

# ESTOY LISTO

## LIBRO DE ACTIVIDADES PARA PREPARARSE EN CASO DE INUNDACIÓN



**US Army Corps  
of Engineers®**



¡Hola! El Cuerpo de Ingenieros del Ejército de Estados Unidos ha creado este divertido libro de actividades para ayudarte a estar preparado si hay inundaciones. Una inundación es un acontecimiento natural que puede presentarse en cualquier momento si te encuentras cerca de algún cauce. La idea puede asustarte, pero si estás bien preparado estarás más seguro!

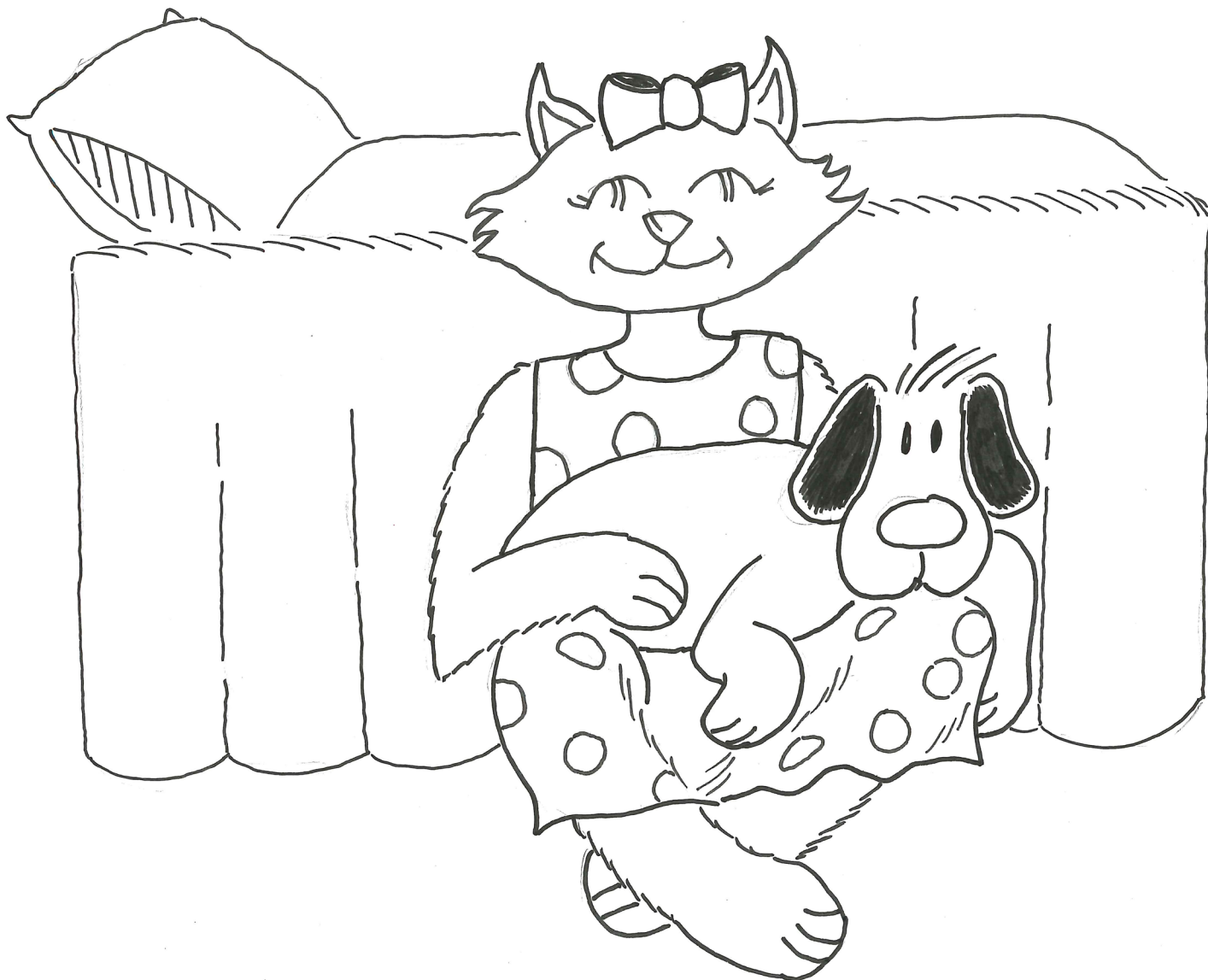
Queremos enseñarles a ti y a tu familia las mejores formas de estar preparados. Nuestra amiga Lucy y su perro, Bingo, te ayudarán a estar listo haciendo divertidas actividades como colorear, dibujar, buscar palabras y resolver laberintos.

