

MANUAL DE CONNECTICUT DE PRONTIDÃO PARA EMERGÊNCIAS



Depois de ler e preencher este manual, mantenha-o em um local seguro, para que você sempre saiba onde encontrá-lo.



DENTRO VOCÊ ENCONTRARÁ

PRONTIDÃO DE SAÚDE PÚBLICA	Lado interno da capa
O QUE VOCÊ E A SUA FAMÍLIA DEVEM FAZER	1
PLANEJAMENTO PARA PESSOAS COM NECESSIDADES ESPECIAIS ..	2
O QUE VOCÊ DEVE ESCREVER	3
O QUE FAZER SE HOUVER UMA EMERGÊNCIA.....	4
DESASTRES NATURAIS	5
EMERGÊNCIAS BIOLÓGICAS E QUÍMICAS.....	6
EMERGÊNCIAS NUCLEARES E RADIOLÓGICAS	7
EMERGÊNCIAS DE ÁGUA POTÁVEL	8
EMERGÊNCIAS DE GRIPE PANDÊMICA.....	9
PARCEIROS DO ESTADO NA PRONTIDÃO PARA EMERGÊNCIAS	9
NÚMEROS DE TELEFONE E WEBSITES IMPORTANTES ...	Contracapa

PRONTIDÃO DE SAÚDE PÚBLICA

Os órgãos municipais, estaduais e federais de saúde pública ajudarão a manter a sua segurança durante e após uma emergência. Algumas das ferramentas utilizadas durante emergências são:

REDE DE ALERTA DE SAÚDE DE CONNECTICUT (HAN)

A HAN difunde rapidamente informações de saúde importantes entre o Departamento de Saúde Pública de Connecticut e outros órgãos, incluindo secretários municipais de saúde, médicos, hospitais e funcionários de serviços médicos de emergência, entre outros.

Especialistas na pesquisa e resposta da saúde pública contra doenças infecciosas e saúde ambiental trabalham para determinar as causas de doenças infecciosas, exposições a substâncias químicas, perigos biológicos e fontes nucleares/radiológicas para que as pessoas recebam medicamentos para não **ficarem** doentes.

ESTOQUE NACIONAL ESTRATÉGICO (SNS)

O SNS é um programa do Departamento Federal de Segurança Nacional e do Departamento de Saúde Pública de Connecticut que ajuda a assegurar que medicamentos, suprimentos e **equipamentos salvadores** cheguem às pessoas necessitadas durante uma emergência.

REGIÕES DE VACINAÇÃO EM MASSA

Connecticut está dividido em áreas de saúde pública para facilitar a distribuição de medicamentos durante uma emergência. Se houver uma emergência, as autoridades estaduais e municipais avisarão pelo rádio e pela TV quando e aonde ir para obter ajuda.

Os locais que distribuem medicamentos são administrados pelos departamentos locais de saúde e funcionários de saúde pública, mas também precisam de muitos voluntários. Enfermeiros, farmacêuticos, médicos e voluntários extras fora da área médica são importantes para assegurar que todos obtenham ajuda. Para tornar-se voluntário, entre em contato com o distrito ou departamento local de saúde para obter mais informações, ou ligue para a United Way pelo número 211.



O QUE VOCÊ E SUA FAMÍLIA DEVEM FAZER PARA ESTAR PREPARADOS

INFORME-SE E INFORME A SUA FAMÍLIA

- Descubra se há algum lugar próximo a sua casa que poderia ser perigoso ou causar uma emergência, tais como:
 - uma usina de energia nuclear
 - uma área que possa sofrer inundações, tais como terras perto de um rio ou mar
 - instalações que fabricam ou armazenam substâncias químicas
- Tenha um local seguro para ir. Se solicitarem que você realize uma evacuação (abandone a sua casa), você pode ir para:
 - a casa de um parente
 - a casa de um amigo
 - um hotel ou abrigo
- Aprenda o que fazer em caso de emergência no seu trabalho e na escola ou creche dos seus filhos.
- Inscreva-se nos Sistemas de Alerta e Notificação de Emergências de Connecticut para receber mensagens de emergência por e-mail ou através de mensagens de texto para o seu celular. Para obter mais informações e para se inscrever, acesse www.ct.gov/ctalert.

CRIE UM PLANO PARA VOCÊ E SUA FAMÍLIA

- Escolha locais seguros na sua casa para ir em caso de emergência. Avise a todos os moradores da casa.
- Identifique duas formas diferentes de sair da casa se for preciso abandoná-la. Avise a todos os moradores da casa.
- Escolha um local para a sua família se encontrar se vocês se separarem durante uma emergência. Avise a todos os membros da família.
 - Escolha um local no seu bairro.
 - Escolha um local fora do seu bairro.
- Escolha os contatos da sua família: duas pessoas para quem você e os membros da sua família possam ligar se vocês se separarem durante uma emergência.
 - Escolha uma pessoa que more no mesmo estado.
 - Escolha uma pessoa que more em outro estado.
 - Anote os números de telefone e assegure-se de que todos os membros da família tenham uma cópia.
- Planeje o que fazer para manter os seus animais de estimação em segurança em caso de emergência.
- Saiba como desligar a eletricidade, o gás e a água da casa para fazê-lo se solicitado.
- Assegure-se de que todos conheçam o plano.

