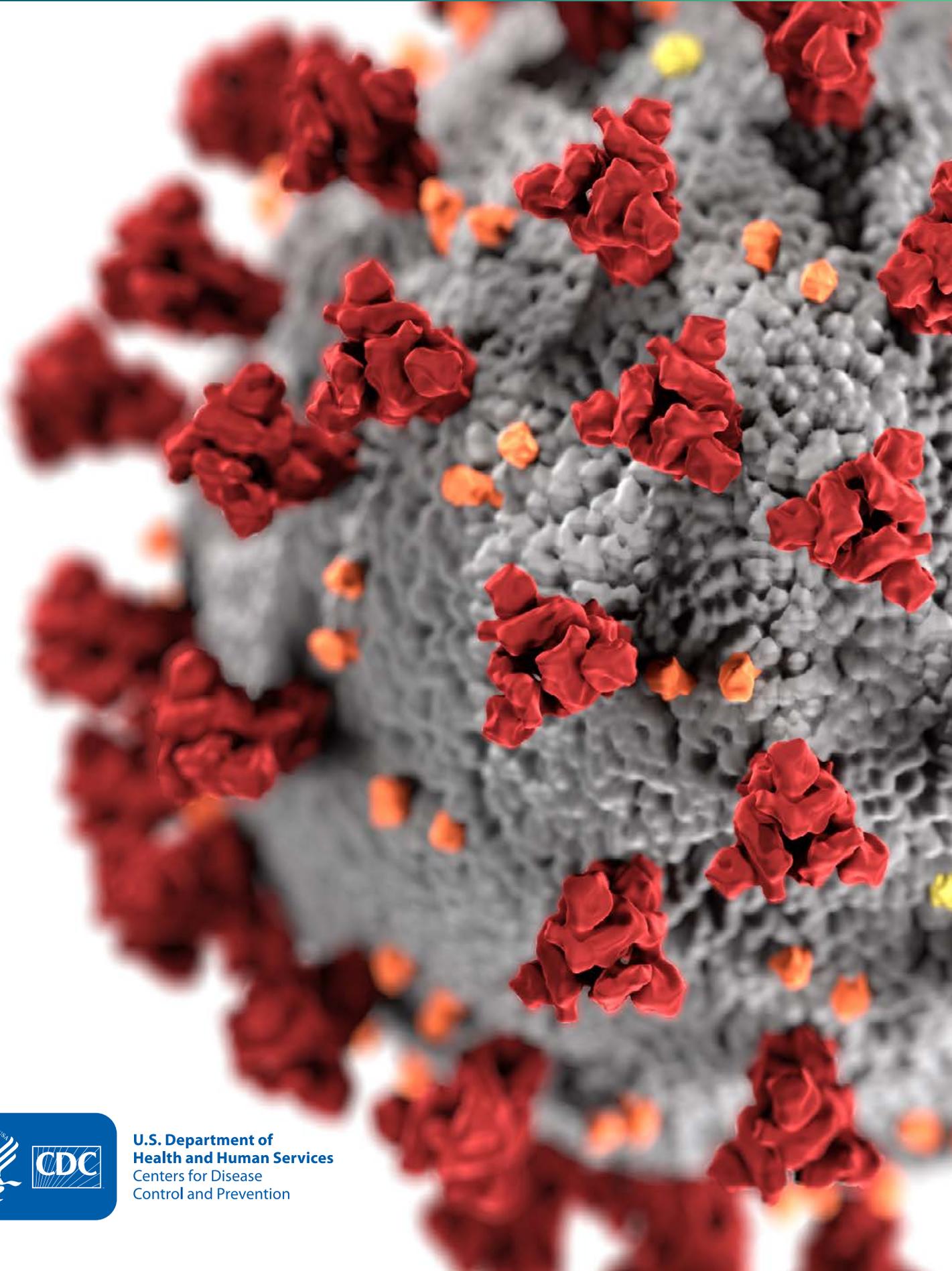


MENSAJES CLAVE RESPECTO A HURACANES: ANEXO SOBRE EL COVID-19

Preparación para huracanes durante la pandemia del COVID-19



**U.S. Department of
Health and Human Services**
Centers for Disease
Control and Prevention

CONTEXTO

Planificar para la temporada de huracanes y otros desastres potenciales puede ser estresante y, debido a que la temporada de huracanes del 2020 llega durante la pandemia de la enfermedad del coronavirus 2019 ([COVID-19](#)), esta podría ser especialmente estresante.

Los CDC han elaborado mensajes públicos para ayudar a las personas a prepararse, evacuar y refugiarse de manera segura en caso de tormentas severas, al tiempo que se protegen y protegen a los demás del COVID-19. Estos mensajes se basan en la colaboración entre expertos en los temas de desastres naturales y el COVID-19.

