



**Cruz Roja  
Americana**

## **Resguardo en el lugar donde se encuentra en caso de emergencia (*shelter-in-place*)**

### **¿Qué significa “resguardarse en el lugar donde uno se encuentra”?**

Durante una emergencia en la que se hayan diseminado materiales peligrosos en el aire es posible que le den instrucciones para “resguardarse en el lugar donde se encuentra”. (La frase en inglés es *shelter-in-place*.) El propósito de esta precaución es mantenerlo protegido mientras está adentro. (Esto no es lo mismo que ir a un refugio en caso de tormenta.) Resguardarse en el lugar donde uno se encuentra significa escoger una habitación interna, pequeña, con pocas o ninguna ventana, y refugiarse allí. No implica sellar toda su casa, negocio u oficina. Si le recomiendan resguardarse en el lugar donde se encuentra, siga las instrucciones que se incluyen a continuación.

### **¿Por qué necesitaría resguardarme donde estoy?**

Los contaminantes químicos, biológicos o radiológicos podrían esparcirse de forma accidental o intencional en el ambiente que nos rodea. Si esto ocurriera, las autoridades locales le informarán por radio y televisión cómo protegerse y proteger a su familia. Dado que es muy probable que la información se transmita por radio y televisión, es importante que mantenga encendido un televisor o una radio, incluso durante el horario de trabajo. Es vital que siga las instrucciones de las autoridades locales y sepa qué hacer si le piden que se resguarde donde está.

### **¿Qué tengo que hacer para resguardarme donde estoy?**

#### **En su casa:**

- Cierre y ponga el cerrojo a todas las ventanas y puertas exteriores.
- Si le advierten que existe peligro de explosión, cierre las persianas y cortinas de las ventanas.
- Desconecte todos los ventiladores, además de los sistemas de calefacción y aire acondicionado.
- Cierre la compuerta de la chimenea.
- Tenga a mano su [equipo de suministros para casos de desastre](#) y asegúrese de que su radio esté funcionando.
- Vaya a una habitación interna sin ventanas que esté por encima del nivel del suelo. En caso de amenaza con sustancias químicas, es preferible ir a un piso alto dado que algunas sustancias son más pesadas que el aire y podrían filtrarse en los sótanos aunque las ventanas estén cerradas.
- Lleve con usted a sus animales domésticos. No olvide incluir comida y agua para ellos en el equipo de suministros para casos de desastre.
- Lo ideal es tener un teléfono regular (no inalámbrico) en la habitación que escoja para resguardarse. Llame a la persona de contacto para casos de emergencia y tenga el teléfono a mano por si necesita avisar sobre algún peligro que amenace la vida. En caso de desastre, es posible que los teléfonos celulares no funcionen o que las líneas estén saturadas.
- Selle las ranuras alrededor de la puerta y cualquier entrada de aire en la habitación con cinta adhesiva para tuberías y tela plástica (más gruesa que el plástico para envolver comida).
- Siga escuchando la radio o la televisión hasta que anuncien que todo está bien o que debe abandonar el lugar. Es posible que los funcionarios locales soliciten la evacuación de las zonas que corran mayor peligro en su comunidad.

