

## Preparando un kit de emergencia

---

Los profesionales de soporte directo (DSP) siempre deben consultar con su organización para comprender sus directrices para la preparación de emergencias. Esta hoja de recomendaciones detalla los elementos básicos para incluir en cualquier kit de emergencia. **Asegúrese de revisar y reponer los alimentos y medicamentos vencidos en su kit de suministros cada seis meses.**

### Elementos a Incluir:

- Agua: un galón por cada persona, por cada día (prepare un suministro de 3 días para la evacuación y un suministro de 2 semanas para el hogar)
- Alimentos: alimentos no perecederos como frijoles enlatados, vegetales, etc. (prepare un suministro de 3 días para evacuaciones, un suministro de 2 semanas para el hogar). Incluya alimentos para aquellos con restricciones dietéticas prescritas.
- Linternas y baterías adicionales (asegúrese de verificar cada seis meses que las baterías estén funcionando)
- Botiquín de primeros auxilios
- N95 o mascarillas quirúrgicas
- Radio a pilas
- Medicamentos y artículos médicos (prepare un suministro de 7 días para cada persona que recibe apoyo)
  - Los medicamentos deben almacenarse en una bolsa o contenedor cerrado
- Artículos de saneamiento e higiene personal
- Copias de documentos personales importantes (información médica, comprobante de domicilio, pasaportes, certificados de nacimiento, pólizas de seguro, etc. para cada persona)
- Teléfono celular con cargador
- Información de contacto de emergencia para cada persona
- Dinero extra
- Mantas de emergencia
- Mapa de la ciudad o área
- Juego extra de llaves de casa y auto
- Ropa extra para cada persona
- Artículos confortables como juegos, cartas o peluche

### Más Información:

- Cruz Roja: <https://www.redcross.org/get-help/how-to-prepare-for-emergencies/survival-kit-supplies.html>
- Departamento de Seguridad Nacional: <https://www.ready.gov/kit>