Platica con tus papás y tus maestros sobre las inundaciones que pueden ocurrir cerca de ti y sobre cómo debes prepararte. Si no estás seguro de si puede ocurrir una inundación cerca de tu casa o de tu escuela, al reverso de este libro incluimos una actividad en línea que puedes hacer con tus papás y maestros para averiguarlo. Luego, haz un plan de evacuación y un kit de emergencia para que tú y tu familia estén preparados, y estén seguros!

Diviértete dibujando, coloreando y resolviendo las actividades, pero lo más importante es que compartas lo que aprendas con tu familia y amigos.

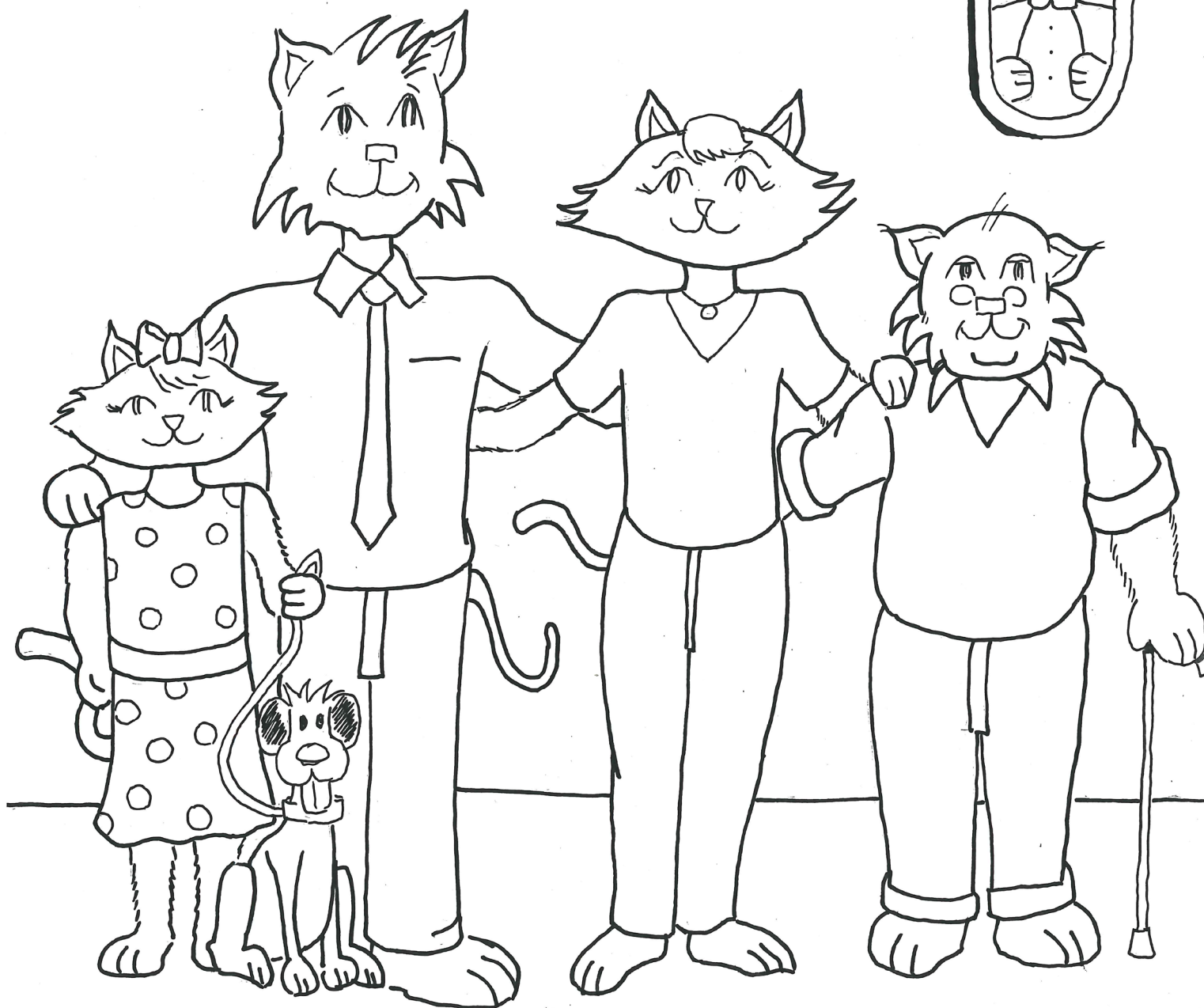
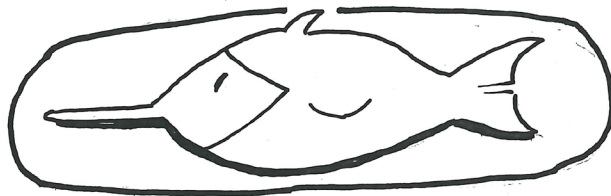
-Tus amigos del Cuerpo de Ingenieros del Ejército de Estados Unidos

¡Hola! Me llamo Lucy. Este es mi perro, Bingo.



¿Cómo te llamas?