## En el lugar de trabajo:

- Cierre el negocio o la oficina.
- Lleve a todas las personas a la habitación o las habitaciones que haya escogido para refugiarse. Cierre y ponga el cerrojo a la(s) puerta(s).
- Si hay clientes o visitas en el edificio, considere la seguridad de los mismos pidiéndoles que se queden, en lugar de decirles que se vayan. Cuando las autoridades recomiendan que la gente se resguarde en el lugar donde se encuentra, significa que todos deben hacerlo de inmediato, dondequiera que estén, y no deben conducir ni salir a la calle.
- Salvo que haya un peligro inminente, pida a sus empleados, clientes y visitas que llamen a quienes sean sus contactos en casos de emergencia y les avisen dónde se encuentran y que están en un lugar seguro.
- Active la transferencia de llamadas telefónicas o los servicios de mensajes o de contestación automática que tenga su compañía. Si su negocio u oficina cuenta con un sistema de correo de voz o un contestador automático, cambie la grabación para informar que la oficina o el negocio está cerrado, y que tanto el personal como las visitas permanecerán en el edificio hasta que las autoridades anuncien que pueden salir sin riesgo.
- Cierre y ponga el cerrojo a todas las ventanas, puertas exteriores y cualquier otra abertura que comunique con el exterior.
- Si le advierten que existe peligro de explosión, cierre las persianas y cortinas de las ventanas.
- Pida a los empleados que conocen los sistemas mecánicos del edificio que desconecten todos los ventiladores, además de los sistemas de calefacción y aire acondicionado. Algunos sistemas intercambian automáticamente el aire interior por el exterior. Es importante desconectar, desactivar o sellar estos sistemas en particular.
- Recoja los suministros esenciales para casos de desastre, tales como alimentos no perecederos, botellas de agua, radio a pilas, botiquín de primeros auxilios, linternas, pilas, cinta adhesiva para tuberías, tela plástica y bolsas para basura.
- Elija una o varias habitaciones que estén por encima del nivel del suelo, con la menor cantidad posible de ventanas o entradas de aire. La(s) habitación(es) debe(n) tener suficiente espacio para que todas las personas puedan permanecer sentadas. Evite que haya demasiadas personas en un mismo cuarto; use varias habitaciones si es necesario. Un depósito grande, un cuarto de servicio, una despensa, el cuarto de las fotocopiadoras o una sala de conferencias sin ventanas exteriores podrían funcionar bien. No utilice una sala donde haya equipos mecánicos tales como aparatos de calefacción o conductos de ventilación, porque es probable que no pueda sellar el equipo para que no entre aire de afuera.
- Lo ideal es tener un teléfono regular (no inalámbrico) en la habitación que escoja para resguardarse. Llame a las personas que sirven de contacto en casos de emergencia y tenga el teléfono a mano por si necesita avisar sobre algún peligro que amenaza la vida. En caso de desastre, es posible que los teléfonos celulares no funcionen o que las líneas estén saturadas.
- Selle las ranuras alrededor de la puerta y cualquier otra entrada de aire en la habitación con cinta adhesiva para tuberías y tela plástica (más gruesa que el plástico para envolver comida).
- Escriba los nombres de toda la gente que esté en la habitación. Llame a la persona designada como contacto en casos de emergencia de la oficina y dígame quiénes se encuentran en el cuarto con usted, así como el vínculo de las personas con su negocio u oficina (empleado, visita, cliente).
- Siga escuchando la radio o la televisión hasta que anuncien que todo está bien o que debe abandonar el lugar. Es posible que los funcionarios locales soliciten la evacuación de las zonas que corran mayor peligro en su comunidad.

