

GUÍA DE PREPARACIÓN COMUNITARIA PARA HURACANES

PROGRAMA DEL ESTUARIO DE LA BAHÍA DE SAN JUAN



Propósito de esta Guía: La Guía de Preparación Comunitaria para Huracanes surge con el propósito de aumentar el conocimiento, y por ende la resiliencia de las comunidades ante la amenaza de eventos atmosféricos extremos como huracanes. Esta guía contiene consejos prácticos para aplicar en su comunidad, hogares, familias y en nosotros mismos durante todo el año para una mejor preparación, recuperación y para retomar nuestra vida normal. Prácticas de preparación en óptimas condiciones, fue una de las necesidades documentadas por el Proyecto de Apoyo Comunitario realizado durante el 2018 por el Programa del Estuario de la Bahía de San Juan (Estuario). Para continuar el esfuerzo de alivio iniciado en el 2017 luego del paso del huracán María, el Estuario apoyó esfuerzos que garantizan el acceso a agua segura, mejorar la calidad y conectividad de la cuenca hidrológica, explorar formas sustentables de manejar desperdicios sólidos y mejorar la preparación ante desastres en comunidades que residen en las 97 millas cuadradas del Estuario de la Bahía de San Juan. Esperamos que esta guía le resulte útil para lograr transformar nuestras comunidades en unas resilientes.



Tenemos 365 días para prepararnos para un huracán:

Acciones que puedes realizar por mes:



ENERO:

Crea tu Fondo de Emergencias Familiar.



FEBRERO:

Prepara el listado de artículos de emergencia para tu familia.



MARZO:

De ser necesario, planifica la compra de un generador eléctrico, o maneras de generar energía con fuentes renovables.



ABRIL:

Habla, ayuda o comunica la necesidad de ese vecino(a) que sabes que necesita ayuda para prepararse.



MAYO:

Revisa y mejora los alrededores de tu comunidad.



JUNIO:

Prepara con calma la Mochila de Seguridad.



JULIO:
Llena tu alacena con alimentos de emergencia.



AGOSTO:
Reconoce los riesgos en tu comunidad.



SEPTIEMBRE:
Mantente informado.



OCTUBRE:
Mantente informado.



NOVIEMBRE:
En la medida posible, continua con tu vida normal luego de un huracán.



DICIEMBRE:
Anota tus lecciones aprendidas para el próximo huracán.

Es mejor utilizar todo el año para completar todas las acciones para proteger a nuestra comunidad, hogares y familias, que esperar la llegada inminente de un huracán.





Aprendiendo sobre los huracanes



¿Qué es un huracán? Es el término utilizado para definir un fenómeno atmosférico que se desplaza de forma espiral. En el hemisferio norte (en donde se encuentra nuestra Isla), los vientos giran en contra de las manecillas del reloj. Además, es un fenómeno tropical que posee una intensidad con vientos sostenidos que fluctúan desde 74 millas por hora, teniendo un centro definido con una presión barométrica muy baja en el mismo. Puede sobrepasar vientos de más de 155 millas por hora convirtiéndose en un huracán intenso.

¿Qué es una tormenta tropical? Es un sistema organizado que contiene nubes en circulación definida y cuyos vientos máximos sostenidos fluctúan entre 39 y 73 millas por hora.

¿Qué es una depresión tropical? Es un sistema organizado de nubes con circulación definida y cuyos vientos máximos sostenidos son menores de 39 millas por hora. Se considera un ciclón tropical en su fase formativa.

Categorías de Huracán según el Centro Nacional de Huracanes

*Categoría	Intensidad de Vientos	Daños Estimados
Categoría 1	74 a 95 millas por hora	Daños mínimos
Categoría 2	96 a 110 millas por hora	Daños moderados
Categoría 3	111 a 129 millas por hora	Daños extensos
Categoría 4	130 a 156 millas por hora	Daños extremos
Categoría 5	157 millas por hora o más	Daños catastróficos

*Escala de vientos Saffir - Simpson

Periodo de Vigilancia

Durante este periodo (aproximadamente 48 horas antes de la alerta o vigilancia) es el momento para preparar su hogar y revisar el plan de desalojo personal en caso de que la tormenta azote su zona. Manténgase atento a las instrucciones de las autoridades oficial de su localidad.