Las partes asociadas de salud pública y el manejo de emergencias pueden incorporar estos mensajes públicos como recurso en sus planes comunicacionales que aborden los riesgos previstos en los eventos climáticos extremos en los que haya fuertes vientos y una subida de las aguas. Las partes asociadas también pueden usar estos mensajes para elaborar materiales con información para diversos sectores de la población sobre cómo protegerse antes, durante y después de un huracán, una inundación o un desastre similar.

MENSAJES PÚBLICOS

Prepárese para la temporada de huracanes

- Comprenda que su planificación este año podría ser diferente debido a la necesidad de protegerse y proteger a los demás del COVID-19.
- Tómese más tiempo de lo habitual para [preparar sus alimentos, agua y suministros de medicamentos de emergencia](#). La entrega a domicilio es la opción más segura para comprar suministros para desastres; sin embargo, es posible que no sea una opción para todas las personas. Si comprar en persona es su única opción, tome medidas para [proteger su salud y la salud de los demás cuando haga diligencias esenciales](#).
- Protéjase y proteja a los demás al surtir los [medicamentos recetados](#), limitando las visitas en persona a la farmacia. Inscríbese al pedido por correo o haga con tiempo los pedidos de medicamentos por teléfono, y use el servicio por ventanilla o la recogida desde el auto, si es posible.
- Preste atención a las directrices locales sobre los planes actualizados para evacuaciones y refugios, incluidos [los refugios para las mascotas](#).
- Si tiene que evacuar, prepare un “kit listo” con [artículos personales](#) de los que no pueda prescindir durante una emergencia. Incluya artículos que pueden ayudarlo a protegerse y a proteger a los demás del COVID-19, como desinfectante de manos con al menos 60 % de alcohol, jabón en barra o líquido, toallitas desinfectantes (si están disponibles), y dos mascarillas para cada persona. Las mascarillas no se deben usar en niños menores de 2 años. Tampoco deben usarlas las personas que tengan dificultad para respirar o que estén inconscientes, incapacitadas o que no se las puedan quitar sin ayuda.

- Cuando vaya a verificar si sus vecinos y amigos están bien, asegúrese de seguir las recomendaciones de [distanciamiento social](#) (mantener al menos 6 pies de distancia de los demás) y [otras recomendaciones de los CDC](#) para protegerse a sí mismo y a las otras personas.

Prepárese para una evacuación

- Si tiene que evacuar, prepare un “kit listo” con [artículos personales](#) de los que no pueda prescindir durante una emergencia. Incluya artículos que pueden ayudarlo a protegerse y a proteger a los demás del COVID-19, como desinfectante de manos con al menos 60% de alcohol, jabón en barra o líquido, toallitas desinfectantes (si están disponibles), y dos mascarillas para cada persona. Las mascarillas no se deben usar en niños menores de 2 años. Tampoco deben usarlas las personas que tengan dificultad para respirar o que estén inconscientes, incapacitadas o que no se las puedan quitar sin ayuda.
- Sepa de un lugar seguro para refugiarse y tenga varias formas de recibir alertas meteorológicas, como las [alertas enviadas a su celular](#) por el Servicio Nacional de Meteorología, la [Radio Meteorológica de la Oficina Nacional de Administración Oceánica y Atmosférica \(NOAA\)](#), o las alertas del ([@NWS](#)) publicadas en Twitter.
- Averigüe si el refugio público local está abierto en caso de que deba evacuar su casa e ir allí. La ubicación del refugio este año podría ser diferente, debido a la pandemia del COVID-19.
- Siga las directrices de los funcionarios locales de salud pública y manejo de emergencias sobre cuándo y dónde refugiarse.
- [Haga un plan y prepare un kit para desastres para sus mascotas](#). Averigüe si su refugio para desastres aceptará mascotas. Por lo general, cuando los refugios permiten mascotas, estas se alojan en un área separada de las personas.
- Siga [precauciones de seguridad cuando use medios de transporte](#) para evacuar. Si se aleja de su comunidad para evacuar, siga [las precauciones de seguridad para viajeros](#) para protegerse y proteger a otros contra el COVID-19.

Quedarse con amigos o familiares

Si va a quedarse con amigos o familiares fuera de su casa para evacuar debido a la tormenta:

- Hable con quienes planea quedarse sobre cómo todos pueden protegerse lo mejor posible contra el COVID-19.
- Asegúrese de considerar si en alguno de los dos hogares hay alguien que tenga un [riesgo mayor de enfermarse gravemente a causa del COVID-19](#), incluidos los adultos mayores o las personas de cualquier edad que tengan afecciones subyacentes. Asegúrese de que todos sepan lo que pueden hacer para mantenerlos seguros frente al COVID-19.
- Tome [acciones preventivas diarias](#), como cubrirse adecuadamente la nariz y la boca al toser y estornudar, lavarse las manos frecuentemente, y evitar tocarse los ojos, la nariz y

la boca sin haberse lavado las manos. Considere tomar [precauciones adicionales para las personas que vivan juntas en espacios reducidos](#).