PREPARE UM KIT DE SUPRIMENTOS DE EMERGÊNCIA

Se houver uma emergência na sua área, talvez não seja possível obter alimentos, água e outros artigos necessários para a sobrevivência. Também pode ser que o aquecimento e a água da sua casa não funcionem. É por isso que você deve preparar um kit de suprimentos de emergência e mantê-lo em casa. O kit deve conter suprimentos suficientes para você e sua família por pelo menos três dias. Em uma pandemia, pode ser que você tenha que permanecer em casa por semanas para ajudar a deter a propagação da doença.

Esse kit seria usado se avisarem que você deve permanecer em casa durante uma emergência ou que você deve evacuar.

COLOQUE OS SEGUINTE ARTIGOS EM UMA SACOLA OU RECIPIENTE PARA PREPARAR O SEU KIT DE SUPRIMENTOS DE EMERGÊNCIA:

- ◻ Suprimento de água em garrafas ou garrafões. Deve haver pelo menos 3,8 litros (1 galão) de água por pessoa da casa por dia. Mais água será necessária se houver crianças, se alguém estiver amamentando ou se o clima estiver quente.
- ◻ Comida:
 - comida em latas ou **embalagens herméticas**, sopa e atum em lata
 - comidas e sucos que não precisam ser refrigerados nem cozidos
 - comidas para bebês ou idosos
- ◻ Um abridor de latas manual, pratos de papel, talheres de plástico e algo para cozinhar, tal como uma pequena churrasqueira com combustível. Ao usar churrasqueiras a carvão ou a gás, faça-o ao ar livre para evitar o acúmulo de monóxido de carbono.
- ◻ Toalhas de papel, papel higiênico, sabonete.
- ◻ Rádio de pilhas, lanternas e telefone celular, com baterias extras.
- ◻ Cobertores/sacos de dormir e travesseiros para todos os membros da família.
- ◻ Roupas extras para todos os membros da família.
- ◻ Artigos que os bebês e crianças necessitam, tais como fraldas, jogos, brinquedos e livros.
- ◻ Estojo de primeiros socorros. Lembre-se de incluir:
 - medicamentos (remédios receitados, remédios para febre, aspirina)
 - óculos e suprimentos para lentes de contato
 - lista dos seus médicos
 - suprimentos médicos (suprimentos de colostomia, seringas de insulina).
- ◻ Sacos de lixo e materiais de limpeza.
- ◻ Artigos que os seus animais de estimação necessitam tais como comida e água, uma caixa ou gaiola para transporte, remédios, focinheira, coleira, correia, etiquetas de identificação e comprovantes de imunização.
- ◻ Cópia extra das chaves do carro, cartões de crédito, dinheiro e informações importantes tais como números de seguro social e certidões de nascimento.
- ◻ Fita adesiva plástica e para canos (vide emergências químicas).
- ◻ Um exemplar deste manual.
- ◻ Fotografias dos membros da família e animais de estimação para o caso de vocês se separarem e você precisar de ajuda para localizá-los.

Verifique e complete o seu kit regularmente para garantir que as comidas não tenham passado do prazo de validade e pilhas não estejam descarregadas. Um bom momento para fazer isso é ao acertar os relógios no outono e na primavera. Você pode montar o seu kit ao longo do tempo, comprando um artigo (tal como uma lata de comida ou pilhas) por vez. Quando perceber, o seu kit de suprimentos de emergência estará completo e preparado.

PLANEJAMENTO PARA PESSOAS COM NECESSIDADES ESPECIAIS

Se você ou alguém que você conhece tiver uma necessidade especial, tais como problemas de visão, audição, dificuldade para caminhar ou problemas médicos, pode ser que você precise de preparação adicional para uma emergência.

SE VOCÊ TIVER CRIANÇAS:

CRIANÇAS PEQUENAS podem precisar de: leite em pó, fraldas, mamadeiras, remédios, lenços umedecidos, comida para bebê, mais água, brinquedos, livros.

CRIANÇAS EM IDADE PRÉ-ESCOLAR OU ESCOLAR: Se houver uma emergência enquanto seu filho estiver na escola ou creche, esses lugares têm planos para proteger as crianças. Você deve conhecer o plano antes da ocorrência de uma emergência.

SE VOCÊ FOR IDOSO:

- Se você utilizar uma agência de atendimento médico domiciliar, assegure-se de que eles saibam o plano de emergência da sua família.
- Avise aos outros membros da família onde encontrar os suprimentos de emergência e ensine-os a utilizar quaisquer equipamentos médicos especiais.
- Coloque seu nome em equipamentos especiais tais como cadeiras de roda, bengalas ou andadores.

SE VOCÊ FOR PORTADOR DE DEFICIÊNCIA:

- Peça a ajuda de outros parentes e amigos para casos de emergência.
- Diga a outras pessoas onde você guarda os seus suprimentos de emergência.
- Dê a chave da sua casa para uma pessoa que você conhece.
- Use uma pulseira/etiqueta de alerta médico para que as pessoas saibam qual é a sua deficiência.
- Mostre a outras pessoas como utilizar seus equipamentos médicos especiais.
- Se você precisar de diálise, descubra onde há instalações próximas de tratamento de diálise.