Aviso de huracán o tormenta tropical

Durante este periodo es muy importante tener en cuenta las condiciones de huracán o tormenta tropical que se anticipan en el área prevista en el aviso. Este momento es en el que las autoridades emiten información acerca del paso inminente del fenómeno; usualmente dentro de las 36 horas del comienzo de vientos con fuerza de tormenta tropical. Finalice lo que le reste por preparar y, si es necesario, abandone inmediatamente el área que se encuentre bajo amenaza, si así lo indican las autoridades locales.

Durante la época más activa de la Temporada de Huracanes: ¿Qué debemos hacer cuando se anuncia un huracán?



A 3 días antes de la llegada de un huracán...

- Rellena artículos de emergencias que te falten. Recuerda incluir agua, alimentos para 10 días, tus medicamentos, linternas, baterías, dinero en efectivo, y artículos de primeros auxilios. Procura artículos que operen con energía renovable como placas solares.
- Planifica formas alternas de comunicarte con tus familiares para momentos sin electricidad. Además de llamadas por teléfonos análogos, celulares, satelitales; también puedes usar mensajería de texto (esta es la mejor opción durante desastres porque usa menos datos y ayuda a mantener la red libre), correos electrónicos o hasta las redes sociales (Facebook, WhatsApp, Twitter, Instagram, etc). Si no sabes usarlos, pídele ayuda a un vecino para que envíe información a tus familiares.
- Revisa tus rutas de desalojo en caso de inundaciones o derrumbes. A pesar de que no hay mejor lugar que nuestra casa, puede que durante una emergencia tengamos que desalojarla. Una planificación anticipada hará que el proceso sea menos difícil. Identifica y localiza tu refugio más cercano.
- Mantén tu carro en buena condición. Llena el tanque de gasolina, guarda en él suministros de emergencias y ropa para 10 días.



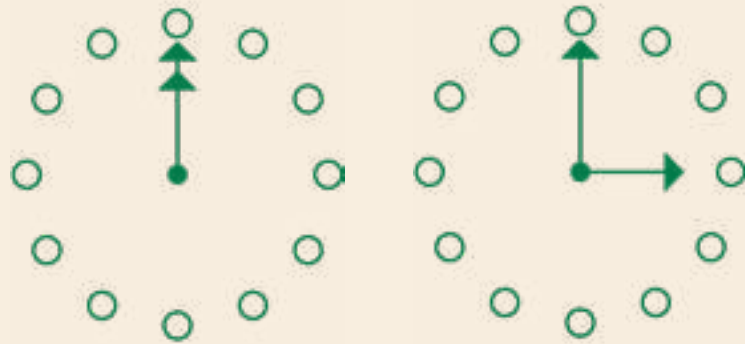
A 2 días de la llegada de un huracán...

- Revisa el patio de tu casa y recoge o amarra todo objeto que pueda ser levantado por el viento (proyectiles).
- Es momento de instalar las tormenteras en todas las ventanas. Ya debes haber instalado cualquier otro tipo de protección permanente (ej: tensores de metal para techos, etc.)
- Limpia tu casa.
- Lava toda la ropa.



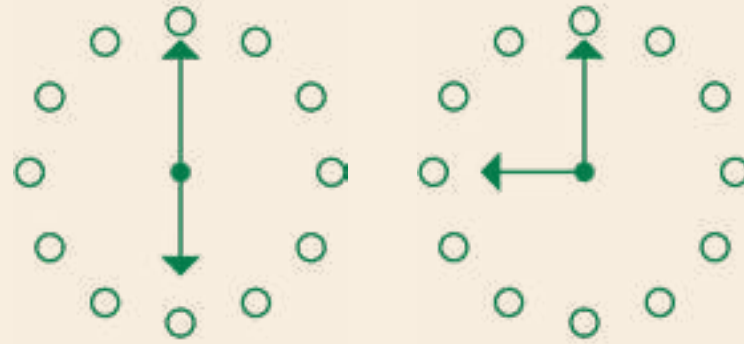
A 1 día de la llegada de un huracán...

- Enciende el televisor, radio, o lee el periódico para conocer la información oficial más reciente e instrucciones a seguir durante la emergencia provista por las agencias de gobierno.
- Carga tu celular.
- Déjale saber a tus familiares, vecinos o amigos donde estarás.
- Cambia la temperatura de la nevera (refrigerador y congelador) a la temperatura más fría. Esto mantendrá los alimentos más fríos y/o congelados por más tiempo en momentos sin electricidad.
- Rellena envases plásticos con agua y colócalos en el congelador. Una vez congelados, podrás usar ese hielo para refrigerar alimentos en momentos sin electricidad.
- Toma fotografías del interior, exterior y del patio de tu casa. Si ocurre algún daño, esto servirá de evidencia.



