

Cómo prepararse en caso de evacuación

Plan de evacuación

Muchos tipos de emergencias pueden requerir una evacuación. En algunos casos, es posible que tenga uno o dos días para prepararse, mientras que otras situaciones pueden requerir una evacuación inmediata. Planificar con anticipación es clave para garantizar que pueda evacuar el lugar de manera rápida y segura, sin importar las circunstancias.

Antes de una evacuación

- Conozca qué tipos de catástrofes pueden ocurrir en su comunidad, y cuáles son los planes locales de emergencia, evacuación y refugio para cada desastre en particular.
- Planifique cómo se irá y adónde se dirigirá si le aconsejan evacuar:
 - Identifique varios lugares a los que podría acudir en caso de emergencia, como la casa de algún amigo en otra ciudad o un hotel. Elija destinos ubicados en diferentes direcciones para tener opciones durante una emergencia.
 - Si es necesario, establezca un lugar para quedarse en el que se acepten mascotas. La mayoría de los refugios públicos solo permiten animales de servicio.
 - Averigüe sobre rutas alternativas y esté al tanto de otros medios de transporte fuera del área.
 - Siga siempre las instrucciones de las autoridades locales y tenga en cuenta que la ruta de evacuación podría ser a pie, dependiendo del tipo de catástrofe.
- Desarrolle un plan de comunicación y reunificación familiar, de modo que puedan mantenerse en contacto, tomar las mejores medidas para cada uno y reunirse si están separados.
- Prepare suministros listos para la evacuación, tanto un bolso de viaje que pueda llevar consigo en caso de tener que evacuar el lugar a pie o en transporte público como suministros necesarios para viajar distancias más largas si tiene un vehículo personal.
- Si tiene automóvil, siga los siguientes consejos:
 - Llene el tanque de combustible en caso de que sea probable una evacuación. Mantenga siempre el tanque de combustible cargado hasta la mitad, en caso de que surja una necesidad inesperada de evacuación. Es posible que las gasolineras estén cerradas durante las emergencias y no pueda cargar combustible durante los cortes de electricidad. Planifique llevar un automóvil por familia para reducir la congestión y los retrasos.
 - Asegúrese de tener un kit de emergencia portátil en el automóvil.
- Si no tiene automóvil, planifique cómo se irá en caso de ser necesario. Haga planes con familiares, amigos o el gobierno local.



Durante una evacuación

- Puede descargar la aplicación de la Agencia Federal de Gestión de Emergencias (Federal Emergency Management Agency, FEMA) para obtener una lista de los refugios que se encuentran abiertos en su área durante una catástrofe.
- Escuche una radio que funcione a batería y siga las instrucciones de evacuación locales.
- Lleve su kit de suministros de emergencia.
- Salga con suficiente tiempo para evitar quedar atrapado en condiciones climáticas adversas.
- Lleve a sus mascotas, pero tenga en cuenta que solo se permiten animales de servicio en los refugios públicos. Planifique ahora cómo cuidará a sus mascotas en caso de emergencia.
- Si el tiempo lo permite, haga lo siguiente:
 - Llame o envíe un correo electrónico al contacto fuera del estado que figura en su plan de comunicación familiar. Infórmele hacia dónde se dirige.
 - Cierre bien las puertas y las ventanas de su hogar para asegurarlo.
 - Desenchufe los dispositivos electrónicos, como radios, televisores y electrodomésticos pequeños. Deje los congeladores y refrigeradores enchufados, a menos que exista un riesgo de inundación. Si hay daños en su casa y se le indica que lo haga, corte el agua, el gas y la electricidad antes de salir.
 - Deje una nota para comunicar a las demás personas cuándo se fue y adónde se dirige.
 - Use zapatos resistentes y ropa que brinde cierta protección, como pantalones largos, camisas de manga larga y un gorro.
 - Pregunte a sus vecinos si necesitan transporte.
- Siga las rutas de evacuación recomendadas. No tome atajos, ya que podrían estar cerrados.
- Esté alerta a los peligros en la carretera, como rutas o puentes arrasados y postes de alta tensión caídos. No conduzca hacia áreas inundadas.



Después de una evacuación

Si tuvo que evacuar a causa de una tormenta, consulte con las autoridades locales tanto del lugar donde se está hospedando como de su comunidad antes de regresar.

- Antes de regresar a su hogar tras un desastre importante, las personas deben saber y estar preparadas para que sus actividades diarias se vean interrumpidas, y recordar que es peligroso volver antes de que se limpien los destrozos que dejó la tormenta.
- Informe a sus amigos y familiares antes de irse y cuando llegue a algún lugar.
- Cargue los dispositivos y considere adquirir baterías de repuesto en caso de que continúen los cortes de electricidad.
- Llene el tanque de combustible, y considere descargar una aplicación de combustible para verificar si hay cortes en su ruta.
- Lleve suministros como agua y alimentos no perecederos para el viaje en automóvil.
- Evite los postes de alta tensión y de servicios públicos caídos, ya que pueden tener niveles de tensión mortales.
- Manténgase alejado, e infórmelo inmediatamente a su compañía de electricidad o de servicios públicos.
- Utilice generadores únicamente fuera del hogar; NUNCA haga funcionar un generador dentro de una vivienda o un garaje, ni lo conecte al sistema eléctrico de su hogar.



Apoyo crítico cuando lo necesite

Visite optumwellbeing.com/criticalsupportcenter para obtener información y recursos de apoyo crítico adicionales.



Este programa no debe utilizarse cuando se necesite atención médica urgente o de emergencia. En caso de emergencia, llame al 911 o acuda a la sala de emergencias más cercana. Este programa no reemplaza la atención de un médico u otro profesional de la salud. Consulte con su profesional clínico sobre las necesidades específicas de atención médica, tratamientos o medicamentos. Debido a la posibilidad de que haya conflictos de intereses, no se brindará asesoramiento legal sobre cuestiones que puedan implicar acciones legales contra Optum o sus afiliadas, ni contra cualquier entidad a través de la cual la persona que llama esté recibiendo estos servicios directa o indirectamente (por ejemplo, un empleador o plan de salud). Es posible que este programa y sus diferentes componentes no estén disponibles en todos los estados ni para grupos de todos los tamaños, y están sujetos a cambios. Pueden aplicarse exclusiones y limitaciones a la cobertura.