Vivo con mi mamá, mi papá, mi abuelo y Bingo.  
¿Puedes colorear nuestra foto familiar?



¿Puedes dibujarte a ti y a tu familia?

**Dato importante:** ¿Sabías que cada persona necesita un galón de agua al día? Pide a un adulto que te ayude a calcular cuánta agua necesita incluir tu familia en el kit de emergencia.

¿Cuántas personas viven en tu casa? \_\_\_\_\_

¿Cuántas mascotas viven en tu casa? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ personas x 3 días= \_\_\_\_\_ galones de agua

\_\_\_\_\_ mascotas x 3 días= \_\_\_\_\_ galones de agua

# Búsqueda de palabras sobre riesgo de inundación

M N N E U K M E V U Y W R L L Q Q Z N V B  
I R X T R I L W J C I P V W C W Z I F K P  
J Z I R Q T W X N J I X T X G I H H D Q G  
E D D A E D S L X M Z X N G G J G Z O J E  
L Y B G S E R U D J T E T A J V K R O J G  
E W R O Q E Q L J E D J K U Y H X N N W Y  
V U P H U M J R E V A C U A C I O N Z P Q  
A O N A O E J P Z R Z I V K A W H E X A D  
C N N A V R X A H C L G A I O D L F P C O  
I S Y T I G D Q Z Y T V V R N Y B E I D V  
O M V I W E L B A D N U N I O N E R R E T  
N J A V L N C F L P W E H Y K G H M O Y P  
A C U E N C A H I D R O G R A F I C A T L  
N I P Y H I T V U M P X Q X Q E I Z B Q F  
E A U A H A T E Y L I E T N B D L E P F H  
J Y F S Q F Z Q Q Z H G C G Z M H G P Y V  
K Q P E K T E S Q J J V P Q B R A P M G O  
K U T R Y N Q Y X U K M I K X G H F W T G  
T F Z G H X M K B P Q O A B W S R N Q L K  
H M D E Y Q L K M J W W M F K X M X D H P  
I I G R L V X K I Z T H P D A R E R M Q I

