



**DEPARTAMENTO DE SALUD PÚBLICA
CONDADO MIDDLESEX**
División de Epidemiología y Preparación de la Salud Pública

Ronald G. Rios
Freeholder Deputy Director
Chairperson, Committee of
Public Health & Education

David A. Papi
Director-Health Officer

732-745-3100

Flu Pandémico, Planificación y La Preparación del equipo de emergencia

Planificación

Planificación para un flu pandémico:

- Almacene provisiones de agua y comida para dos semanas.
- Revise sus recetas y provisiones de medicinas.
- Mantenga a mano medicinas (sin receta) y otras provisiones de salud como para el dolor, para el estomago, para la tos y el resfriado, vitaminas, agua y otras bebidas energizantes.
- Hable con sus seres queridos sobre el cuidado si se enferman.
- Únase a grupos voluntarios ayudando a responder en emergencias.
- Participe con su comunidad trabajando en preparación para flu pandémico.



Preparación para Equipo de Emergencia

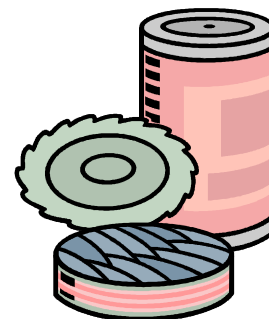
Líquidos

- Agua embotellada (Un galón por persona para un día)
- Bebidas de deportes. (sport drinks)



Comida (Que no se deteriore)

- Carnes enlatadas-listas-para-comer, sopas, fríjoles, frutas, vegetales
- Aperitivos de fruta o proteína
- Cereales, granola
- Mantequilla de maní
- Frutas secas
- Galletas (crackers)
- Jugos enlatados



Flu Pandémico, Planificación y La Preparación del equipo de emergencia

Salud/Médica

- Medicinas prescritas y provisiones médicas sugeridas por su médico
- Jabón y agua
- Germicidas a base de alcohol (60-95%)
- Medicinas para reducir fiebre (como acetaminofen o ibuprofeno)
- Termómetro
- Medicinas para la diarrea
- Vitaminas



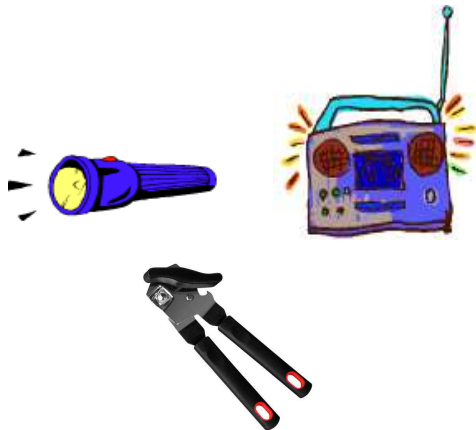
Artículos De Primera Necesidad

- Comidas para niños enlatadas y formula
- Pañales desechable y limpiadores (wipes)
- Comida para animales (pets)



Provisiones de emergencia

- Linternas (lámparas)
- Baterías
- Radio portátil
- Abrelatas manual
- Bolsas para basura
- Pañuelos desechables
- Papel de baño (Toilet paper)



Fuentes de información:

Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos

<http://espanol.pandemicflu.gov/pandemicflu/enes/24/> www.pandemicflu.gov/plan/individual/familyguide.html