- Sepa qué hacer si alguien en su familia o en la casa donde se esté quedando se enferma con el COVID-19. Tome medidas para [mantener a sus mascotas seguras](#) también.

Quedarse en un refugio público para desastres

- Si debe ir a un refugio para desastres, siga las recomendaciones de los CDC para mantenerse seguro y sano en un [refugio público para desastres](#) durante la pandemia del COVID-19.
- [Practique el distanciamiento social](#). Manténgase a una distancia de al menos 6 pies de otras personas que no sean parte de su hogar.
- Cumpla con las [medidas preventivas de los CDC para el COVID-19](#): lávese las manos con frecuencia, cúbrase la nariz y la boca al toser y estornudar, y cumpla con las políticas del refugio sobre el uso de [mascarillas](#). Si es posible, evite compartir alimentos y bebidas con los demás.
- Cumpla con las políticas y los procedimientos del refugio para proteger a todas las personas en el lugar, especialmente a quienes tengan mayor riesgo de enfermarse gravemente a causa del COVID-19, incluidos los [adultos mayores y las personas de cualquier edad que tengan afecciones subyacentes graves](#).
- Evite tocar las superficies de contacto frecuente, como las barandas, tanto como sea posible. [Lávese las manos](#) con agua y jabón por al menos 20 segundos o use un desinfectante de manos que contenga al menos un 60 % de alcohol inmediatamente después de tocar estas superficies.
- Mantenga el área donde vive en el refugio [limpia y desinfecte](#) los objetos que se tocan frecuentemente, como juguetes, teléfonos celulares y otros aparatos electrónicos.
- [Si se siente enfermo](#) al llegar al refugio o empieza a sentirse enfermo mientras esté allí, avísele inmediatamente al personal.

Ayude a sus hijos a mantenerse a salvo mientras estén en un refugio público

- Enseñe y refuerce las [medidas preventivas diarias](#) para [mantener a los niños sanos](#).
- Asegúrese de que los niños de 2 años o mayores usen mascarillas. Las mascarillas no se deben usar en niños menores de 2 años. Tampoco deben usarlas las personas que tengan dificultad para respirar o que estén inconscientes, incapacitadas o que no se las puedan quitar sin ayuda.
- Sea un buen ejemplo: si usted se lava las manos con frecuencia, es más probable que sus hijos hagan lo mismo.
- Ayude a sus hijos a mantenerse a por lo menos 6 pies de distancia de cualquier persona que no sea parte de su hogar.

- Esté atento a [cualquier signo de enfermedad](#) en su hijo y dígame al personal del refugio si su hijo podría estar enfermo.
- Trate de hacer frente al desastre con calma y seguridad, ya que esto puede proporcionarles el mejor [apoyo a sus hijos. Ayude a los niños a sobrellevar las emergencias](#).

Manténgase seguro después de un huracán

Además de seguir la guía para mantenerse seguro y sano [después de un huracán](#), tome en cuenta lo siguiente:

- Debe continuar tomando [medidas preventivas](#) para protegerse y proteger a otros del COVID-19, como lavarse las manos y usar una [mascarilla](#) durante la limpieza o cuando regrese a casa.
- Es posible que tome más tiempo de lo normal restablecer la electricidad y el agua si están cortadas. Tome [medidas para prevenir la intoxicación por monóxido de carbono](#), si usa un generador.
- Si está lesionado o enfermo, comuníquese con su proveedor de atención médica para que le recomiende un tratamiento. [Mantenga limpias las heridas](#) para prevenir infecciones. Recuerde: tener acceso a la atención médica durante la pandemia podría ser más difícil que de costumbre.
- Enfrentarse a desastres puede causar estrés y emociones fuertes, particularmente durante la pandemia del COVID-19. Es natural sentir ansiedad, tristeza y preocupación. [Sobrellevar estos sentimientos y buscar ayuda](#) cuando la necesite los ayudarán a usted, a su familia y a su comunidad a recuperarse.
- Las personas con afecciones de salud mental preexistentes deben continuar con su tratamiento y estar atentas por si presentan nuevos síntomas o si los que tienen empeoran. Se puede encontrar información adicional en el sitio web de la [Administración de Salud Mental y Abuso de Sustancias](#).
- Después de un huracán, no es inusual que ratas, ratones y otras plagas intenten entrar a su casa o edificio. Tenga en cuenta que con los cierres de restaurantes y otros negocios debido al COVID-19, ya se ha reportado una [mayor actividad de roedores](#) que buscan otras fuentes de alimento. Siga las recomendaciones para [mantener a las plagas fuera de su casa](#).