Pode ser que o seu município mantenha uma lista de portadores de deficiências para localizá-los rapidamente em caso de emergência. Ligue para o secretário de gerenciamento de emergências local ou corpo de bombeiros do seu município e pergunte como eles podem ajudá-lo se houver uma emergência.

Se você precisar ficar em um hotel, assegure-se de avisar ao pessoal da recepção que você precisará de ajuda se houver uma emergência. Avise-lhes que tipo de ajuda você pode precisar.

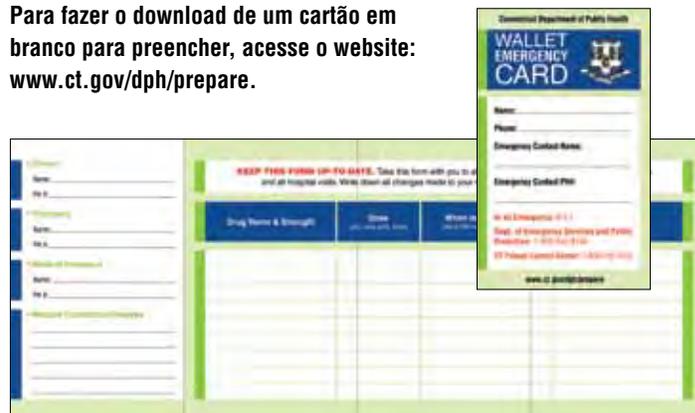
Prepare um “Cartão de Informações Médicas de Emergência” para você e anote as seguintes informações:

- Seu nome, endereço e número de telefone.
- Qual é a sua deficiência.

- O nome, endereço e número de telefone de um médico, amigo ou parente que conheça você e a sua deficiência.
- O que outras pessoas precisam saber sobre você se estiver inconsciente ou não puder falar, ou se precisarem retirá-lo de sua casa rapidamente.
- Necessidades médicas:
 - medicamentos ou equipamentos especiais que você necessita
 - alergias ou problemas com medicamentos
 - problemas que você tem para falar com as pessoas e entendê-las
 - tipo de tratamento que você precisa
 - quem você deseja que trate você
 - que língua(s) você fala

Faça muitas cópias desse cartão e coloque-as em seu kit de suprimentos de emergência, no seu carro, no pacote da sua cadeira de rodas, no trabalho e na sua carteira (atrás da sua carteira de motorista ou cartão de identificação).

Para fazer o download de um cartão em branco para preencher, acesse o website:
www.ct.gov/dph/prepare.



COMO FAZER AS CRIANÇAS SE SENTIREM MELHOR APÓS UMA EMERGÊNCIA

- Peça que seus filhos falem sobre qualquer coisa que os assuste. Deixe que façam perguntas e contem como estão se sentindo. Conversem em família sobre a emergência.**
- Dê muito carinho às crianças. Diga-lhes que estão em segurança. Pegue-os no colo e abrace-os muito.**
- Conte às crianças o que está acontecendo em termos simples para que elas entendam.**
- Assegure-se de que saibam que não têm culpa da emergência.**
- Diga às crianças que não há problema em voltar para a escola e fazer outras coisas normais, tais como brincar com os amigos. Diga-lhes que podem conversar com os professores sobre a emergência também.**

O QUE VOCÊ DEVE ESCREVER

ONDE IR DURANTE UMA EMERGÊNCIA

Escreva onde a sua família passa a maior parte do tempo: trabalho, escola, creche, casas de amigos e parentes. Locais de trabalho, escolas e creches devem ter planos de emergência. Informe-se sobre eles e anote-os. Informe-se sobre o que o seu município fará em caso de emergência, ligando para a prefeitura. Anote o plano. Estações de rádio e canais de televisão locais podem proporcionar informações importantes durante uma emergência. Anote pelo menos três estações de rádio e canais de televisão locais.

NOMES E NÚMEROS DE TELEFONE IMPORTANTES

Preencha estas informações e faça uma cópia para cada membro da sua família.

Contato da sua família no estado

Nome:
Cidade: Estado:
Tel. (dia):
Tel. (noite):
Celular:

Contato da sua família em outro estado

Nome:
Cidade: Estado:
Tel. (dia):
Tel. (noite):
Celular:

Parente mais próximo

Nome:
Cidade: Estado:
Tel. (dia):
Tel. (noite):
Celular:

Números de telefone do trabalho

Mãe:
Pai:
Outro:

Números de telefone de serviços públicos

Empresa de eletricidade:
Empresa de gás:
Empresa de água:
Empresa de telefone:
Empresa de TV a cabo:

Escola

Endereço:
Tel.:

Outra escola ou local de trabalho

Endereço:
Tel.:

Outra escola ou local de trabalho

Endereço:
Tel.:

Outras informações importantes e números de telefone

Médico:
.....

Farmacêutico:

Seguro médico:

Números de seguro social (SS):

Departamento/distrito local de saúde:

Veterinário:

Seguro residencial

Nome:

Tel.:

Apólice N°:



**American
Red Cross**

Together, we can save a life

A Cruz Vermelha Americana ajuda as pessoas a se preparar para emergências e proporciona assistência para desastres aos habitantes de Connecticut. Esses serviços são realizados principalmente por voluntários e são gratuitos. A Cruz Vermelha Americana também é o principal fornecedor de sangue para os 31 hospitais de Connecticut.

