



Plan de acción contra incendios forestales y hoja de sugerencias

Para pacientes

Utilice este plan y la hoja de sugerencias para mantenerse a salvo en caso de incendios forestales cerca donde vive. Revise esta información anualmente para que todas las personas estén listas para actuar en caso de humo a causa incendios forestales.

Los incendios forestales son peligrosos para su salud

Además de quemaduras y lesiones, pueden provocar interrupciones en la atención médica rutinaria y el acceso a medicamentos.

El humo de los incendios forestales también es peligroso para su salud

El humo de los incendios forestales aumenta el riesgo de problemas pulmonares, cardíacos y otras condiciones de salud. Es en particular peligroso si tiene problemas de salud continuos, como asma, EPOC o enfermedad cardíaca o de los vasos sanguíneos. Si hubiera un incendio forestal cerca de usted, es probable que también experimente exposición al humo. Si desea obtener más información sobre cómo protegerse del humo, consulte el [Plan de acción contra el humo de incendios forestales y hoja de sugerencias](#).

Antes de los impactos del humo de incendios forestales

Proteja su casa contra incendios forestales con anticipación al crear un “espacio defendible” y “reforzar su hogar”

El **espacio defendible** es el área de amortiguamiento que usted crea entre su casa y el césped, los árboles, los arbustos u otros elementos a su alrededor que se pueden incendiar. Dicho espacio puede retardar la propagación de incendios forestales y brindar a los bomberos un área de trabajo más segura. Puede crear un espacio defendible alrededor de su hogar al eliminar cualquier material inflamable alrededor del mismo. Se pueden encontrar otras medidas de precaución en: bit.ly/wildfire-defensible-space.

Asimismo, puede **reforzar su casa** al hacer cambios en los materiales o en la estructura para que se vuelva más resistente a los incendios. Para encontrar más sugerencias, visite: <https://readyforwildfire.org/prepare-for-wildfire/hardening-your-home/>

Regístrese para recibir alertas de emergencia que puede recibir en su teléfono celular o correo electrónico

Puede inscribirse en [NIXLE](#) para recibir alertas de emergencia

Para más información general sobre alertas, visite: [Alertas de emergencia | Ready.gov](#)

Si tiene un automóvil o un generador, asegúrese de que el tanque de combustible esté lleno

Mantenga su automóvil fuera del garaje en caso de que la puerta no se abra durante la evacuación.

Conozca su ruta y las acciones de evacuación y a donde debe trasladarse en caso de incendio forestal

Mi ruta de evacuación es: _____

Mi plan es trasladarme a: _____

Mantenga disponibles y a salvo copias de documentos importantes en caso de incendio forestal

Esta sugerencia incluye pólizas de seguro, listas de medicamentos y actas de nacimiento.

Tenga a la mano una mochila preparada y lista para llevar y otra para quedarse en casa con artículos de emergencia

En **Preparación de una mochila con artículos de emergencia**, puede encontrar más información sobre qué empacar en caso de evacuación por incendio forestal. Ponga todo junto en una sola mochila que esté lista para llevar. También debe preparar otra mochila por si tiene que quedarse en casa —es decir, si necesita refugiarse en su hogar— y tener suministros para una semana.

Plan para cortes de energía apagones

- Recargue el **equipo médico que requiera electricidad o baterías**.
- Tenga una hielera de reserva con hielo para **los medicamentos que requieran refrigeración** y un termómetro para verificar la temperatura dentro de la hielera.
- Si saca agua de un pozo con una bomba eléctrica, tenga un plan alternativo para tener suficiente agua para beber si se corta la luz.
 - **Mi plan alternativo para el agua potable es:** _____
- Si la calefacción o el aire acondicionado no funcionan, **considere la posibilidad de ir a un lugar donde estén disponibles**.
- Para mayor información, consulte **Haga un plan para cortes de electricidad**.

Busque al equipo de respuesta a emergencias de su comunidad (CERT, por sus siglas en inglés) y considere la posibilidad de formar parte del voluntariado para que, junto con su comunidad, se prepare para enfrentar emergencias

Incluso si no se inscribe, puede encontrar recursos para ayudar en casos de desastre en: https://community.fema.gov/PreparednessCommunity/s/welcome-to-cert?language=en_US

Durante los impactos de incendios forestales

Tenga un plan de evacuación e identifique con quién ponerse en contacto para obtener ayuda

Preste atención a los medios de comunicación locales para conocer las órdenes de evacuación. Sepa cómo salir de su casa; por ejemplo, dónde están las salidas y qué ventanas se pueden abrir.

Identifique una persona de contacto de emergencia al que puedan llamar todas las personas en su hogar.

Mi contacto en caso de emergencia es: _____

Su número de teléfono es: _____

Identifique un lugar preferido de evacuación y otro alternativo que cuenten con energía eléctrica de ser necesario. Se recomienda que, de ser posible, las dos ubicaciones se encuentren en lugares distintos al de su hogar.

Mis lugares de evacuación son:

1. _____

2. _____

En caso de evacuación, el vehículo/transporte que utilizaré es: _____

Si necesito ayuda en caso de evacuación, puedo llamar a:

Nombre	Teléfono
1. _____	_____

2. _____	_____
----------	-------

Conozca los riesgos que corre su salud por incendios en curso

Los incendios pueden provocar quemaduras, así como lesiones por el colapso de edificios y estructuras, caídas y accidentes automovilísticos durante la evacuación. Los mapas de incendios forestales en curso y el humo de los mismos se pueden encontrar en fire.airnow.gov. Para mayor información sobre los pronósticos de humo, consulte NOAA-HRRR (en el panel de la izquierda, haga clic en el pequeño ojo que está a la derecha de Surface Smoke (Humo en la Superficie). Después haga clic en el botón de reproducción en la esquina inferior izquierda de la pantalla).

Después de los impactos de incendios forestales

Conozca los riesgos que corre su salud después de un incendio forestal y cómo minimizarlos



Evite entrar o caminar cerca de edificios, árboles y postes de servicios públicos dañados. Espere la autorización oficial antes de ingresar a edificios dañados.

Planifique los cortes de energía. Si depende de la electricidad para dispositivos médicos, medicamentos o calefacción/refrigeración, desarrolle un plan de respaldo o considere la evacuación temprana.

Nunca use generadores ni quemadores de combustibles en interiores para generar calor porque puede provocar una intoxicación mortal por monóxido de carbono.

Manipule las cenizas con cuidado pues contienen sustancias químicas peligrosas. Use equipo de protección cuando limpie las cenizas y evite el contacto prolongado.

No toque los cables eléctricos caídos ya que pueden electrocutarle. Notifique a las autoridades de inmediato si encuentra alguno.

Tenga cuidado con las áreas calientes debido a que de permanecer así después de un incendio forestal pueden reavivarse sin previo aviso. Use zapatos de suela gruesa para protegerse de posibles quemaduras.

Protéjase de la contaminación del agua y del suelo. Los incendios forestales pueden liberar sustancias químicas nocivas que podrían contaminar el agua, los jardines y las granjas locales.

Prepárese para inundaciones posteriores a un incendio. El suelo se vuelve más susceptible a las inundaciones después de un incendio forestal. Tenga en cuenta el aumento del riesgo de inundaciones en el área afectada.

Tenga en cuenta los riesgos de deslizamiento de tierra después de un incendio. Los incendios forestales pueden desestabilizar el suelo, situación que aumenta el riesgo de deslizamientos, especialmente en las laderas.