EVACUACION

KIT DE EMERGENCIA

REGRESA Y EVITA AHOGARTE

CUENCA HIDROGRAFICA

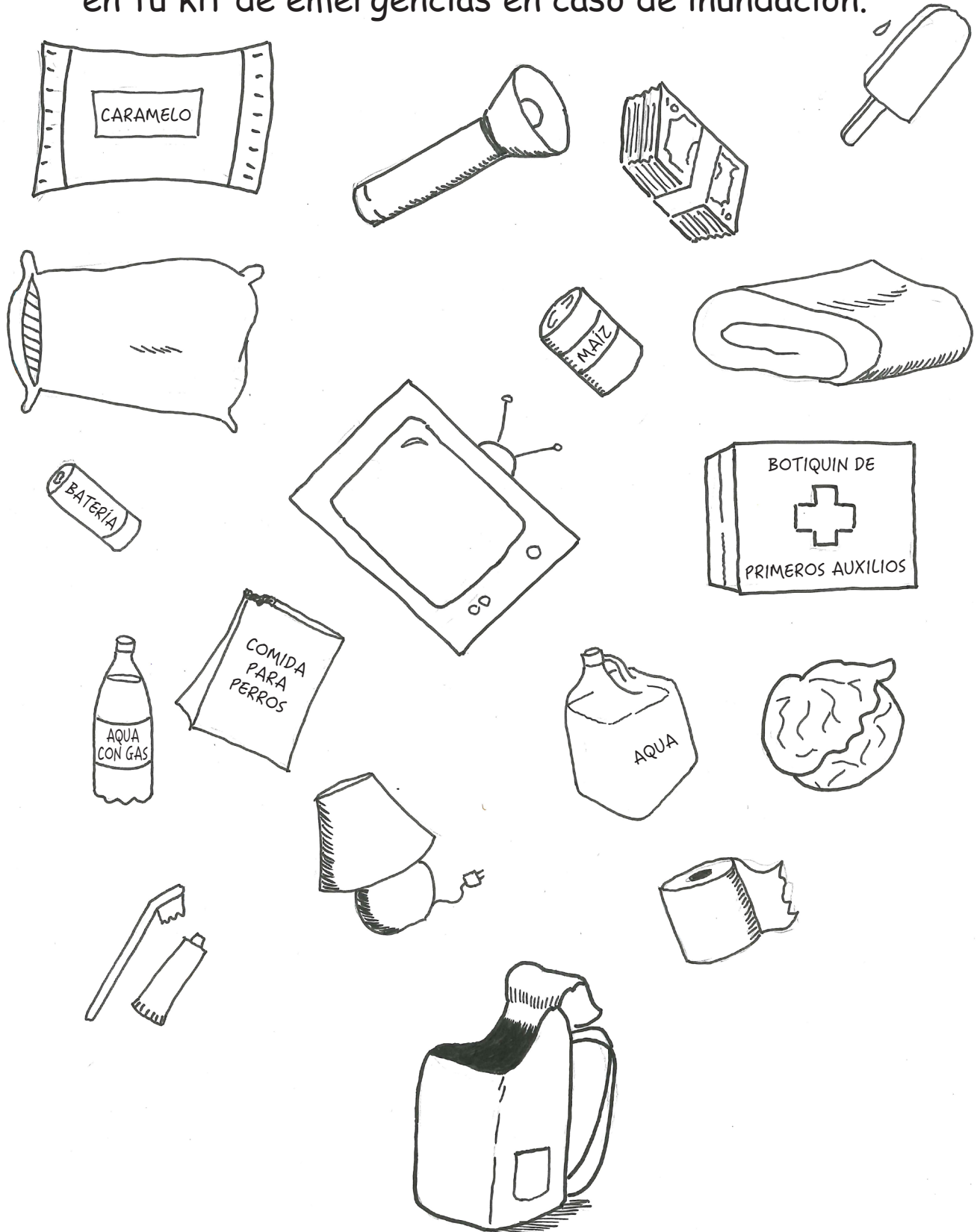
ELEVACION

TERRENO INUNDABLE

Lucy vive en una casa, en una comunidad que está cerca de un lago. ¿Puedes dibujar tu casa?

¿Vives cerca de un río, de un arroyo o de un lago?  
Si es así, inclúyelo en tu dibujo.

Encierra en un círculo los objetos que debes incluir en tu kit de emergencias en caso de inundación.



1. Dinero 2. Agua 3. Maíz 4. Cobija 5. Almohada 6. Botiquín de primeros auxilios 7. Linterna 8. Batería 9. Comida para perro 10. Cepillo y pasta de dientes 11. Papel de baño

# Búsqueda de palabras sobre el kit de emergencia

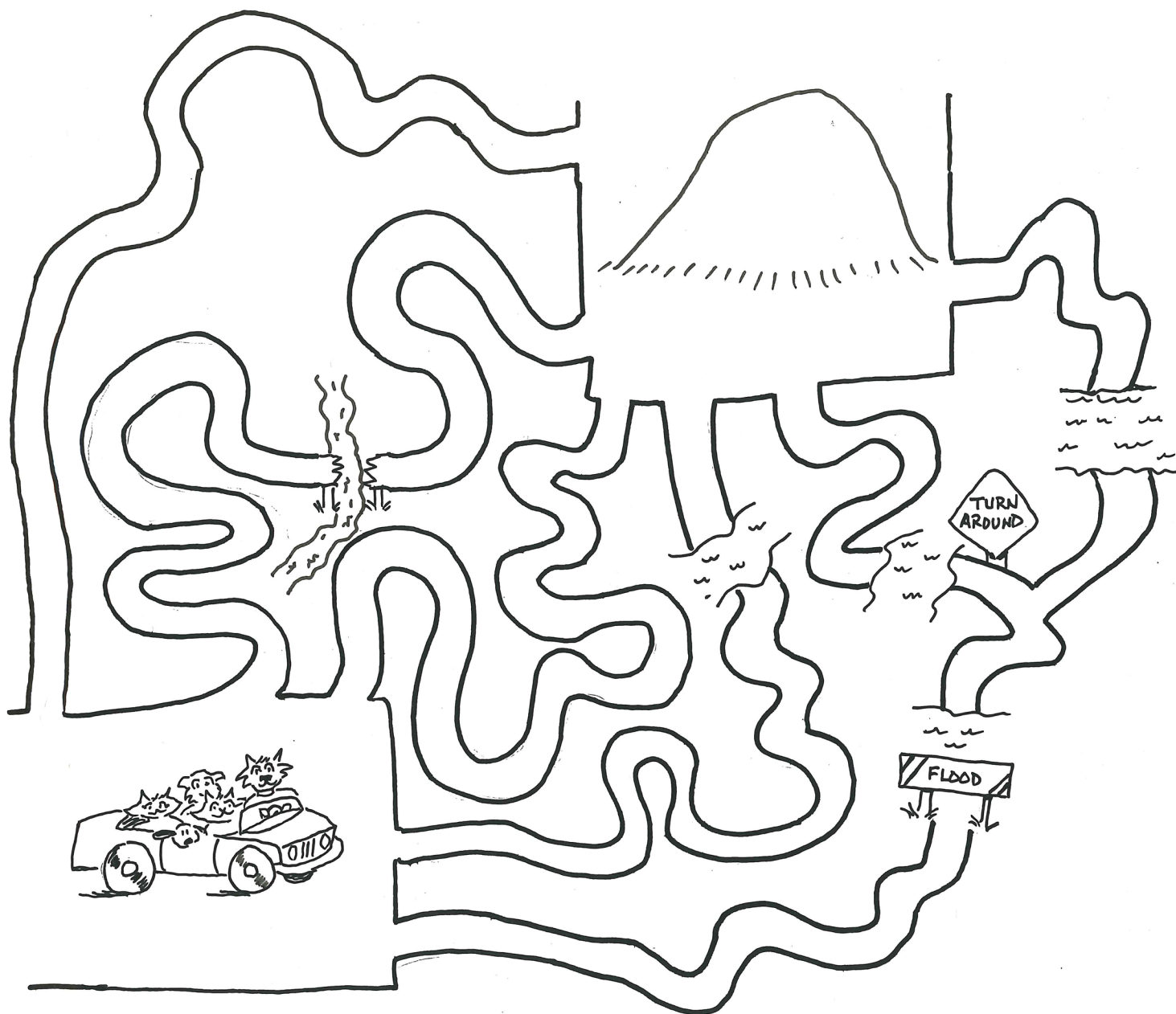
Z F X E I Z D X M H J Y X V P G E B L E P  
R K A H W A N I C I D E M P B C A P A N Y  
A L Y X O V W H Q Q V L S T S X R B E S C  
D A A G S M V A U B U H W U R Z V Q U X O  
I R H H Y E B W P P D R I G V M G Q U N M  
O P T C K M I D P R Y I L J U L E X X S S  
Z A L M O H A D A S K L N I G L D U M A D  
I A P F K S H N R A L D I E B G I T P J P  
W F X F D L G D S U R X U T R Y H L O I R  
D M I R S C A R X G K Q C L J O D S C B W  
Z P A F O Y A N R E T N I L P L J S Z O R  
D Z W S A I R E T A B Q U S F P I T R C O  
F A Q E M S V H Y D K M C I L A R B G N P  
T D F Q T E T N A T C E F N I S E D R K A  
N Z I E I T S O Y L R L P O F U R Y O O V  
O Y D H U F T J A N M A E K C E P T U K S  
O O H O Z I A W W T G I O U A B V N Y Q H  
I A Z G P B G F A J K O H L A M P V G G Q  
J U E G O S O G R U H A E C Y X Q B T L V  
W X S N T D U I V D K R C S I Z H T T E O  
I Z H O F A T P C A S K Q V M I C Y A G L