O QUE FAZER SE HOVER UMA EMERGÊNCIA

O QUE DEVO FAZER?

- Permaneça calmo e tenha paciência.
- Siga as orientações das autoridades de emergência estaduais e locais.
- Verifique se há algum ferido ao seu redor e obtenha ajuda para pessoas com ferimentos graves.
- Ligue para 911 APENAS se houver uma situação de risco de vida. É muito importante manter essas linhas disponíveis para aqueles que precisam.
- Assegure-se de que seus animais de estimação estejam em segurança.
- Ligue para o contato da sua família. Não use o telefone novamente a menos que seja uma emergência com risco de vida.
- Verifique como estão os seus vizinhos, especialmente os idosos ou portadores de deficiências.

O QUE NÃO DEVO FAZER?

- **NÃO** vá para o hospital a menos que haja uma emergência médica.
- Se você sentir cheiro de gás ou achar que possa haver vazamento de gás, NÃO acenda fósforos nem ligue nem desligue as luzes.

O QUE DEVO FAZER SE AVISAREM QUE DEVO PERMANECER DENTRO DE CASA?

- Fique calmo.
- Leve as crianças e animais de estimação para dentro imediatamente.
- Feche e trave todas as janelas e portas externas.
- Desligue todos os sistemas de ventilação que trazem ar do exterior, tal como ventilador e ar condicionado.
- Se você tiver uma lareira, feche a entrada de ar da chaminé.
- Pegue o seu kit de suprimentos de emergência.
- Vá para um cômodo no centro da casa ou para um cômodo sem janelas se houver algum.
- Fique no local até receber aviso de que é seguro sair.

O QUE DEVO FAZER SE AVISAREM QUE DEVO EVACUAR?

Se avisarem que você deve evacuar, saia imediatamente e leve o seu kit de suprimentos de emergência com você. Lembre-se de levar com você quaisquer medicamentos ou suprimentos médicos de que possa necessitar nos próximos dias se você tiver que evacuar. Dependendo do que estiver acontecendo, você será avisado sobre a forma mais segura de evacuar e de para onde ir. Você também pode obter informações nos canais de TV e estações de rádio locais.

MONITORE E ESCUTE:

Em uma emergência, as autoridades locais talvez não possam fornecer informações e dizer-lhe o que fazer imediatamente. Verifique continuamente os canais de TV e estações de rádio locais e a internet para obter notícias e informações oficiais assim que estiverem disponíveis.

E OS ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO?

Muito antes da ocorrência de uma emergência, você deve planejar o que fazer com os seus animais de estimação para garantir que eles sejam cuidados se você tiver que evacuar a sua casa. Você deve ligar para amigos, parentes, veterinários ou canis fora do seu bairro para saber se eles poderiam cuidar de seus animais.

Lembre-se que a maioria dos animais de estimação não são permitidos nos abrigos da Cruz Vermelha. Apenas animais que ajudam portadores de deficiências podem entrar. Para obter mais informações sobre como cuidar de seus animais de estimação antes, durante e após uma emergência, acesse www.redcross.org.

O SISTEMA DE ALERTA DE EMERGÊNCIAS

Em Connecticut, usamos o Sistema de Alerta de Emergências (EAS) durante emergências. Quando o EAS é ativado, todos os programas de TV e rádio são suspensos e uma mensagem de emergência é transmitida. É importante que você escute essas instruções e continue em sintonia para obter mais informações.

DESASTRES NATURAIS

Um desastre natural poderia acontecer em qualquer parte de Connecticut. Alguns desastres naturais são fortes temporais, enchentes repentinas, tempestades de neve, furacões e tornados.

O QUE FAZER ANTES DE UM DESASTRE NATURAL:

- Assegure-se de que o seu kit de suprimentos de emergência esteja pronto.
- Saiba o que os **distintos** termos meteorológicos significam:
 - O estado de alerta de tempestade grave (watch) significa que há possibilidade de ocorrência de tempestade perigosa.
 - Um aviso de tempestade grave (warning) significa que há uma tempestade a caminho. Proteja-se ou procure um abrigo imediatamente.
- Evacue se as autoridades de emergência avisarem que deve fazê-lo.

DURANTE UM DESASTRE NATURAL:

- Vá para o porão da sua casa ou para um cômodo perto do centro da casa.
- Leve o seu kit de suprimentos de emergência com você.
- Verifique continuamente os canais de TV e estações de rádio locais e a internet para obter instruções oficiais, incluindo a localização de abrigos, boletins meteorológicos, etc.

APÓS UM DESASTRE NATURAL:

- Assegure-se de que os membros da sua família não estejam feridos.
- **NÃO TOQUE** nem se aproxime de fios elétricos caídos. Avise a empresa de eletricidade local sobre a localização de linhas caídas.

