

# HISTORIAS DE SOBREVIVIENTES

## EN AGUAS PROFUNDAS



¡Una historia de la vida real! ¡Qué puede hacer para ser un sobreviviente!

Esta Historia de Sobrevivientes se basa en experiencias de la vida real de un sobreviviente a una catástrofe.

Gracias de todo corazón a aquellas personas que han compartido sus historias con nosotros con la esperanza de ayudar a otros a prepararse para ser sobrevivientes.

Lea otras Historias de Sobrevivientes en esta serie:



#1: El ojo de la tormenta en Houston



#2: En aguas profundas



#3: Réplicas

# En Aguas Profundas



2 de diciembre  
de 2007.  
Adna,  
Washington.

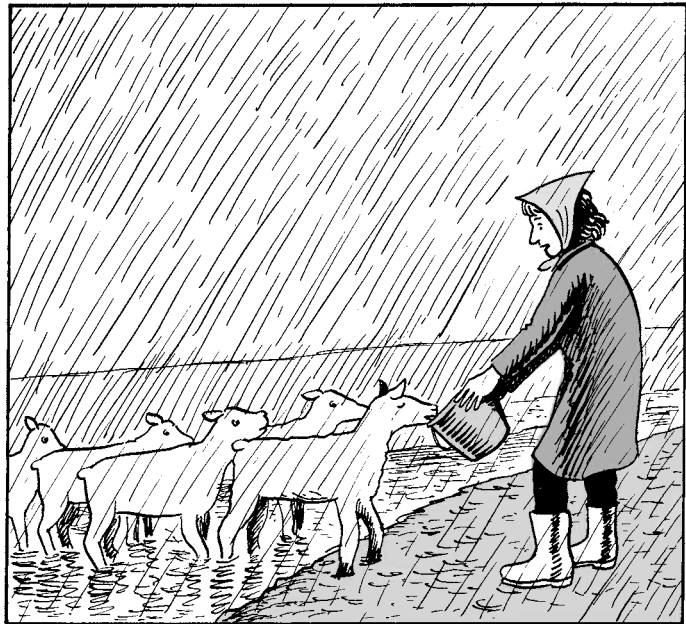
Cuando vives cerca del río, sabes que sube, así que estás atento a las señales. Pero fue imposible predecir la rapidez y la furia con la que crecería el río esta vez.



¡Meg! El agua está subiendo bastante rápido. Creo que es mejor retirar a los niños de la escuela.

Llevaré las ovejas al granero.







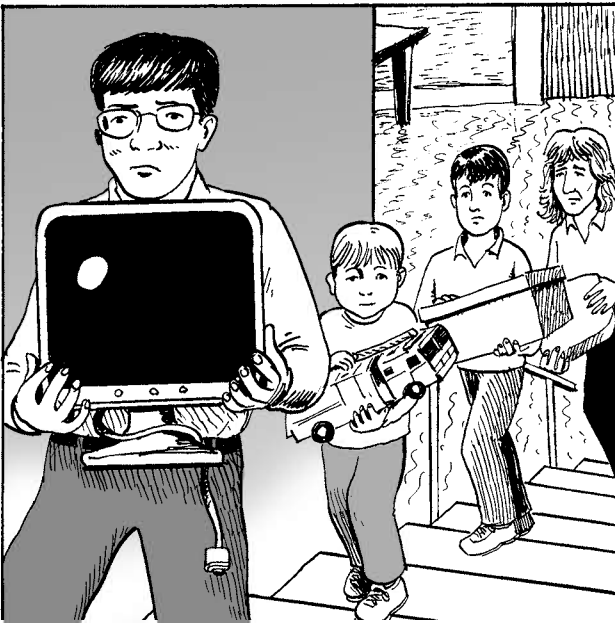
Fue un gran alivio cuando mi esposo Brad y los niños llegaron a casa.