|          |          |           |          |               |
|----------|----------|-----------|----------|---------------|
| JABON    | MEDICINA | DINERO    | COBIJAS  | DESINFECTANTE |
| LINTERNA | JUEGOS   | ROPA      | BATERIAS | RADIO         |
| LIBROS   | AGUA     | ALMOHADAS |          |               |

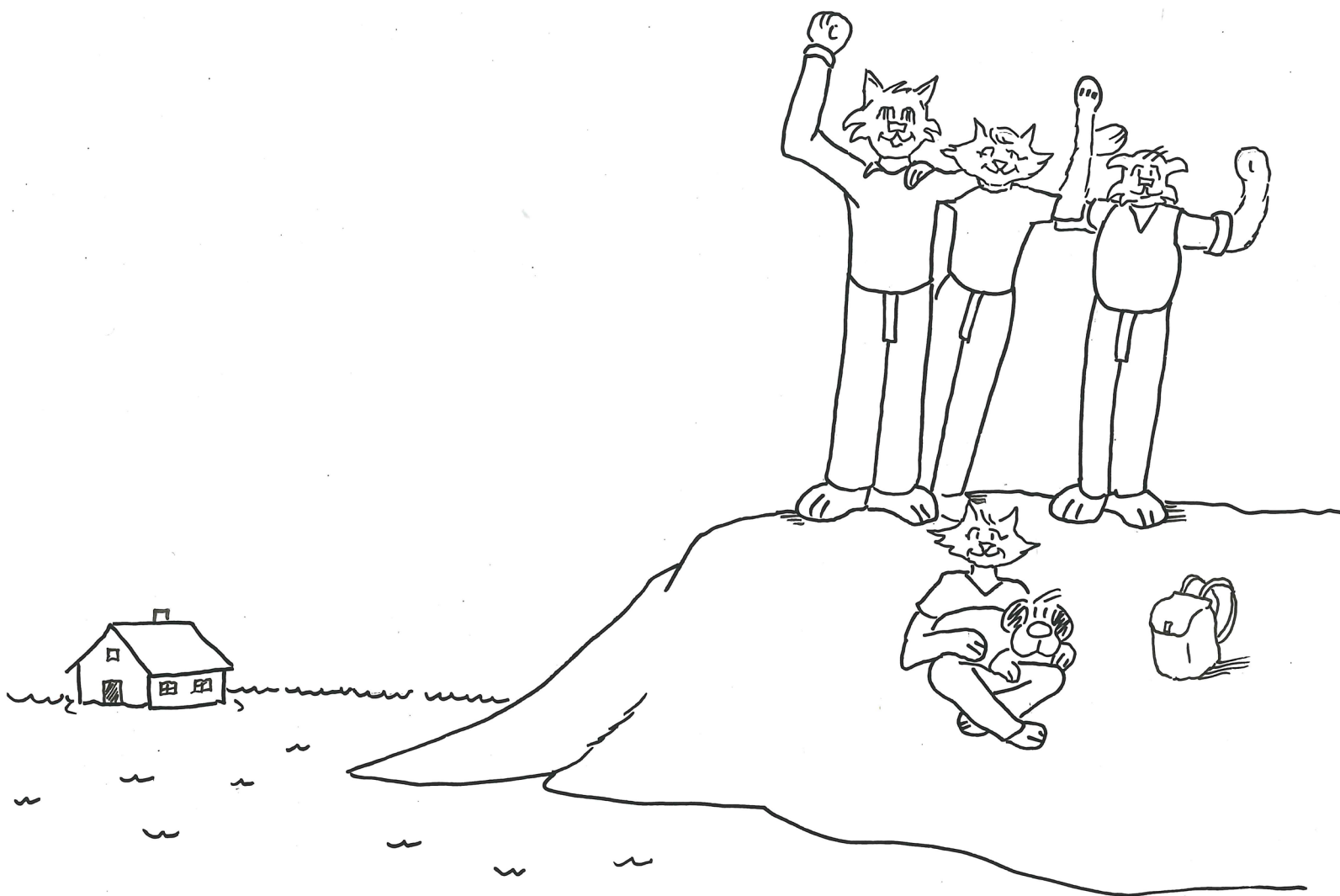
¡Está lloviendo mucho y en el radio emitieron una alerta de inundación! Lucy y su familia ponen su equipo de emergencia en la cajuela. Ahora van en el auto a un lugar seguro, en terreno elevado.