PREPARE UM KIT DE EMERGÊNCIA PARA O CARRO PARA VIAGENS NO INVERNO:

Inclua o seguinte:

- cobertores/sacos de dormir
- lanterna com pilhas extras
- **estojo** de primeiros socorros
- canivete
- alimentos não perecíveis de alto teor calórico (barras de proteína, barras de granola ou barras de fruta)
- roupas extras para manter-se seco
- saco de areia (ou areia sanitária para gatos)
- pá
- raspador de gelo e escova para para-brisa
- **estojo** de ferramentas
- corda para reboque e cabos de chupeta
- recipiente de água
- bússola e mapas

TIPOS DE DESASTRES NATURAIS

NEVASCAS:

Os boletins meteorológicos geralmente avisam com tempo se há uma nevasca a caminho. Se isso acontecer, assegure-se de ter velas, lanternas, um rádio de pilha e telefones celulares, porque você pode ficar sem eletricidade e serviço telefônico por alguns dias ou até semanas. Se você puder, é uma boa ideia ter um gerador também.

ENCHENTES REPENTINAS:

Vá rapidamente para uma área elevada. A corrente de água de uma enchente pode derrubá-lo! Se você estiver no carro e a água subir ao seu redor, saia e vá imediatamente para uma área elevada. Os carros podem ser levados por apenas 60 cm (2 pés) de água em movimento.

FURACÕES:

Um furacão é uma grande tempestade com trovões, raios e ventos muito fortes. Um furacão grande pode ter ventos de 120 km (75 milhas) por hora ou mais. A temporada de furacões em Connecticut vai de 1º de junho a 30 de novembro. Se houver um aviso de furacão, procure abrigo imediatamente ou evacue se indicarem que o faça. Você pode obter mais informações on-line sobre o que fazer antes e depois de um furacão em www.ct.gov/hurricane.

TORNADOS:

Se houver um aviso de tornado, procure abrigo imediatamente. Se você estiver no carro, pare. Saia e deite-se no chão de bruços em uma área baixa. Cubra a cabeça e espere o tornado passar. Se estiver em casa, vá para o porão, abrigo de tempestades ou um cômodo perto do centro da casa. Se estiver em um prédio alto, vá para o centro do edifício, por exemplo em uma escada ou corredor.

EMERGÊNCIAS BIOLÓGICAS

Bactérias, vírus e substâncias tóxicas produzidas por bactérias podem causar emergências biológicas. Podem ser espargidos no ar, utilizados para contaminar (envenenar) alimentos e colocados na água potável. Alguns tipos também podem ser disseminados por contato direto de uma pessoa para outra. Uma emergência biológica pode acontecer por acidente ou quando germes ou outros perigos biológicos são liberados de propósito para deixar as pessoas doentes. Como se proteger depende do tipo de germe. Alguns germes, como o antraz, não são transmitidos de uma pessoa para a outra. Outros germes, como a varíola, não podem ser transmitidos de uma pessoa para a outra. Se isso ocorrer, as pessoas doentes podem ter que ser isoladas. As pessoas que foram expostas aos germes podem ter que ficar em quarentena.

ANTES DA OCORRÊNCIA DE UMA EMERGÊNCIA BIOLÓGICA:

- **Assegure-se** de que o seu kit de suprimentos de emergência esteja pronto.

QUANDO HOUVER UMA EMERGÊNCIA BIOLÓGICA:

- Verifique os canais de TV e estações de rádio locais e a internet para obter instruções oficiais. Eles dirão como saber se você ou um membro da sua família está doente, aonde ir para obter assistência médica e se há distribuição de medicamentos para ajudá-lo.
- Siga sempre as orientações dos médicos e autoridades.
- Se você ficar doente ou estiver exposto a algum doente, obtenha assistência médica o mais rápido possível. Pode haver longas filas de pessoas esperando pela assistência médica, então necessário ter paciência.
- Se a doença for transmitida de uma pessoa para a outra, as pessoas que estiveram expostas poderão ter que ficar em quarentena.
- **TODOS** devem adotar boas práticas de higiene e limpeza para evitar a propagação dos germes.

APÓS UMA EMERGÊNCIA BIOLÓGICA:

- Verifique os canais de TV e estações de rádio locais e a internet para obter notícias, informações e instruções oficiais.

O QUE SIGNIFICAM “QUARENTENA” E “ISOLAMENTO”?

Para ajudar a impedir a propagação de doenças, você pode ser colocado em quarentena ou isolamento. **QUARENTENA** significa que você é mantido afastado das outras pessoas porque você foi exposto a uma doença infecciosa ou contagiosa, mas ainda não está doente. **ISOLAMENTO** é quando você é mantido afastado das outras pessoas porque está doente. Ambos são comuns durante uma emergência. Você também pode fazer isso voluntariamente, mesmo que ninguém tenha solicitado, para ajudar a deter a propagação da doença.

EMERGÊNCIAS QUÍMICAS

Uma emergência química pode ocorrer quando materiais sólidos, líquidos ou gasosos que podem intoxicar as pessoas forem liberados. Esse tipo de emergência pode ocorrer por acidente ou de propósito em um ataque terrorista.

Algumas substâncias químicas são muito perigosas e causam mal-estar imediato. Outras substâncias químicas são menos perigosas e podem não causar nenhum problema para você. Substâncias químicas em estado líquido ou gasoso são geralmente mais perigosas que substâncias químicas no estado sólido.