## En la escuela:

- Cierre la escuela. Ponga en marcha el plan de emergencia de la escuela y siga los procedimientos para que los alumnos, los maestros y el resto del personal se refugien en el interior del edificio. (Este procedimiento se conoce como *reverse evacuation*.)
- Si hay personas de visita en el edificio, considere la seguridad de las mismas pidiéndoles que se queden, en lugar de decirles que se vayan. Cuando las autoridades recomiendan que la gente se resguarde donde se encuentra, significa que todos deben hacerlo de inmediato, dondequiera que estén, y no deben conducir ni salir a la calle.
- Designe a alguien para responder a las llamadas telefónicas de los padres de los alumnos. Tenga disponible al menos un teléfono con el número principal de la escuela en la sala donde se resguarde el secretario de la escuela o la persona designada para responder a estas llamadas. Esta habitación también deberá sellarse. Quienes se resguarden en distintas salas de la escuela deben contar con alguna forma de comunicarse entre sí.
- Sería ideal que pudiese utilizar el sistema de altavoz de la escuela para hacer anuncios desde la sala donde se resguarde la autoridad máxima de la escuela.
- Si los alumnos tienen teléfonos celulares, permítales que llamen a sus padres o tutores para informarles que se les ha pedido que permanezcan en la escuela hasta nuevo aviso, y que están en un lugar seguro.
- Si la escuela cuenta con un sistema de correo de voz o un contestador automático, cambie la grabación para informar que la escuela está cerrada, y que tanto los alumnos como el personal permanecerán en el edificio hasta que las autoridades anuncien que pueden salir sin riesgo.
- Haga cerrar y poner el cerrojo a todas las ventanas, puertas exteriores y cualquier otra abertura que comunique con el exterior.
- Si le advierten que existe peligro de explosión, haga cerrar las persianas y cortinas de las ventanas.
- Pida a los empleados que conocen los sistemas mecánicos del edificio que desconecten todos los ventiladores, además de los sistemas de calefacción y aire acondicionado. Algunos sistemas intercambian automáticamente el aire interior por el exterior. Es importante desconectar, desactivar o sellar estos sistemas en particular.
- Recoja los suministros esenciales para casos de desastre, tales como alimentos no perecederos, botellas de agua, radio a pilas, botiquín de primeros auxilios, linternas, pilas, cinta adhesiva para tuberías, tela plástica y bolsas para basura.
- Escoja una o varias habitaciones que estén por encima del nivel del suelo, con la menor cantidad de ventanas o entradas de aire. Las habitaciones deben ser lo suficientemente grandes como para que todas las personas puedan permanecer sentadas. Evite que haya demasiadas personas en un mismo cuarto; use varias habitaciones si es necesario. Pueden utilizarse los salones de clase si éstos no tienen ventanas o si las ventanas están selladas y no pueden abrirse. Un depósito grande, un cuarto de servicio, una sala de reuniones y hasta un gimnasio sin ventanas que den al exterior podrían funcionar bien.
- Es ideal tener un teléfono regular (no inalámbrico) en la habitación que escoja para resguardarse. Llame a las personas que sirven de contacto para casos de emergencia y tenga el teléfono a mano por si necesita avisar sobre algún peligro que amenaza la vida. En caso de desastre, es posible que los teléfonos celulares no funcionen o que las líneas estén saturadas.
- Lleve a todas las personas a la habitación elegida. Cierre y ponga el cerrojo a la puerta.
- Selle las ranuras alrededor de la puerta y cualquier entrada de aire en la habitación con cinta adhesiva para tuberías y tela plástica (más gruesa que el plástico para envolver comida).
- Escriba los nombres de todas las personas que se encuentren en la habitación. Llame a la persona designada por la escuela como contacto en casos de emergencia e infórmele quiénes se encuentran en la sala con usted.

- Escuche los anuncios que las autoridades de la escuela hagan a través del sistema de altavoz y permanezca donde se encuentra hasta que informen que todo está bien o que se debe abandonar el lugar. Es posible que los funcionarios locales soliciten la evacuación de las zonas que corran mayor peligro en su comunidad.

#### **En su vehículo:**

Si está conduciendo y escucha por la radio que hay que resguardarse en el lugar donde se encuentra, haga lo siguiente:

- Si está cerca de su casa, su trabajo o un edificio público, diríjase hacia allí de inmediato y entre. Siga las recomendaciones sobre resguardo correspondientes al sitio que haya escogido, según se describen en esta publicación.
- Si no puede llegar a una casa o a un edificio de forma rápida y segura, deténgase al costado del camino. Estacione su vehículo en el lugar más seguro posible. Si hay sol, es preferible parar debajo de un puente o en un lugar sombreado, para evitar el calor excesivo.
- Apague el motor. Cierre las ventanillas y entradas de aire.
- En lo posible, selle las rejillas de ventilación de la calefacción/aire acondicionado con cinta adhesiva.
- Escuche la radio periódicamente para recibir nuevas recomendaciones e instrucciones.
- Permanezca donde se encuentra hasta que anuncien que puede volver a conducir sin peligro. Tenga en cuenta que tal vez se clausuren algunos caminos o se haya desviado el tránsito. Siga las instrucciones de las autoridades policiales.

**Los funcionarios locales que se encuentran en el lugar del hecho son la mejor fuente de información sobre su situación particular. Lo más seguro es seguir las instrucciones de ellos con respecto al resguardo, la alimentación, el manejo del agua y los métodos de limpieza durante y después de las emergencias.**

Recuerde que, por lo general, las instrucciones sobre resguardo en el lugar donde se encuentra no se establecen para días o semanas, sino sólo para algunas horas. El riesgo de quedarse sin oxígeno y sofocarse en la habitación en la que se resguarda es mínimo.