¡Ayuda a Lucy y a su familia a seguir un camino seguro para salir de la inundación y llegar a un lugar seguro!  
El lugar seguro debe encontrarse en terreno elevado y lejos de zonas bajas que puedan inundarse.



¡Bravo! ¡Lucy y su familia llegaron a salvo a un terreno elevado!



¡Gracias por jugar con nosotros!

Si ves una corriente de agua, no trates de cruzarla. Ve a un terreno elevado. Planea dónde ir y prepara un kit de emergencia. ¿Estás listo?

## En caso de emergencia

Mi apellido: \_\_\_\_\_

Mi número de teléfono: \_\_\_\_\_

Mi dirección: \_\_\_\_\_

Número de teléfono de mi mamá: \_\_\_\_\_

Número de teléfono de mi papá: \_\_\_\_\_

Otro (parentesco): \_\_\_\_\_

Nombre de un contacto fuera de la ciudad: \_\_\_\_\_

Número telefónico del contacto fuera de la ciudad: \_\_\_\_\_

Lugar de reunión (terreno elevado): \_\_\_\_\_

Números telefónicos de emergencia (doctor, veterinario, otros miembros de la familia, etc.):

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Mi botiquín de emergencia está ubicado en: \_\_\_\_\_

Información adicional importante (medicamentos que necesito, dirección de mi escuela, etc.): \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

¿Quieres obtener más información? Revisa este sitio:

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

## Nota para adultos:

Éste es un libro de actividades lúdicas para ayudar a que sus hijos entiendan algunas de las medidas básicas que ustedes podrían tomar en caso de una inundación. Las inundaciones son los desastres naturales más comunes y generalizados. Quizá le preocupe que hablar de las inundaciones altere a sus hijos, pero los pequeños saben que desastres como las inundaciones pueden suceder. Saber que los adultos que cuidan de ellos están preparados los hace sentir mejor. Además, los niños se sienten más seguros cuando saben qué hacer para mantenerse a salvo durante una inundación.

Después de un desastre, es posible que los servicios básicos —electricidad, agua, gas, teléfonos— se interrumpan durante días. También es posible que ustedes deban evacuar en cualquier momento. Probablemente, usted no tendrá tiempo de salir a comprar las provisiones que necesitará, ni de buscarlas. Reúna las provisiones que necesitará para enfrentar la situación ahora, antes de que ocurra el desastre.

### Medidas para los adultos

Organice una actividad con los niños para reunir las provisiones de los kits para desastres. En casa, sus kits deben contener:

- Un galón de agua por persona por día
- Alimentos no perecederos: carne, frutas y verduras enlatadas listas para comer; jugos enlatados, leche y sopa; azúcar, sal y pimienta; alimentos con alto contenido energético como crema de cacahuete, mermelada, galletas saladas, nueces, barras de comida saludable, fruta seca mezclada; alimentos reconfortantes como galletas, caramelos y cereales endulzados. ¡No olvide un abrelatas no eléctrico!
- Un botiquín de primeros auxilios que incluya los medicamentos recetados de su familia (pregunte a su doctor acerca de las formas más adecuadas de almacenar medicinas).
- Provisiones y herramientas de emergencia, con un radio de pilas, linterna y muchas pilas de repuesto.
- Un cambio de ropa y calzado por persona, y una cobija o bolsa de dormir por persona.
- Suministros para la higiene: papel higiénico, jabón y artículos de higiene personal.
- Artículos especiales para niños, ancianos o miembros de la familia con discapacidad.
- Un juego extra de llaves del auto y dinero, cheques de viajero y una tarjeta de crédito.