Mantente en calma y seguro durante el huracán...

- Si las agencias del gobierno te informan que debes desalojar tu casa, hazlo. En una inundación o derrumbe, esto puede salvar tu vida.
- Si deseas sentirte más seguro durante los vientos huracanados, puedes ubicarte en un cuarto o pasillo pequeño que no tenga ventanas y que no esté en un área que se inunde.
- Durante el huracán, no debes utilizar generador eléctrico.
- Si tienes que utilizar un generador eléctrico durante el huracán, recuerda que estos deben estar siempre fuera de la casa y lejos de ventanas.
- Si estás atrapado en el interior de tu casa durante una inundación, ubícate en el lugar más alto de la misma.
- Evita caminar, nadar o guiar en una inundación. Una corriente de agua de inundación que esté más arriba de tu cintura puede arrastrarte. Un pie de una corriente de agua de inundación puede mover tu carro fácilmente. El agua puede contener escombros peligrosos que no sean percibidas a simple vista; entre ellos cables eléctricos que pueden energizar el agua.

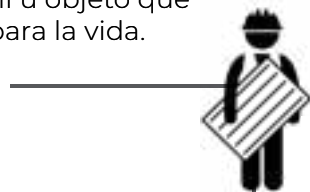


Mantente en calma y seguro después del huracán...

- Mantente informado: enciende el televisor (si puedes), radio, o lee el periódico para conocer la información oficial más reciente e instrucciones a seguir durante la emergencia provista por las agencias del gobierno.
- Reúnete con tus vecinos para llevar a cabo el plan de acción según las necesidades.
- Si vas a limpiar usa ropa que te proteja. Pide ayuda tus familiares, amigos o vecinos. Ofrécete para ayudar a tu comunidad en la medida posible
- No toques enseres eléctricos que estén mojados por una inundación. Si es seguro para tí, apaga el interruptor principal de tu casa ("breaker").
- Evita caminar, nadar o guiar en una inundación. Una corriente de agua de inundación que esté más arriba de tu cintura puede arrastrarte. Un pie de una corriente de agua de inundación puede mover tu carro fácilmente. Recuerda que, el agua puede contener escombros peligrosos que no son percibidos a simple vista; entre ellos cables eléctricos que pueden energizar el agua.
- Ahorra la batería del celular solo para emergencias. Luego de un huracán las líneas telefónicas que no se dañaron estarán ocupadas. Utiliza medios alternos de comunicación como mensajes de texto o redes sociales.
- Si tienes que utilizar un generador eléctrico luego del huracán, recuerda que estos deben estar siempre afuera de la casa y lejos de ventanas para no arriesgar tu vida por humo, gases o incendios.
- Toma fotografías de los daños en tu casa. Usa estas fotos para reclamaciones de seguro o solicitud de asistencia por agencias relacionadas a manejo de emergencias (Negociado para el Manejo de Emergencias y Administración de Desastres, FEMA o Departamento de Vivienda, entre otras).

Acciones para proteger a tu comunidad

Amarra cualquier proyectil u objeto que pueda ser una amenaza para la vida.



Reúnete con tu comunidad para identificar las necesidades de los vecinos, atenderlas y asignar roles.



Considera en esta época participar de cursos o talleres para aprender primeros auxilios, atender heridas, aplicar correctamente un desfibrilador, manejar refugios y distribuir suministros de emergencia.



Recoge basura, grama cortada y pedazos de árboles. Mantén libre el alcantarillado cercano a tu hogar, y reporta a las agencias pertinentes sobre la necesidad de recoger escombros. Esto evitará inundaciones que puedan ser de riesgo para tu propiedad y tu vida.

Acciones para proteger tu vivienda

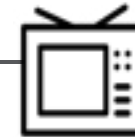
Utiliza tormenteras de metal en puertas y ventanas en caso de vigilancia de huracán emitida por el Centro Nacional de Huracanes.



