



# Temporada de Huracanes



La temporada de tormentas y huracanes comienza el 1ero de junio hasta el 30 de noviembre de cada año, por lo que usted y su familia, deberán desarrollar un Plan de Contingencia Familiar.


## ¿Qué es un Ciclón Tropical?


Es el nombre genérico para los sistemas organizados, cuyos vientos soplan alrededor de un centro u ojo en sentido contrario a las manecillas del reloj. Estos se clasifican de acuerdo a la intensidad de los vientos sostenidos:

- **Depresión Tropical:** Sistema organizado de nubes con una circulación definida y cuyos vientos máximos sostenidos son menores de treinta y nueve (39) mph.
- **Tormenta Tropical:** Sistema organizado de nubes con una circulación definida y cuyos vientos máximos sostenidos fluctúan entre treinta y nueve (39) y setenta y tres (73) mph.
- **Huracán:** Ciclón tropical de fuerte intensidad, cuyos vientos máximos sostenidos alcanzan o superan las setenta y cuatro (74) mph. Tiene un centro (ojo) definido, el cual presenta baja presión.

## Planificación antes del Ciclón Tropical

Prepare un bulto o maleta con los artículos necesarios en caso de emergencia y manténgalo en un área accesible. Los artículos que debe incluir son:

- ✓ Ropa (de vestir, interior) artículos de aseo personal (cepillo de dientes, desodorante, pasta, jabón, cepillo para peinarse, toalla, etc.)
- ✓ Medicamentos recetados/no recetados
- ✓ Documentos importantes (Identificación con foto y tarjeta del Plan Médico entre otros)
- Prepare su vehículo llenando el tanque de combustible. 


- Artículos de Primeros Auxilios.
- Mascarillas
- Guantes desechables
- Realice un Plan de Contingencia con su familia y vecinos ante cualquier eventualidad. Además, es importante tener un listado de los refugios que estarán disponibles.
- Agua embotellada
- Gel antibacterial de al menos 60% de alcohol
- Agua, por lo menos un galón por persona por día, para bañarse y propósitos sanitarios. Tenga suministros de emergencia al menos para diez (10) días.
- Alimentos no perecederos para por lo menos 10 días por persona.
- Alimentos para mascotas y agua adicional
- Toallas húmedas desechables, papel sanitario, bolsas de basura y papel toalla.
- Gas propano; linternas, lámparas solares.
- Dinero en efectivo
- Radios portátiles o solares; baterías; teléfono celular con cargador y batería externa. 

## Consejos para Almacenamiento de Agua

- Limpie y desinfecte los recipientes que utilizará para el almacenamiento de agua.
- Los recipientes deberán estar en un área fresca de la casa donde no reciban luz directa del sol.
- Cada recipiente para almacenamiento de agua debe tener su tapa.


- No utilice recipientes que hayan sido utilizados anteriormente para almacenar sustancias químicas o materiales peligrosos.
- El agua debe ser purificada antes de ser utilizada para ingerir, bañarse, cocinar, etc.

### Teléfonos en caso de una Emergencia

Tenga una lista de números de teléfono de las agencias de emergencias de su localidad más cercana, que incluye a la Policía y el Cuerpo de Bombero. 

- Negociado de Sistemas de Emergencia 9-1-1
- Línea PAS de ASSMCA 1-800-981-0023

### Después de un Ciclón Tropical

- Manténgase informado a través de la radio y televisión. 
- No utilice enseres eléctricos que se hayan mojado.
- De no haber electricidad, utilice linternas en lugar de velas. Estas pueden producir incendios de no ser vigiladas o colocadas en algún lugar seguro.
- Nunca utilice una planta eléctrica a menos de 20 pies de una ventana, puerta abierta o salida por donde los gases puedan penetrar en un área cerrada. Prevenga el envenenamiento por los gases de la misma.
- Utilice repelentes o mosquiteros para prevenir las picadas de mosquitos.
- Siempre respete las advertencias de posibles eventos que puedan poner en riesgo su vida.

### Recuerde:

La temporada de huracanes comienza el 1ero de junio hasta el 30 de noviembre de cada año. Es importante prepararse y desarrollar un Plan de Contingencia Familiar. Para esto, debemos tener suministros de emergencia, prepararnos para antes y después de un fenómeno atmosférico.

### Comuníquese con su Médico Primario:

De necesitar servicios de emergencia, no dude en comunicarse con su Médico Primario, este podrá ayudarle tanto física y emocionalmente antes, durante y después de un ciclón tropical.

### Importante:

Si usted necesita servicios de emergencia puede marcar el 9-1-1, o ir a cualquier Sala de Emergencias.

Si usted presenta algún síntoma que entienda requiere atención inmediata, antes de visitar una Sala de Emergencias, puede comunicarse libre de cargos a la Línea de Consejería Médica al 1-844-347-7801, veinticuatro (24) horas al día, siete (7) días a la semana. Usuarios de TTY/TDD deben llamar al 1-844-347-7804. Al llamar a la Línea de Consejería Médica antes de visitar una Sala de Emergencias, usted estará exento de pagar el copago por los servicios recibidos durante su visita a la Sala de Emergencias.

### Para información adicional

Departamento de Servicio al Cliente  
1-844-347-7800  
TTY/TDD 1-844-347-7805  
Visite nuestra página electrónica  
[www.firstmedicalvital.com](http://www.firstmedicalvital.com)

### Referencias:

NMEAD. Recuperado de <http://www.manejodeemergencias.pr.gov/>  
CDC. Recuperado de <https://www.cdc.gov/es/disasters/hurricanes/index.html>  
CDC. Recuperado de [https://www.cdc.gov/spanish/niosh/docs/96-118\\_sp/default.html](https://www.cdc.gov/spanish/niosh/docs/96-118_sp/default.html)