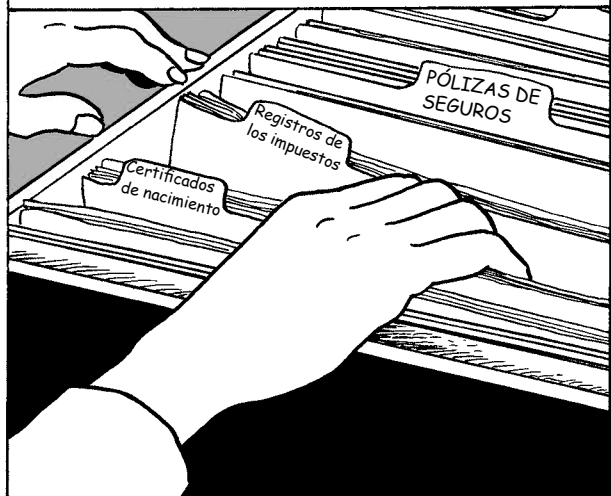
Con la ayuda de Brad y de mi hijo mayor llevamos y empujamos la mayor parte del rebaño hacia el granero.



Nos pareció bien calentarnos con un almuerzo rápido. Pero pronto nos dimos cuenta que la situación iba a ponerse mucho peor.



Recordé tomar nuestros documentos más importantes, aunque los archivadores eran muy pesados para llevarlos arriba.



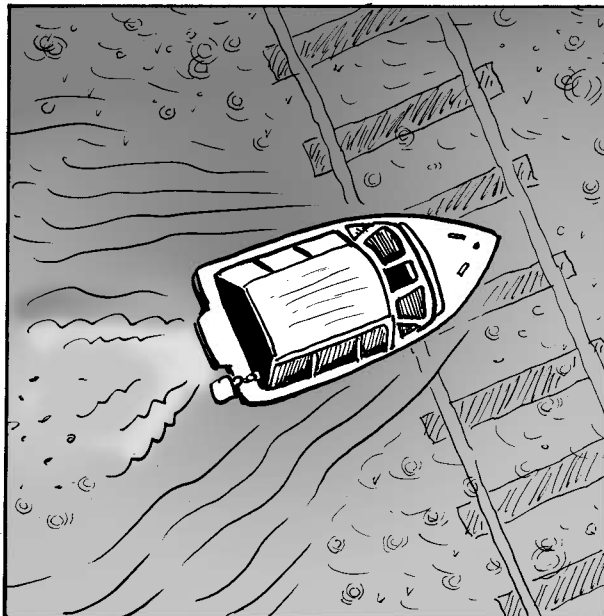
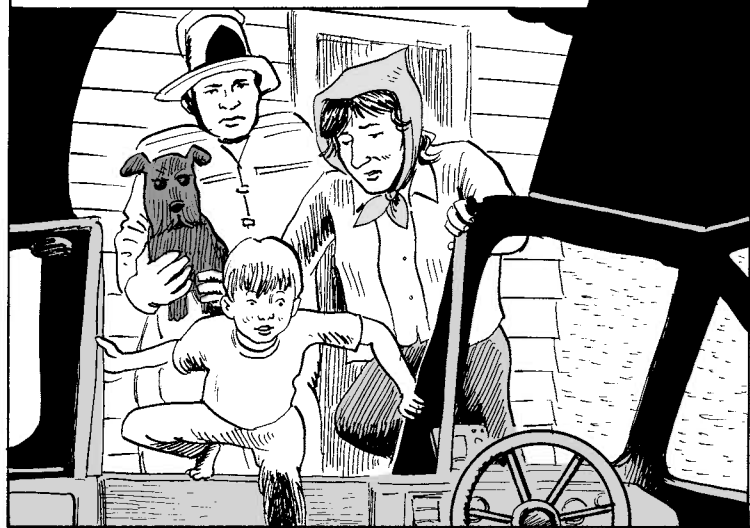
Desconecté la electricidad justo a tiempo. Después de eso, todo estaba oscuro y frío.

No podemos salir manejando. Hay demasiada agua.

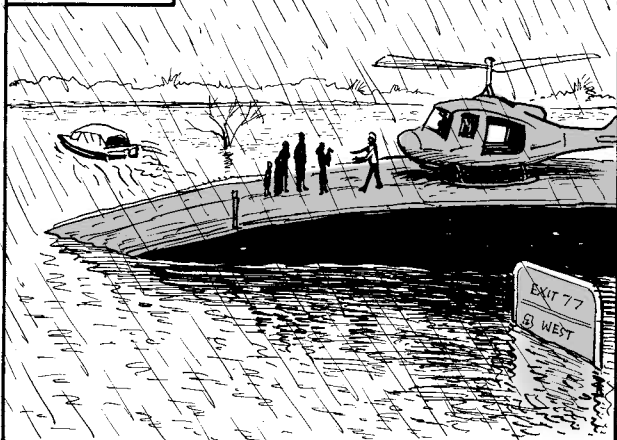
Vamos arriba con los niños. ¡El agua sigue subiendo!