Proteger você e a sua família antes, durante e após uma emergência química pode ajudar a mantê-los em segurança e assegurar que vocês não fiquem doentes. Siga estas medidas simples:

ANTES DA OCORRÊNCIA DE UMA EMERGÊNCIA QUÍMICA:

- **Assegure-se** de que o seu kit de suprimentos de emergência esteja pronto.
- Escolha um cômodo no centro da sua casa ou edifício como abrigo. Cômodos sem janelas no nível mais alto são melhores.

QUANDO HOUVER UMA EMERGÊNCIA QUÍMICA:

- Feche todas as portas e janelas.
- Desligue todos os sistemas de ventilação que permitem a entrada de ar do exterior, tais como ventiladores e ares-condicionados.
- Se avisarem que você deve permanecer onde está:
 - Vá para um cômodo interno e leve o seu kit de suprimentos de emergência.
 - Verifique os canais de TV e estações de rádio locais e a internet para obter notícias, informações e instruções oficiais.

APÓS UMA EMERGÊNCIA QUÍMICA:

- Lave-se com água e sabão imediatamente se achar que está perto de uma substância química.
- Troque de roupa.
- Obtenha assistência médica se você se sentir mal.

Se uma emergência biológica ou química ocorrer, pode ser que as autoridades não possam dizer-lhe o que fazer imediatamente. Pode levar algum tempo para que descubram exatamente qual é a doença, como deve ser tratada e quem está em risco. Você deve verificar os canais de TV e estações de rádio locais e a internet para obter notícias oficiais após a emergência para saber:

- **O nível de perigo.**
- **Onde obter medicamentos, se você precisar.**
- **Que doença você pode pegar.**
- **Aonde ir para obter assistência médica ou abrigo.**

EMERGÊNCIAS NUCLEARES E RADIOLÓGICAS

Uma emergência nuclear ou radiológica pode ser um acidente em uma usina de energia nuclear, o uso de uma pequena arma nuclear, ou a detonação de uma “bomba suja”. Quando uma bomba suja explode, ela emite material radioativo perigoso em uma certa área.

ANTES DA OCORRÊNCIA DE UMA EMERGÊNCIA NUCLEAR OU RADIOLÓGICA:

- Assegure-se de que o seu kit de suprimentos de emergência esteja pronto.
- Assegure-se de que você sabe onde e como obter informações do seu município.
- Se você vive perto da usina de energia nuclear de Millstone, você deve receber um manual intitulado “Emergency Planning for Millstone Station” (Planejamento de Emergência para a Usina de Millstone) pelo correio todos os anos. Assegure-se de colocar esse manual em seu kit de suprimentos de emergência. Se você mora a até 16 km (10 milhas) de uma usina de energia nuclear, deve conhecer as rotas de evacuação do seu bairro.

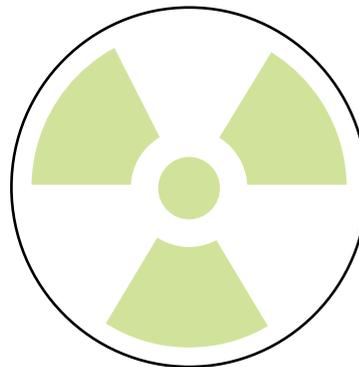
QUANDO HOVER UMA EMERGÊNCIA NUCLEAR OU RADIOLÓGICA:

- Durante e após a liberação de materiais radioativos, as autoridades municipais, estaduais e federais monitorarão os níveis de radiação e decidirão que medidas de proteção serão tomadas.
- A melhor ação dependerá da emergência. Consulte os canais de TV, estações de rádio locais e a internet para obter informações e instruções durante qualquer emergência.
- Se grandes quantidades de materiais radioativos forem liberadas em uma emergência radiológica, poderão avisar-lhe para “abrigar-se onde está”, o que significa permanecer em casa ou no escritório; ou avisar-lhe para ir para outro local.
- Se avisarem que deve abrigar-se onde está, você deve fazer o seguinte:
 - Feche e trave todas as portas e janelas.
 - Desligue os ventiladores, ares condicionados, unidades de aquecimento com ar forçado que trazem ar fresco do exterior. Use apenas unidades que recirculam o ar que já está no edifício.
 - Feche a entrada de lareiras.

- Se possível, traga os animais de estimação para dentro da casa.
- Vá para um cômodo interno ou porão.
- Deixe o rádio sintonizado em uma rede de resposta a emergências ou notícias locais para saber o que mais deve fazer.
- Não abandone o abrigo até que as autoridades locais avisem que é seguro.
- Se avisarem que deve evacuar, siga as orientações das autoridades locais. Abandone a área o mais rapidamente e organizadamente possível. Além disso:
 - Leve lanterna, rádio portátil, pilhas, estojo de primeiros socorros, suprimento de água e comida em embalagens herméticas, abridor de latas manual, remédios essenciais, roupas extras, dinheiro e cartões de crédito.
 - Leve animais de estimação apenas se usar o seu próprio veículo e for para um lugar que você sabe que aceita animais. Os veículos de emergência e abrigos geralmente somente aceitam animais de serviço e não aceitam animais de estimação.

APÓS UMA EMERGÊNCIA NUCLEAR OU RADIOLÓGICA:

Verifique os canais de TV e estações de rádio locais e a internet para obter notícias, informações e instruções oficiais.