Protéjase y proteja a los demás contra el COVID-19

- Conozca los [signos y síntomas del COVID-19](#), como tos, falta de aire o dificultad para respirar, fiebre, escalofríos, dolores musculares, dolor de garganta y pérdida reciente del gusto o del olfato. Sepa qué hacer si [usted o alguien en su hogar se enferma](#).
- [Ponga en práctica acciones preventivas diarias](#) para mantenerse y mantener a otros seguros frente al COVID-19.

- Tome [precauciones adicionales si a usted se lo considera en mayor riesgo](#) de enfermarse gravemente a causa del COVID-19, incluso si usted es un adulto mayor o alguien con afecciones subyacentes.
- Considere tomar [precauciones adicionales](#) si tiene una discapacidad, está sin hogar, está embarazada o amamantando, pertenece a una minoría racial o étnica, o está cuidando a alguien con demencia.

MENSAJES PARA LOS MEDIOS SOCIALES

- Este año, prepararte para la temporada de huracanes es un poco más complicado. Reserva más tiempo para conseguir suministros y, si es posible, incluye desinfectante de manos y mascarillas en tus “kits listos”, en caso de que tengas que evacuar. <https://www.cdc.gov/es/disasters/hurricanes/covid-19/prepare-for-hurricane.html>
- La temporada de huracanes comienza el 1 de junio. Durante la pandemia del #COVID19, toma más tiempo de lo habitual para preparar tus suministros de emergencia de alimentos, agua y medicamentos. <https://www.cdc.gov/es/disasters/hurricanes/covid-19/prepare-for-hurricane.html>
- ¿Estás preparándote para la temporada de huracanes? Para evitar la exposición al #COVID19, prueba la entrega a domicilio al comprar los suministros para desastres. Si esta opción no existe, asegúrate de tomar medidas para proteger tu salud y la salud de los demás cuando hagas diligencias esenciales. <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/essential-goods-services.html>
- Prepara un “kit listo” con artículos personales de los que no puedas prescindir en caso de que tengas que evacuar a causa del #Huracán. Incluye desinfectante de manos, jabón y dos mascarillas por persona para protegerte y proteger a otros contra el #COVID19. <https://www.cdc.gov/es/disasters/hurricanes/covid-19/prepare-for-hurricane.html>
- Mantén a tus mascotas a salvo durante el #Huracán. Comunícate con la oficina local de manejo de emergencias y pregunta si tienen lugares de refugio para personas con mascotas. <https://www.cdc.gov/healthypets/emergencies/index.html>
- Averigua si el refugio público local está abierto durante el #Huracán, en caso de que debas evacuar. La ubicación del refugio podría ser diferente este año, debido a la pandemia del #COVID19. <https://www.cdc.gov/es/disasters/hurricanes/covid-19/public-disaster-shelter-during-covid.html>
- Si necesitas quedarte en un refugio para desastres durante el #Huracán, toma medidas para protegerte y proteger a otros contra el #COVID19. Más información: <https://www.cdc.gov/es/disasters/hurricanes/covid-19/public-disaster-shelter-during-covid.html>
- Lávate las manos con frecuencia y cúbrete la boca y la nariz al toser y estornudar mientras estés en un refugio para desastres. Cumple con la política del refugio sobre el uso de mascarillas. Toma otras medidas preventivas para mantenerte y mantener a otros seguros frente al #COVID19 <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/prevention.html>

- Continúa tomando medidas preventivas, como lavarte las manos y usar una mascarilla durante la limpieza o cuando regreses a casa después del #Huracán. <https://www.cdc.gov/es/disasters/hurricanes/covid-19/prepare-for-hurricane.html>
- Es posible que tome más tiempo de lo normal recuperar el suministro de electricidad y agua después del #Huracán. Si usas un generador, toma medidas para prevenir la intoxicación por monóxido de carbono. https://www.cdc.gov/co/es/generatorsafetyfactssheet_esp.html

RECURSOS ADICIONALES

- Sitio web sobre el coronavirus (COVID-19):
 - » <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>
- Recursos de comunicación sobre el COVID-19:
 - » <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/communication/index-sp.html>
- Preguntas frecuentes sobre el COVID-19:
 - » <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq-sp.html>
- Ir a un refugio público para desastres durante la pandemia del COVID-19:
 - » <https://www.cdc.gov/es/disasters/hurricanes/covid-19/public-disaster-shelter-during-covid.html>
- Desastres naturales, tiempo severo y el COVID-19
 - » https://www.cdc.gov/disasters/covid-19/disasters_severe_weather_and_covid-19.html
- Preparación para huracanes durante la pandemia del COVID-19:
 - » <https://www.cdc.gov/es/disasters/hurricanes/covid-19/prepare-for-hurricane.html>

cdc.gov/coronavirus



**U.S. Department of
Health and Human Services**
Centers for Disease
Control and Prevention