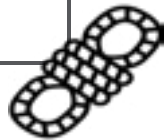
Instala los tensores que sujetan el techo, aplica el tratamiento para prevenir filtraciones en el techo y reemplaza el material del techo dañado o viejo.



Desconectar enseres eléctricos de todos los receptáculos del hogar.



Compra los artículos que necesitarás para proteger tu hogar durante un huracán como: tormenteras, tensores de metal, sogas, clavos y tornillos. Puedes ir planificando quien instalará estos artículos



Considera tener una póliza de seguro para tu hogar y lo que contienen dentro. Existen pólizas específicas para comunidades sujetas a riesgos como: inundaciones, huracanes, terremotos, maremotos, fuego, etc.

Acciones para proteger a tu familia

Tener los números de emergencia en un lugar accesible en el hogar.



Almacena agua potable para toda tu familia. Almacena la cantidad suficiente para proveer 1 galón de agua por persona por día, para un total recomendado de 10 días. [1 galón de agua = 8 botellas pequeñas de agua]



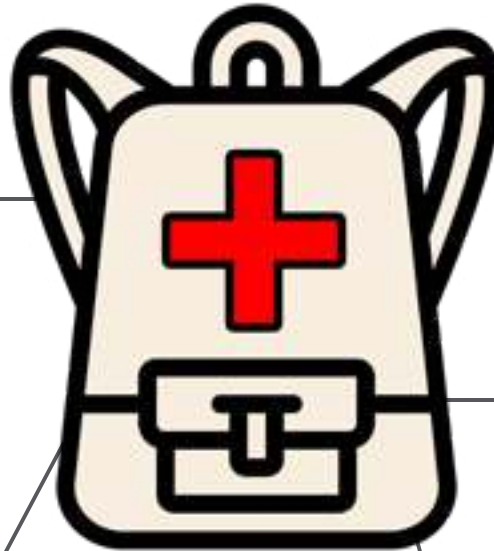
Compra artículos de primera necesidad y alimentos para 10 días de reserva. Considera alimentos no perecederos, agua potable, tener dinero en efectivo, linternas, radio de baterías, botiquín de primeros auxilios, números de emergencias, fórmula para bebés y pañales, velas, fósforos o encendedores, tener carga en el teléfono celulares y cargadores portátiles. Considera adquirir artículos que operen con placas solares



Si vives en zona inundable o propensa a deslizamientos, contacta a la policía y manejo de emergencias. Identifica las áreas peligrosas de la comunidad durante un huracán por inundación, derrumbes y escombros que pueden ser proyectiles. Toma esto en cuenta si permaneces en tu hogar durante un huracán o acudes a un refugio.

Acciones para protegerte a ti mismo

Prepara tu Mochila de Seguridad con artículos necesarios a utilizar durante un huracán como linterna, baterías, silbato, radio portátil, y tus documentos personales.



Procura tener aquellos materiales que te haga sentir mejor durante un huracán como: tu libro favorito, la Biblia, un rosario, imágenes religiosas, juegos de mesa o cartas, entre otros.

Recuerda alimentarte bien durante el desayuno, almuerzo y cena. Consume meriendas y toma agua hasta saciar tu sed.



Si padeces de una enfermedad crónica como diabetes o alta presión arterial, trata que los alimentos que consumes durante una emergencia sean los más adecuados para tu condición.



Mantén mudas de ropa y tus productos de higiene personal para al menos 10 días.

Protégete de los Riesgos de tu Comunidad



Inundaciones Costeras

- Si tu hogar está en zona inundable, identifica posibles refugios a los cuales puedas asistir en caso de una inundación.
- Identifica áreas vulnerables a erosión.
- Maneja los canales pluviales y sanitarios.
- Mantén limpio el sistema de alcantarillado y canales pluviales.
- Identifica los puntos más altos (elevación) en la comunidad.
- Eleva pertenencias dentro del hogar.
- Llama a las agencias pertinentes para solicitar el desalojo seguro de tu hogar .

Una vez culmine la Inundación Costera

- En la medida posible, elimina el agua estancada del interior de tu hogar.
- Seca el exceso de humedad.
- Elimina los materiales húmedos.
- No consumas alimentos afectados por la inundación.



