



EMERGENCIAS NUCLEARES Y RADIOLÓGICAS GUÍA DE RESPUESTAS



Una emergencia radiológica puede ser provocada por armas nucleares, explosivos mezclados con materiales radioactivos (“bombas sucias”), accidentes de centrales nucleares, accidentes de transporte que involucran materiales radioactivos o accidentes laborales. En cantidades suficientemente altas, la radiación puede causar quemaduras en la piel, enfermedad por radiación y un mayor riesgo de cáncer.



Protéjase bajo techo.

Si está en el auto:

- ▶ Deténgase a un lado de la carretera, apague el motor, cierre las ventanas y todas las entradas de aire, y apague el aire acondicionado o la calefacción.
- ▶ Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo, un pedazo de tela o una manga.
- ▶ Quédese en el auto, busque refugio si hay edificios cerca o busque un lugar subterráneo.

Si está afuera:

- ▶ Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo, un pedazo de tela o una manga.
- ▶ Apresúrese a entrar a un edificio cuyas paredes y ventanas no hayan sufrido daños. Si hay daño a alguna pared o ventana, cámbiese a una habitación interior o busque otra construcción.
- ▶ Si es posible y seguro hacerlo, lleve a sus mascotas con usted.
- ▶ En el caso de una explosión nuclear, diríjase al centro del edificio, tan lejos del techo y las ventanas como pueda. Lo mejor es ir al sótano.

Una vez adentro:

- ▶ Cierre las ventanas, las puertas al exterior y cualquier otra abertura.
- ▶ En las casas o apartamentos, apague los ventiladores de ventana, los aires acondicionados y los sistemas de calefacción/enfriamiento que dejan entrar aire desde afuera.
- ▶ Quítese los zapatos y las capas externas de ropa y colóquelos en bolsas o recipientes que se puedan sellar. No vuelva a usar esta ropa. La Ciudad proporcionará instrucciones sobre cómo desecharlos.

DIRECTRICES GENERALES

- ▶ **Obtenga información de salud de fuentes confiables (nyc.gov, cdc.gov y 311).**
- ▶ **Inscríbese en Notify NYC (Avisos de NYC) para obtener información sobre los eventos de emergencia.**
- ▶ **Si usted o cualquier persona que conoce se sienten abrumados o necesitan ayuda para enfrentar la situación, pueden visitar lifenet.nyc donde obtendrán ayuda gratis en su idioma.**
- ▶ **En caso de una emergencia, siempre llame al 911.**

- Suéñese suavemente la nariz y tire el pañuelo por el inodoro.
- Lávese el cuerpo y el cabello de arriba para abajo con agua y jabón.
 - El agua es segura para beber y bañarse, a menos que las autoridades indiquen lo contrario.
 - No se escalde, frote ni rasque la piel.
 - No use acondicionador; el acondicionador puede hacer que las partículas se adhieran al cabello.
 - Si no puede tomar una ducha, lávese las manos, la cara y las partes expuestas del cuerpo en el lavamanos, o límpiense con un paño húmedo.



Quédese adentro.

- NO evacúe el área a menos que se le diga que lo haga.
- Las autoridades locales anunciarán si el agua del grifo no es segura. Beba agua embotellada y coma alimentos de recipientes sellados.
- Cualquier alimento empacado o dentro del congelador, refrigerador o en la alacena lejos del incidente es seguro. Si tiene duda, enjuague el empaque antes de abrirlo.
- La comida de mascotas en envases sellados es segura para que los animales la coman. Enjuague los platos o recipientes de las mascotas, o los empaques de la comida antes de usarlos.



Manténgase informado.

- Use la radio, televisión, computadoras o dispositivos móviles para obtener información de las autoridades sobre cómo mantenerse seguro.



Busque atención médica de manera segura.

- A menos que tenga una lesión que ponga en riesgo su vida, no salga de su refugio hasta que las autoridades hayan dicho que es seguro salir.
- Si tiene quemaduras en la piel o náuseas, o comienza a vomitar poco tiempo después de la exposición a la radiación, busque atención médica tan pronto como sea seguro salir de su refugio.
- Si es necesario, el Departamento de Salud y el Departamento de Bomberos prepararán los Centros de Recepción de la Comunidad para revisar a las personas para saber si estuvieron expuestas a la radiación y si se contaminaron. La Ciudad dará instrucciones sobre cuándo y a dónde ir. No vaya a los hospitales para recibir este servicio.



RADIOLOGICAL AND NUCLEAR EMERGENCIES RESPONSE GUIDE



A radiological emergency can be caused by nuclear weapons, explosives mixed with radioactive materials (“dirty bombs”), nuclear power plant accidents, transportation accidents involving radioactive materials or occupational accidents. In high enough quantities, radiation can cause skin burns, radiation sickness and an increased risk of cancer.



Get inside.

If you are in a car:

- ▶ Pull to the side of the road, turn off the engine, close the windows and vents, and turn off the air conditioner or heater.
- ▶ Cover your nose and mouth with a tissue, cloth or sleeve.
- ▶ Stay in the car, find shelter if there are buildings nearby or go underground.

If you are outside:

- ▶ Cover your nose and mouth with a tissue, cloth or sleeve.
- ▶ Quickly enter a building whose walls and windows have not been damaged. If there is any damage to a wall or window, move to an interior room or find another building.
- ▶ Take pets with you if it is possible and safe to do so.
- ▶ In the case of a nuclear explosion, go to the center of the building, as far from the roof and windows as possible. Going to the basement is best.

Once inside:

- ▶ Shut windows, outside doors and other openings.
- ▶ In houses or apartments, turn off window fans, air conditioners and heating/cooling systems that bring air from outside.
- ▶ Remove shoes and outer layers of clothing and put them in sealable bags or containers. Do not reuse these clothes. The City will provide instructions on disposal.

GENERAL GUIDELINES

- ▶ **Get health information from credible sources (nyc.gov, cdc.gov and 311).**
- ▶ **Sign up for Notify NYC for information about emergency events.**
- ▶ **If you or anyone you know feels overwhelmed or needs help coping, visit lifenet.nyc for free help in your language.**
- ▶ **In an emergency, always call 911.**

- Gently blow your nose and flush the tissue down the toilet.
- Wash your body and hair from the top down with soap and water.
 - Water is safe to use for showers and drinking unless officials say otherwise.
 - Do not scald, scrub or scratch your skin.
 - Do not use conditioner—it can cause particles to stick to your hair.
 - If you cannot take a shower, wash hands, face and exposed parts of your body at a sink, or wipe yourself down with a wet cloth.



Stay inside.

- Do NOT evacuate unless instructed to do so.
- Local authorities will announce if the tap water is unsafe. Drink bottled water and eat food from sealed containers.
- Anything packaged or in a freezer, refrigerator or pantry away from the incident is safe. If in doubt, rinse packaging before opening.
- Pet food in sealed containers is safe for animals to eat. Rinse pet bowls, containers or packaging before using.



Stay informed.

- Use radios, televisions, computers or mobile devices for information from officials about how to stay safe.



Get medical help safely.

- Unless you have a life-threatening injury, do not leave your shelter until authorities have said it is safe to go outside.
- If you have skin burns or nausea, or begin vomiting shortly after radiation exposure, seek medical attention as soon as it is safe to leave your shelter.
- If necessary, Community Reception Centers will be set up by the Health Department and the Fire Department to check people for radiation exposure and contamination. The City will provide instructions of when and where to go. Do not go to hospitals for this service.