

CÓMO MANTENERSE SEGURO

EN CASO DE EXPLOSIÓN NUCLEAR

QUÉ HACER:
AHORA
Preparar

Identifique las ubicaciones de los refugios. Identifique la mejor ubicación de refugio cerca de donde pasa mucho tiempo, como el hogar, el trabajo y la escuela. Las mejores ubicaciones son subterráneas y en medio de edificios más grandes.

Mientras viaja, identifique refugios apropiados para buscar en caso de una detonación.

Las áreas al aire libre, los vehículos y las casas móviles NO proporcionan un refugio adecuado. Busque sótanos o el centro de grandes edificios de varios pisos.

Asegúrese de tener un kit de suministros de emergencia para los lugares que frecuenta y que podrían tener que permanecer durante 24 horas. Debe incluir agua embotellada, alimentos envasados, medicamentos de emergencia, una manivela o una radio a batería para obtener información en caso de que no haya electricidad, una linterna y baterías adicionales para artículos esenciales. Si es posible, guarde los suministros durante tres o más días.

QUÉ HACER:
DURANTE
Sobrevivir

Si se le advierte de un ataque inminente, ingrese inmediatamente al edificio más cercano y aléjese de las ventanas. Esto ayudará a proporcionar protección contra la explosión, el calor y la radiación de la detonación.

Si está al aire libre cuando ocurre una detonación, cúbrase de la explosión detrás de cualquier cosa que pueda ofrecer protección. Acuéstese boca abajo para proteger la piel expuesta del calor y los desechos voladores. Si está en un vehículo, deténgase de manera segura y agacharse dentro del vehículo.

Después de que pase la onda de choque, ingrese a la ubicación de refugio más cercana y mejor para protegerse de posibles consecuencias. Tendrá 10 minutos o más para encontrar un refugio adecuado.

Esté adentro antes de que lleguen las consecuencias. Los niveles más altos de radiación exterior de la lluvia radiactiva ocurren inmediatamente después de que llega la lluvia radiactiva y luego disminuyen con el tiempo.

Manténgase atento a las instrucciones actualizadas de los funcionarios de respuesta a emergencias. Si se le aconseja evacuar, escuche la información sobre rutas, refugios y procedimientos.

Si ha evacuado, no regrese hasta que los funcionarios locales le digan que es seguro hacerlo.

QUÉ HACER:
DESPUÉS
Manténgase seguro

Inmediatamente después de estar dentro del refugio, si pudo haber estado fuera después de que llegaron las consecuencias:

Quítese la capa exterior de ropa contaminada para eliminar la lluvia radiactiva y la radiación de su cuerpo.

Tome una ducha o lávese con agua y jabón para eliminar las consecuencias de cualquier piel o cabello que no esté cubierto. Si no puede lavarse ni ducharse, use una toallita o un paño húmedo limpio para limpiar cualquier piel o cabello que no esté cubierto.

Limpie cualquier mascota que estuviera afuera después de que llegaron las consecuencias. Cepille suavemente el pelaje de su mascota para eliminar cualquier partícula de lluvia radiactiva y lave a su mascota con agua y jabón, si está disponible.

Es seguro comer o beber alimentos envasados o artículos que estaban dentro de un edificio. No consuma alimentos o líquidos que estaban al aire libre descubiertos y pueden estar contaminados por la lluvia radiactiva.

Si está enfermo o lesionado, escuche las instrucciones sobre cómo y dónde obtener atención médica cuando las autoridades le digan que es seguro salir.



MIDDLETOWN
City of Middletown Health Department



July 2023