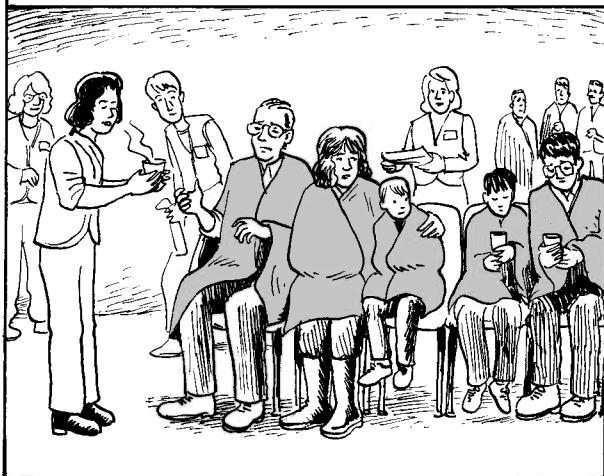
Tuvimos suerte de que una lancha de rescate nos viera a través de la ventana.



La lancha nos llevó hasta un sector de la carretera que estaba por encima del nivel del agua. Allí nos recogió un helicóptero y nos llevó a un refugio en la escuela primaria.



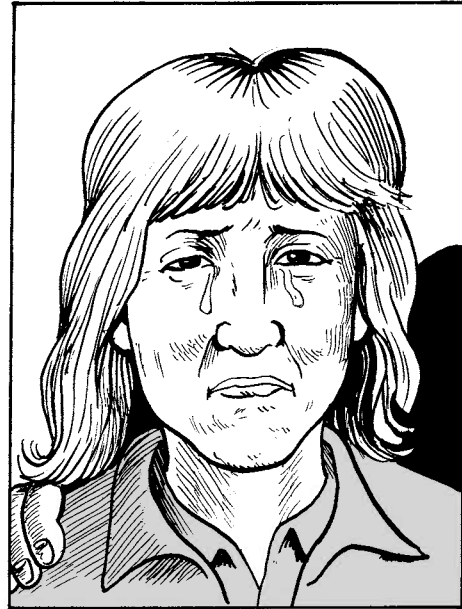
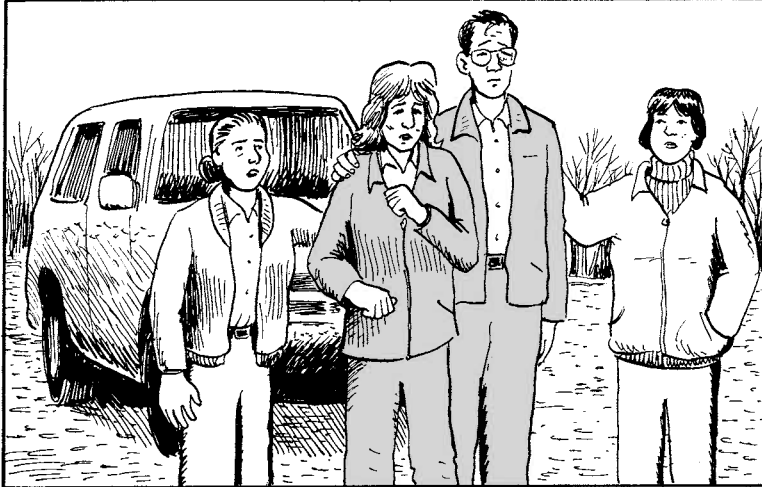
En el refugio me sorprendió ver cuántas personas estaban ayudando, traían alimentos, ropa y mantas y se aseguraban de que estuviéramos cómodos.



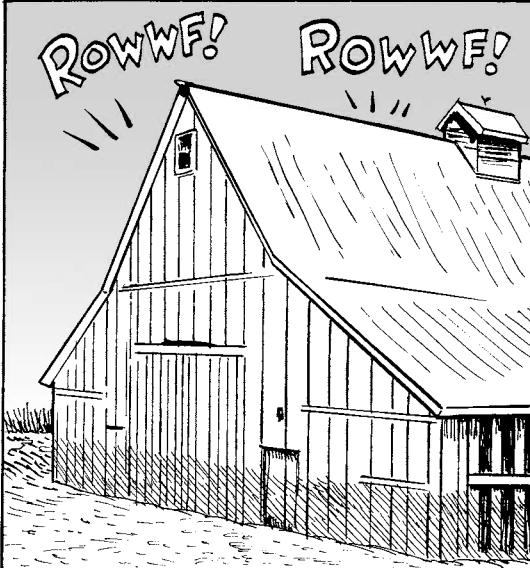
No pudimos volver a nuestra granja por un par de días. En el camino vimos que todas las casas de Adna habían sido dañadas por la inundación.