Almacene provisiones suficientes para al menos tres días. Guárdelas en recipientes rígidos y fáciles de cargar como mochilas, bolsas de lona o contenedores de basura cubiertos. Almacene sus kits en un lugar seguro y cómodo, conocido por todos los miembros de la familia, de preferencia en un lugar fresco, seco y oscuro. Guarde una versión más pequeña de este kit en la cajuela de su auto. También debería guardar los documentos importantes de su familia en un recipiente a prueba de agua.

En el salón de clases, el botiquín debe contener:

- lista de la clase
- botiquín de primeros auxilios
- radio de pilas
- guantes de trabajo
- linternas
- pilas extra
- alimentos no perecederos; galletas saladas, galletas dulces, frutos secos
- bolsas plásticas de basura
- otros artículos que su escuela solicite

Pida a los niños que le ayuden a recordar mantener sus kits en condiciones funcionales: cambie el agua y los alimentos cada seis meses; reemplace las pilas al menos dos veces al año. Puede pedirles que hagan calendarios o carteles en donde estén marcadas estas fechas. Y pida a los niños que piensen en los artículos que les gustaría incluir en su equipo de suministros para desastres, como libros o juegos, o alimentos no perecederos adecuados.

¡Esperamos que haya disfrutado este libro con su(s) hijo(s) y siga los pasos para estar listos y mantenerse a salvo!

# Guía de respuestas:

## Búsqueda de palabras n.º 1

M N N E U K M E V U Y W R L L Q Q Z N V B  
I R X T R I L W J C I P V W C W Z I F K P  
J Z I R Q T W X N J I X T X G I H H D Q G  
E D D A E D S L X M Z X N G G J G Z O J E  
L Y B G S E R U D J T E T A J V K R O J G  
E W R O Q E Q L J E D J K U Y H X N N W Y  
V U P H U M J R E V A C U A C I O N Z P Q  
A O N A O E J P Z R Z I V K A W H E X A D  
C N N A V R X A H C L G A I O D L F P C O  
I S Y T I G D Q Z Y T V V R N Y B E I D V  
O M V I W E L B A D N U N I O N E R R E T  
N J A V L N C F L P W E H Y K G H M O Y P  
A C U E N C A H I D R O G R A F I C A T L  
N I P Y H I T V U M P X Q X Q E I Z B Q F  
E A U A H A T E Y L I E T N B D L E P F H  
J Y F S Q F Z Q Q Z H G C G Z M H G P Y V  
K Q P E K T E S Q J J V P Q B R A P M G O  
K U T R Y N Q Y X U K M I K X G H F W T G  
T F Z G H X M K B P Q O A B W S R N Q L K  
H M D E Y Q L K M J W W M F K X M X D H P  
I I G R L V X K I Z T H P D A R E R M Q I