Connecticut possui planos especiais para o caso de emergência tanto na usina de energia nuclear de Millstone em Waterford, Connecticut, quanto na usina de Indian Point em Buchanan, Nova York. Esses planos incluem várias medidas específicas tomadas pelo estado para proteger a saúde e a segurança de todos os habitantes de Connecticut. Se houver uma emergência em uma dessas usinas, as autoridades de segurança pública iniciarão o plano estadual de resposta a emergências e informarão os habitantes sobre o que está acontecendo e o que fazer.

EMERGÊNCIAS DE ÁGUA POTÁVEL

A contaminação (com substâncias ou produtos químicos perigosos) de água potável não ocorre com muita frequência em Connecticut. No entanto, a contaminação pode ser causada por falhas no sistema de água, acidentes ou ataques terroristas. Por exemplo, elementos tais como substâncias químicas ou dejetos de animais ou seres humanos podem atingir a rede de abastecimento de água e fazer com que seja perigoso beber a água. Além disso, se a água potável não for tratada ou “limpa” do modo certo, também poderá ser perigoso bebê-la. Moradores como você, juntamente com as pessoas que cuidam da rede de abastecimento de água potável e as autoridades governamentais devem trabalhar conjuntamente para evitar uma emergência com a água potável.

O Departamento de Saúde Pública de Connecticut e outros órgãos estaduais adotam medidas importantes para garantir que a água potável seja segura e para reagir rapidamente se houver alguma emergência. O Departamento de Saúde Pública (DPH):

- Ajuda as empresas de água a manter a qualidade e a saúde da água potável.
- Assegura que as empresas de água tenham água suficiente para todos os consumidores.
- Ajuda as pessoas que mantêm a água potável a se preparar para uma emergência.
- Responde a emergências com água potável em todo o estado.
- Trabalha com a Agência de Proteção Ambiental (EPA) e o Departamento de Segurança Nacional em questões relacionadas à segurança da água potável.
- Pratica distintos planos de segurança e resposta para que as pessoas estejam prontas caso haja uma emergência.

Pode ser que a água potável não seja segura durante e após uma emergência, tal como um furacão. A empresa de água ou as autoridades governamentais avisarão quando e se a água potável não for segura. Água com cor, cheiro ou partículas flutuantes **NÃO** deve ser utilizada. Ouça as notícias ou avisos da empresa de água para saber se a água é segura.

Podem avisar-lhe para tratar a água potável em uma emergência ou para usar outra fonte de água. Para proteger você e sua família, você deve seguir **UMA** das seguintes instruções para garantir que seja seguro usar a água:

- Ferva a água potável e mantenha-a em ebulição por um minuto. Assegure-se de que a água não tenha partículas flutuantes antes de fervê-la; OU,
- Use água engarrafada lacrada; OU,
- Adicione 8 gotas de alvejante líquido com cloro por galão (3,8 litros) de água cristalina ou 16 gotas por galão de água turva. **NÃO** use alvejante doméstico com perfumes ou ingredientes além de hipoclorito de sódio, já que podem ser tóxicos; OU,

- Adicione pastilhas para purificação de água seguindo as instruções da embalagem. (Ao utilizar produtos de tratamento químico, assegure-se de misturar bem a água e deixá-la em repouso por pelo menos 30 minutos antes de usá-la.)

SE VOCÊ VIR ALGO, AVISE

Se você notar pessoas ou atividades suspeitas próximo às fontes de água potável ou estação de abastecimento público de água, deve avisá-lo às autoridades locais. Atividades suspeitas podem ser:

- Pessoas subindo ou cortando uma cerca em torno de uma estação de abastecimento de água.
- Pessoas jogando materiais em um reservatório de água potável ou rede de abastecimento de água.
- Caminhões ou carros estranhos não identificados estacionados perto de uma fonte de água ou estação de tratamento de água.
- Pessoas abrindo ou adulterando tampas de bueiros, hidrantes, edifícios ou equipamentos contra incêndio.
- Pessoas subindo em tanques de armazenamento de água.
- Pessoas fotografando, filmando ou fazendo anotações sobre instalações, estruturas ou equipamentos da empresa de água.
- Desconhecidos perambulando perto de portões trancados de instalações de abastecimento de água ou fontes de água.

EMERGÊNCIAS DE GRIPE PANDÊMICA

O QUE É UMA PANDEMIA DE GRIPE?

Uma pandemia de gripe ocorre quando um novo tipo de vírus de gripe infecta pessoas no mundo inteiro. Pode durar vários meses, afetar muitos lugares diferentes e ser muito perigosa. Milhões de pessoas no mundo inteiro podem ficar muito doentes. Muitas pessoas podem morrer. No século XX, houve três pandemias de gripe, incluindo a Gripe Espanhola de 1918, que causou mais de 40 milhões de mortes no mundo inteiro (mais de 500 mil nos EUA). Segundo os Centros de Controle e Prevenção de Doenças (CDC), durante a pandemia de gripe H1N1 de 2009, mais de 60 milhões de pessoas ficaram doentes, mais de 274 mil foram hospitalizadas e mais de 12 mil morreram nos EUA. Ninguém sabe exatamente quando nem onde a próxima pandemia de gripe pode ocorrer, mas todos devem estar preparados.