Deslizamientos (Derrumbes)

- Identifica lugares de posibles deslizamientos. Consulta con los vecinos y la comunidad sobre derrumbes o deslizamientos en el pasado.
- Identifica terrenos o lugares inestables (grietas, lloraderos de agua, árboles inclinados, pisos agrietados, escalones y otros).
- No permitas que se acumule basura o material vegetativo en los desagües, esto provocará que se filtre más agua al terreno aumentando su inestabilidad.
- De estar dentro del hogar utiliza un mueble para protegerte.
- Si estás en la vía de rodaje evita cruzar el área afectada.

Una vez ocurra el Deslizamiento

- Manténte lejos del área de deslizamiento.
- Mantén una distancia prudente e identifica estructuras afectadas o en peligro (tendido eléctrico, acueductos, tubería de aguas sanitarias u otras viviendas).
- Permanece en un lugar seguro y comunícate con las autoridades pertinentes

Números Importantes de tu Comunidad Refugios

Refugios	Dirección	Teléfono	Capacidad
Esc. Mercedes García de Colorado	Ave. Flor del Valle Final, Urb. Las Vegas	(787) 788 - 4025	100 personas
Esc. Rafael Cordero	Ave. Los Caños, Marginal Perucho Cepeda	(787) 788 - 1557	100 personas
Esc. Isaac Rosario	Ave. Flor del Valle, Urb. Las Vegas	(787) 788 - 7210	Información no disponible
Esc. Ramón B. López	Calle Perucho Cepeda (Final)	(787) 788 - 1723	Información no disponible
Esc. Inés M. Mendoza	Carr. 842, km 2.6, Caimito Bajo	(787) 720 - 2853	Información no disponible
Esc. Rafael Quiñones Vidal	Carr. 842, km 1 HM 9 Sec. Los Romeros BO. Caimito	(787) 720 - 4575	100 personas
Esc. Abelardo Díaz Alfaro	Carr. 842, km 6.4, Caimito Alto	(787) 720 - 0040	40 personas
Esc. Guillermina Rosado de Ayala	Calle 23 Esq. 29, Villas de Loíza (Carr. 186, Km 3.5)	(787) 256 - 2050	454 personas

Cataño

Caimito
San Juan

Loíza



Más información



Propósito	Agencia	Teléfono	Website
Calidad de agua	Programa del Estuario de la Bahía de San Juan	(787) 725 - 8165	www.estuario.org
Agua potable	Autoridad de Acueductos y Alcantarillados	(787) 620 - 2482	www.acueductospr.com
Electricidad	Autoridad de Energía Eléctrica	(787) 521 - 3434	www.aeepr.com
Transfusiones de sangre	Banco de Sangre de Servicios Mutuos de PR	(787) 751 - 6161	www.bssmpr.com
Salud	Centro Médico	(787) 777 - 3535	www.centromedicopr.com
Ayuda en emergencias	Cruz Roja de Puerto Rico	(787) 758 - 8150	www.cruzrojapr.net
Ayuda sicológica	Línea PAS de ASSMCA	1-800-981-0023	www.assmca.pr.gov
Incendios	Negociado del Cuerpo de Bomberos	(787) 343 - 2330	www.bomberos.pr.gov
Primeros auxilios	Negociado del Cuerpo de Emergencias Médicas	(787) 775 - 1200 (787) 749 - 8121	www.cempr.pr.gov
Preparación para emergencias	Negociado para el Manejo de Emergencias	(787) 724 - 0124	www.manejodeemergencias.pr.gov
Seguridad	Negociado de la Policía	(787) 343 - 2020	www.policia.pr.gov



ESTUARIO



San Juan Bay National Estuary Program
P U E R T O R I C O

Si deseas conocer más sobre las acciones del Estuario:

Visita nuestra página electrónica: www.estuario.org

Teléfono: (787) 725 - 8165

Redes Sociales: EstuarioSanJuan   



grant #CE99206923-1

El Programa del Estuario de la Bahía de San Juan (Estuario) es una corporación sin fines de lucro 501(c)(3) que por los pasados 24 años y por medio de iniciativas variadas, mejora la calidad del agua del sistema del Estuario de la Bahía de San Juan, y la de sus ecosistemas. Logramos esta misión por medio de la planificación, implementación y acciones de restauración. Involucramos en todos nuestros esfuerzos a la ciudadanía, a las comunidades y a los visitantes; y creamos alianzas con el sector gubernamental, privado y académico. Juntos debemos trabajar con mayor fuerza para restaurar la cuenca, y con esto el bienestar de las comunidades que dependen de ella.