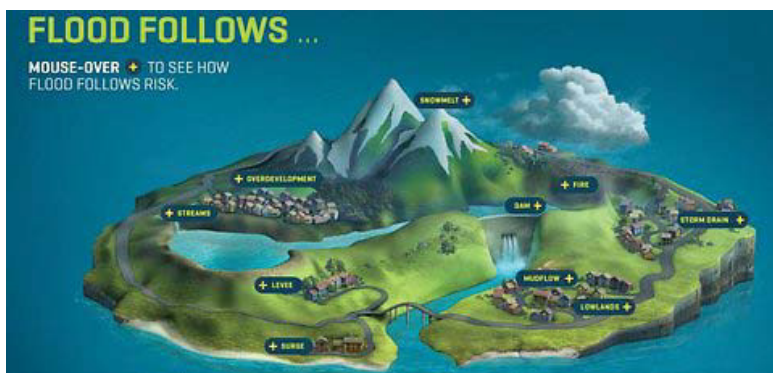
## Búsqueda de palabras n.º 2

Z F X E I Z D X M H J Y X V P G E B L E P  
R K A H W A N I C I D E M P B C A P A N Y  
A L Y X O V W H Q Q V L S T S X R B E S C  
D A A G S M V A U B U H W U R Z V Q U X O  
I R H H Y E B W P P D R I G V M G Q U N M  
O P T C K M I D P R Y I L J U L E X X S S  
Z A L M O H A D A S K L N I G L D U M A D  
I A P F K S H N R A L D I E B G I T P J P  
W F X F D L G D S U R X U T R Y H L O I R  
D M I R S C A R X G K Q C L J O D S C B W  
Z P A F O Y A N R E T N I L P L J S Z O R  
D Z W S A I R E T A B Q U S F P I T R C O  
F A Q E M S V H Y D K M C I L A R B G N P  
T D F Q T E T N A T C E F N I S E D R K A  
N Z I E I T S O Y L R L P O F U R Y O O V  
O Y D H U F T J A N M A E K C E P T U K S  
O O H O Z I A W W T G I O U A B V N Y Q H  
I A Z G F B G F A J K O H L A M P V G G Q  
J U E G O S O G R U H A E C Y X Q B T L V  
W X S N T D U I V D K R C S I Z H T T E O  
I Z H O F A T P C A S K Q V M I C Y A G L

# Riesgo de Inundación Educación

## Introducción:

Las inundaciones son una realidad ambiental seria que puede provocar daños importantes a las casas y al ambiente. Los efectos que las inundaciones pueden tener en las personas y las comunidades hacen que sea vital entender el riesgo potencial y que se hagan las preparaciones necesarias para mitigar los impactos de las inundaciones. Con el fin de descubrir si usted vive en una zona en la que hay riesgo de inundaciones y de elaborar un plan seguro de evacuación, siga las siguientes instrucciones:



## Ejercicio:

1. Abra el buscador web en la página <http://floodtools.com/Home.aspx>
2. En la parte de abajo de la página, junto a un cuadro que dice "Map Your Flood Risk" (Mapa de riesgos de inundación), introduzca la dirección de su casa actual y haga clic en "Go" (Ir).
3. Después de aceptar los términos y condiciones, aparecerá un mapa con la ubicación de su casa. El cuadro ubicado en el lado izquierdo de la pantalla, titulado "Map My Risk" (Mapa de riesgos) le permitirá explorar su área y los riesgos potenciales que presenta en diferentes formatos. Al seleccionar la pestaña titulada "Floodplains" (Terrenos inundables) verá qué áreas podrían inundarse potencialmente con base en su historial de riesgos de inundaciones y su ubicación en el terreno inundable. Al seleccionar la pestaña "Flood Risk" (Riesgo de inundación), verá el nivel de riesgo que su casa/escuela/oficina específica está enfrentando actualmente y ubicará un área segura de evacuación fuera del terreno inundable en caso de inundación. En el lado derecho de la pantalla, se proporciona más información valiosa sobre riesgos de costos potenciales, reclamaciones de inundaciones e información de elevación exacta.
4. Una vez que haya ubicado su casa/escuela/oficina y haya entendido el riesgo de inundación de su ubicación, los facilitadores del Cuerpo del Ejército le ayudarán a esquematizar un plan individual de evacuación para usted y su familia para llegar a/encontrarse en una ubicación segura.
5. Si nos proporciona su correo electrónico, le enviaremos directamente su plan de evacuación en el mapa de inundación, que incluirá información sobre la preparación/compra de kits de emergencia para inundaciones!

## Qué hacer planes para:

Necesitará planear cómo enfrentar dos situaciones: permanecer en su casa/escuela/oficina después de un desastre o evacuar para ir a una ubicación más segura.

Tenga a la mano un suministro de comida y agua para tres días: planea tener al menos un galón de agua por persona por día y comida que no se eche a perder.

Tenga un abrelatas manual y herramientas de emergencia, incluidos un extintor de incendios, un radio de pilas, una lámpara y muchas pilas



## Lista de verificación:

Asegúrese de reunir los siguientes artículos para asegurar la comodidad y el bienestar básicos de su familia en caso de una evacuación de emergencia.

- dinero en efectivo: los bancos y cajeros automáticos podrían no estar abiertos o disponibles durante periodos largos
- agua: al menos un galón por persona, por día, para entre tres y siete días, además de agua para las mascotas
- comida: al menos la suficiente para entre tres y siete días, incluidos: no perecederos, comida y jugos empaquetados o enlatados, comida para niños y ancianos, bocadillos, abrelatas no eléctrico, vitaminas, platos desechables, utensilios de plástico
- radio: de pilas y radio meteorológico de la NOAA con pilas extra
- cobijas, almohadas, etc.
- ropa: estacional, ropa de lluvia/calzado resistente
- botiquín de primeros auxilios: más medicinas, medicamentos recetados
- artículos especiales: para bebés y ancianos, incluidas medicinas, fórmula, biberones y comida para bebés
- artículos de aseo: artículos de higiene, toallitas húmedas, desinfectante
- linterna(s) y pilas
- juguetes, libros, juegos
- artículos de cuidado de mascotas, identificación apropiada, cartillas de vacunación, alimento y agua abundantes, medicina, una transportadora o jaula, correa

Puede encontrar más información en los siguientes hipervínculos:



**American  
Red Cross**



**US Army Corps  
of Engineers®**