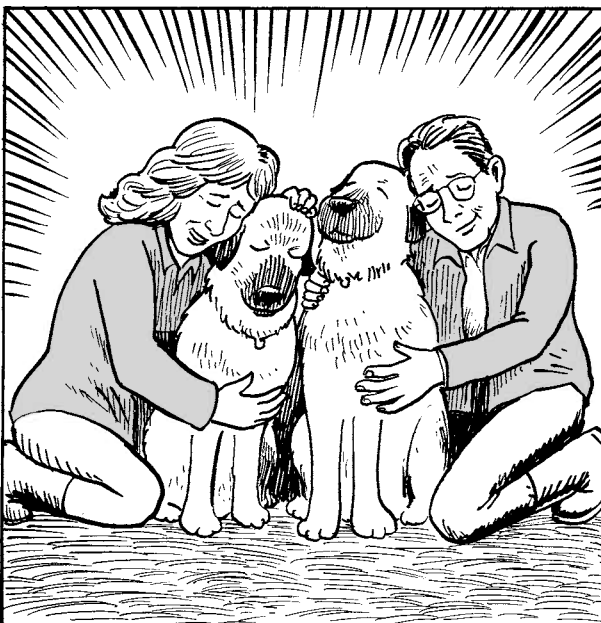
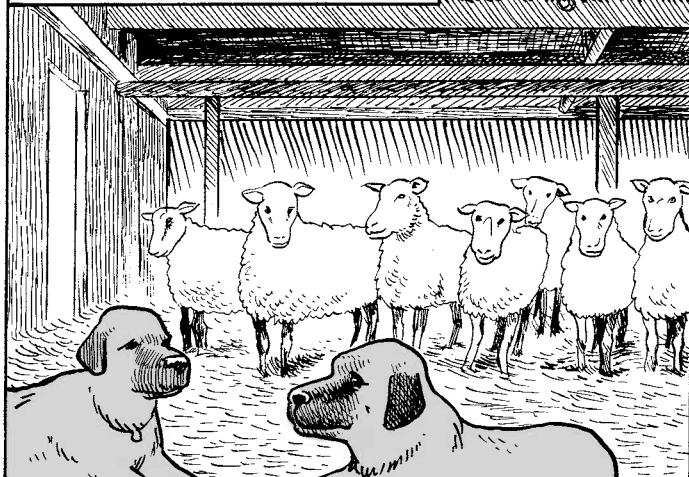
Me sentí desfallecer cuando vi lo que había ocurrido con nuestra granja, especialmente cuando vi todas las ovejas que habíamos perdido. Gracias a Dios, mis amigos estaban allí para apoyarnos.



Luego escuchamos un sonido familiar.



Brutus y Jewel, nuestros perros guardianes, habían hecho su trabajo con valentía. Un pequeño grupo de ovejas que sobrevivió había sido conducido hacia el punto más alto del granero.



Nuestra casa estaba en pie, pero todo lo que había en la planta baja estaba empujado y había lodo por todos lados.



Había incluso más barro y lodo en toda la granja y en el granero.  
Los químicos habían contaminado el barro y el agua del pozo.



Y así comenzó el trabajo de recuperación, y aprendí cuánta gente maravillosa hay en el mundo.



¡El primer día cincuenta personas se acercaron a ayudar, y había algunas a quienes no conocía!



Mi amiga Laura fue maravillosa. Sabía qué había que hacer y coordinaba a los voluntarios.



Nuestras líneas de teléfono e internet no funcionaban así que un amigo que vive lejos se transformó en nuestro centro de comunicaciones.





Durante un año, más de 500 personas se acercaron a ayudarnos. Algunas eran amigos y vecinos, y otras extraños de otros pueblos.



Febrero de 2010.

