueden requerir aún más.
- La preparación de los alimentos y el aseo personal requieren otros dos cuartos de galón (mínimo) por persona al día.
- El agua embotellada que ha sido sellada es lo mejor para el almacenamiento. El agua embotellada cumple con las guías de la FDA para alimentos, no es vulnerable a los cambios de temperatura como el agua no sellada y no tiene vida de estantería. (algunas botellas tienen fecha de expiración, pero esto es principalmente para el control de inventario). Si por alguna razón usted debe desinfectar el agua, utilice blanqueador sin aroma en la proporción de ocho gotas por galón, cerca de 1/8 de cucharadita, y deje que la mezcla se asiente 30 minutos antes de usar.
- Escoja alimentos compactos y livianos que no requieran refrigeración, cocción o preparación y alimentos que utilicen poca agua o no necesiten agua.
- Lavar las manos con jabón y agua es extremadamente importante. Sin embargo, en caso que no haya agua para lavarse las manos, utilice una sustancia sanitaria basada en alcohol.

El DOH (Departamento de Salud) recomienda una provisión para tres días de alimentos y agua en su kit, incluyendo:

- Un galón de agua por persona por día
- Carnes, frutas y vegetales enlatados y listos para consumir
- Artículos de primera necesidad (sal, azúcar, pimienta, condimentos, etc.)
- Leche en polvo y jugos enlatados



Charlie Crist  
Governor

Ana M. Viamonte Ros, M.D., M.P.H.  
State Surgeon General

---

- Pasabocas de alta energía y alimentos para aliviar el estrés
- Alimentos para infantes e individuos con necesidades especiales
- Pedialyte (para rehidratar si es necesario)
- Mess kits o vasos de papel, platos y utensilios plásticos y
- abrelatas manual, cuchillo multiuso

Para herramientas y provisiones de emergencia, el DOH recomienda:

- Dinero en efectivo o cheques de viajero, monedas
- Mapa del área para localizar los albergues
- Radio y interna de baterías, baterías de más
- Extintor de fuego
- Alicates y llave inglesa para desconectar el agua y/o gas de la casa
- Brújula, bengala de señales, silbato y carpa
- Sábana plástica, recipientes de almacenamiento y cubeta con tapa ajustada
- Bolsas plásticas de basura y ataduras para higiene
- Cinta (para tubería, de enmascarar)
- Velas y fósforos en un recipiente a prueba de agua
- Papel, lápiz
- Agujas, hilo
- Gotero de medicinas
- Papel aluminio
- Papel higiénico, toallas humedecidas y toallas
- Jabón, detergente líquido, desinfectante y blanqueador clorado sin aroma
- Provisiones femeninas y artículos de higiene personal
- Provisiones para infantes (pañales, teteros y chupos)

Para las provisiones de vestido y ropa para cama, el DOH recomienda:

- Por lo menos una muda completa de ropa y zapatos por persona
- Zapatos fuertes, botas de trabajo, gorra y guantes
- Mantas o bolsas de dormir y almohadas
- Equipo para lluvia
- Gafas de prescripción extra, gafas de sol y/o lentes de contacto

El DOH recomienda tener botiquines de primeros auxilios para su hogar y automóvil, incluyendo:

- Una provisión para tres días de los medicamentos vitales de cada persona
- Medicamentos de prescripción
- Vendajes adhesivos estériles en varios tamaños
- Vendas de gasa estéril de 2 y 4 pulgadas (4–6)
- Vendajes de rollo estériles de 2 y 3 pulgadas (3 rollos)
- Vendajes triangulares (3)
- Guantes de látex (al menos 2 pares)
- Agente de aseo, jabón y toallas humedecidas
- Antiséptico y ungüento antibiótico



Charlie Crist  
Governor

Ana M. Viamonte Ros, M.D., M.P.H.  
State Surgeon General

---

- Parafina u otro lubricante
- Pines de seguridad de varios tamaños

Continuación de los botiquines de primeros auxilios:

- Tijeras, pinzas, aguja y termómetro
- Baja lenguas (2)
- Medicamentos sin prescripción
- Aspirina o analgésicos diferentes a la aspirina
- Medicamentos antidiarreicos, antiácidos y laxantes
- Jarabe de ipecacuana (usar para inducir el vómito si es aconsejado por el Centro de Control de Venenos)
- Carbón activo (usar si es aconsejado por el Centro de Control de Venenos)
- Bloqueador solar
- Repelente contra mosquitos, con DEET cuando sea apropiado

El DOH recomienda que las copias de los siguientes documentos familiares importantes sean mantenidas en los kits dentro de un recipiente portátil y a prueba de agua:

- Pólizas de seguros
- Contratos y escrituras
- Títulos y bonos
- Tarjetas de seguridad social y pasaportes
- Registros de inmunización y prescripciones
- Números de cuentas bancarias
- Números de cuenta de la tarjeta de crédito y nombres de la compañía y números telefónicos
- Inventario de los bienes valiosos en la casa
- Registros familiares (nacimiento, matrimonio, certificados de defunción) y testamentos
- Fotografías recientes de los miembros de la familia

Para mayor información, por favor consulte a su departamento de salud del condado local o visite [www.doh.state.fl.us](http://www.doh.state.fl.us) o [www.FloridaDisaster.org](http://www.FloridaDisaster.org).

Línea de Información de Emergencias de Florida (Florida Emergency Information Line): 1-800-342-3557

Función de Soporte de Información Pública para Emergencias (Public Information Emergency Support Function): (850) 921-0384.

###