

- Si la víctima está sangrando:
  - Cubra la herida con vendas y haga presión
  - Si el sangrado continúa, aplique vendas adicionales
  - Reduzca los riesgos durante la atención a la víctima: evite el contacto directo con la sangre y otros fluidos corporales
  - Lave sus manos minuciosamente con agua y jabón después de haber brindado atención

- Pasos a seguir en caso de emergencia:
  - Revise el escenario para asegurarse de que no hay riesgo al acercarse y entonces revise a la víctima
  - Llame al 911 si la víctima está inconsciente, sangrando severamente o si tiene una lesión que ponga su vida en peligro
  - Atienda a la víctima, controle el sangrado, atienda las lesiones, y el shock. Quedese con la víctima hasta que llegue la ayuda

## TARJETA EN CASO DE EMERGENCIA

- Durante el terremoto:
  - Agáchese debajo de una mesa o un mueble grande
  - Cubra su cabeza y cuello con sus brazos
  - Agárrese hasta que pare el temblor
  - Personas que usan sillas de ruedas: Ponga el freno y cubra su cabeza con sus brazos
  - Conductores; Orilíese: No bloquee la calle. Quedese dentro de su auto
- Después del terremoto:
  - Espere repeticiones de los temblores. Cada vez que sienta uno, agáchese debajo de un mueble pesado, cúbrase y agárrese
  - Tenga cuidado con objetos que puedan caer y líneas de electricidad flojas
  - Revise y atienda las lesiones que usted u otras personas puedan tener
  - Revise su hogar, apague incendios pequeños y si huele a gas, apague la línea del gas y abandone el edificio

## TERREMOTO

## TARJETA EN CASO DE EMERGENCIA

PHARMACY NAME & PHONE NUMBER

NEPHROLOGIST NAME & PHONE NUMBER

DIALYSIS CLINIC NAME & PHONE NUMBER

NAME

I AM A DIALYSIS PATIENT



**American Red Cross**

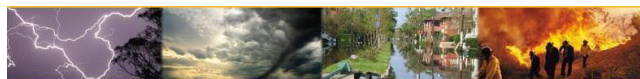
Bay Area Chapter

1-877-773-7229

WWW.REDCROSSBAYAREA.ORG

TARJETA EN CASO DE EMERGENCIA TARJETA EN CASO DE EMERGENCIA

Working In Partnership with the KCER Coalition  
[www.kcercoalition.com](http://www.kcercoalition.com)



## CONTACTO EN CASO DE EMERGENCIA

Si tu y tus más queridos están separados durante un desastre, cada uno llamará a su contacto designado para informar su lugar y condición. Dicho contacto deberá estar fuera-del-estado ya que serán más fáciles las llamadas a larga distancia después del desastre.

### LOCAL

Nombre

Casa/Celular

Trabajo

### FUERA-DEL-ESTADO

Nombre

Casa/Celular

Trabajo

## LUGARES DE ENCUENTRO

Podrás reunir a los más queridos, en caso de desastre, identificar sus propios lugares de encuentro y saber los lugares de evacuación en el colegio y trabajo.

Cerca de casa (ej: calle de enfrente, esquina)

Fuera del vecindario (ej: parque, edificio público)

Lugar de evacuación en el trabajo (ej: calle de enfrente, esquina)

Números de colegios / guardería & refugios.

## TARJETA EN CASO DE EMERGENCIA INCENDIO

En caso de incendio:

- Planee siempre dos rutas de escape de cada cuarto
- Si ocurre un incendio, échese al suelo y gátée. Salga tan pronto como pueda y ¡Quédese fuera!
- Si usted está detrás de una puerta cerrada palpe la puerta antes de abrirla. Si la puerta está caliente encuentre otra forma de salir
- Una vez que esté fuera, quédese fuera. Nunca regrese a un edificio en llamas
- Si está atrapado dentro, vaya a la ventana y haga señales de ayuda

Para usar un extinguidor para incendios pequeños, recuerde los siguientes pasos:

- Tire del broche
- Apunte la boquilla a la base del incendio
- Oprima la palanca
- Esparza la espuma de lado a lado

## SIGA LOS CONSEJOS DE LOS OFICIALES LOCALES

Si le piden:

- Evacuar - Lleve sus suministros para desastres, sus mascota(s) y cierre su casa.
- Refugiarse en su Propio Domicilio - Cierre y asegure las ventanas, puertas y respiraderos para el calor/frío. Ponga toallas húmedas debajo de las puertas o en cualquier lugar por donde pueda entrar el aire.
- Quedarse en su Casa en Cuarentena - Si ocurre una pandemia, se le puede pedir que limite su contacto con el exterior. Siga las instrucciones del Departamento de Salud Pública. Para reducir su necesidad de salir durante una pandemia, almacene en su casa comida, agua y otros suministros

**Escuche la radio o televisión para más información**