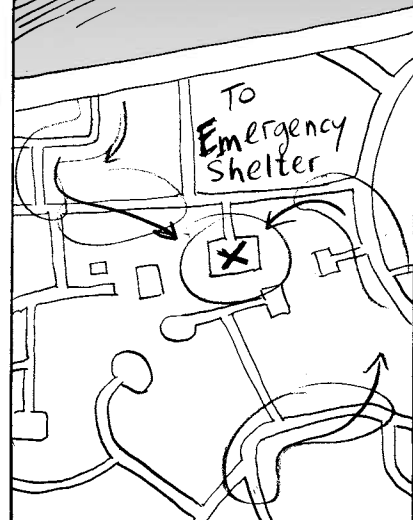
Fue hace unos años, pero nuestra granja ahora está de nuevo produciendo al máximo.



Si vive en una planicie inundable, le aconsejaría que considere el peor escenario posible. ¡Que obtenga un seguro contra inundaciones!



Debe conocer cuáles son las rutas de escape.



Mantenga los documentos importantes y las cosas de valor en un lugar seguro, alto.



Tenga un plan para sus mascotas. Encuentre un lugar seguro para que permanezcan ahí o llévelos con usted si debe evacuar.



Sepa cómo desconectar el agua, el gas y la electricidad.



Los niños quizás necesiten apoyo adicional. Comparta los planes de emergencia con los niños.

Llamen a la abuela si no están con nosotros y ocurre una emergencia.



Después de un desastre, hable con sus hijos para saber cómo se sienten. Hágales saber que estará ahí para cuidarlos.

Lamento que tus libros se hayan arruinado. Está bien sentirse triste.



Y yo aprendí cuán importante es tener mi propia red de apoyo.



# Prepárese para ser un sobreviviente

## Elabore un plan de emergencia.

**Conozca los peligros que pueden causar las catástrofes en el lugar donde usted vive.** Determine las necesidades de su familia y la manera para sobrevivir a estos peligros. Considere las necesidades especiales de otras personas como los adultos mayores o aquéllas con discapacidades.

**Desarrolle y practique un plan de comunicaciones.** ¿Sabría qué hacer si las líneas de teléfono se cortaran? Tenga un contacto fuera del estado para que sus familiares llamen en caso de que las líneas locales no funcionen.

**Desarrolle y practique un plan de evacuación en el caso que debiera dejar su casa.** Esté preparado para cumplir con las solicitudes y órdenes de evacuación de parte de los líderes locales.

## Prepare un kit de emergencia.

Ésta es una lista de elementos básicos para su kit. Agregue más si puede hacerlo.

- Agua (1 galón por persona por día)
- Alimentos no perecederos (entre 3 y 5 días de alimento por persona)
- Ropa (1 cambio de ropa y calzado por persona)
- Medicamentos (para 3 días)
- Linterna y baterías
- Un abrelatas
- Radio a batería y baterías
- Elementos de higiene personal (jabón, papel higiénico, cepillo de dientes)
- Kit de primeros auxilios (vendas, antisépticos, medicamentos sin recetas)
- Cobija
- Elementos para necesidades especiales como otro par de anteojos, baterías cargadas para sillas de ruedas y audífonos, alimento para mascotas, pañales

## Participe.

Para obtener más información sobre cómo prepararse para emergencias:

Cruz Roja Americana

[redcross.org](http://redcross.org)

Departamento de Seguridad Nacional de Estados Unidos

[ready.gov](http://ready.gov)

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

[cdc.gov](http://cdc.gov)

Agencia Federal para el Manejo de Emergencias

[fema.gov](http://fema.gov)

Recursos de planificación de salud pública para comunidades:

Centro de Práctica Avanzada de Seattle y el Condado de King

[www.apctoolkits.com](http://www.apctoolkits.com)

Centro de Práctica Avanzada (APC) NACCHO

[www.naccho.org/topics/emergency/APC/index.cfm](http://www.naccho.org/topics/emergency/APC/index.cfm)



Desarrollado por el Centro de Práctica Avanzada de Salud Pública de Seattle y el Condado de King

Financiamiento provisto por el Acuerdo cooperativo número 1H75TP000309-01 de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) para la Asociación nacional de funcionarios de salud de condados y ciudades (NACCHO, por sus siglas en inglés). Los contenidos son únicamente responsabilidad de los autores y no representan necesariamente las opiniones oficiales de los CDC o la NACCHO.