O QUE CAUSA UMA PANDEMIA DE GRIPE?

Quando um vírus de gripe animal sofre mutação (muda de forma) e passa para os seres humanos.

O QUE ESPERAR:

- Muitos doentes.
- Hospitais e clínicas com longas filas, falta de medicamentos.
- Escolas, negócios, lojas, bancos e escritórios governamentais fechados.
- Suprimentos limitados (comida e água).
- Serviços limitados (energia, água, coleta de lixo).

O QUE FAZER:

- Faça uma dieta balanceada e descanse bastante
- Faça exercícios diariamente
- Permaneça afastado de qualquer pessoa que estiver doente
- Não vá para o trabalho ou para a escola se não estiver se sentindo bem
- Limpe as superfícies de objetos compartilhados (telefones, balcões, maçanetas).
- Escute se há fechamentos de escolas e locais de trabalho.
- Evite tocar os olhos, nariz ou boca (essas são as áreas de ataque para o vírus da gripe)
- Assegure-se de que o seu kit de suprimentos de emergência esteja pronto

IDA AO TRABALHO:

- Fique em casa se puder ou se estiver doente.
- Planeje fazer o trabalho com menos pessoas.
- Espere realizar tarefas que geralmente não são parte do seu trabalho.

Connecticut tem um plano de ação estabelecido para o caso de uma pandemia de gripe. Verifique os canais de TV e estações de rádio locais e a internet para obter informações e instruções.

Para obter mais informações sobre gripe pandêmica, acesse www.ct.gov/ctfluwatch.

PARCEIROS DO ESTADO DE CONNECTICUT NA PRONTIDÃO PARA EMERGÊNCIAS

Cada órgão e comissão estadual de Connecticut trabalha para fortalecer o nível de prontidão para emergências de Connecticut.

O Departamento de Serviços de Emergência e Proteção Pública (DESPP) de Connecticut é responsável pelos planos e procedimentos de emergência do estado.

O DESPP ajuda todos os 169 municípios de Connecticut e dois povos indígenas no planejamento e resposta a emergências.

O Departamento de Saúde Pública (DPH) é responsável por proteger e promover a saúde e segurança dos habitantes de Connecticut. O DPH trabalha com diversos parceiros, incluindo departamentos municipais de saúde, povos indígenas, hospitais, polícia e outros órgãos estaduais e parceiros comunitários. Eles ajudam a assegurar que o estado possua os procedimentos e equipamentos para ajudar a proteger a saúde das pessoas durante e após uma emergência.

OUTROS PARCEIROS DO ESTADO:

- Gabinete de Estabelecimentos de Ensino
- Comissão para a Prevenção e Controle de Incêndios
- Comissão para os Deficientes Auditivos e Visuais
- Rede de Televisão de Connecticut (CTN)
- Departamento de Serviços Administrativos
- Departamento de Agropecuária
- Departamento da Infância e Família
- Departamento de Proteção ao Consumidor
- Departamento de Correção
- Departamento de Serviços de Desenvolvimento
- Departamento de Energia e Proteção Ambiental
- Departamento do Trabalho
- Departamento de Saúde Mental e Serviços de Dependência
- Departamento de Serviços Sociais
- Departamento dos Transportes
- Departamento das Forças Armadas
- Repartição de Política e Gerenciamento
- Repartição da Brigada de Incêndio Estadual
- Repartição Central de Medicina Legal

NÚMEROS DE TELEFONE E WEBSITES IMPORTANTES

EM UMA EMERGÊNCIA, LIGUE 911

Departamento de Serviços de Emergência e Proteção Pública (DESPP) de Connecticut 1-860-685-8190

www.ct.gov/demhs

www.twitter.com/ctdemhs

Departamento de Saúde Pública de Connecticut (DPH)..... 1-860-509-8000

www.ct.gov/dph/prepare

www.twitter.com/ctdph

Centro de Controle de Intoxicação de Connecticut 1-800-222-1222

Linha de Informações da United Way 2-1-1

Cruz Vermelha 1-877-CT-REDCROSS (1-877-287-3327)

www.redcross.org

Disque Denúncia

Denúncia de suspeita de atividades terroristas 1-866-HLS-TIPS (1-866-457-8477)

As estações de rádio e canais de televisão de Connecticut são uma fonte rápida de informações em uma emergência.

COMO POSSO AJUDAR?

- Ligue para a Cruz Vermelha Americana, Região de Serviços de Doação de Sangue pelo número 1-800-GIVE LIFE (1-800-448-3543) para marcar uma hora para doar sangue.
- Entre em contato com os órgãos/organizações da área para saber de que precisam, tais como roupas e alimentos.
- Faça um curso básico de primeiros socorros ou reanimação cardiopulmonar.
- Pense em participar de uma Equipe Comunitária de Resposta a Emergências (CERT). Entre em contato com o seu município para obter mais informações.
- Pense em tornar-se voluntário em uma equipe de resposta de saúde pública. Entre em contato com o seu departamento/distrito de saúde local para obter mais informações.
- Monte um programa de vigilância do bairro para se preparar melhor para possíveis eventos futuros.



Esta Campanha de Prontidão de Connecticut é financiada por fundos dos Centros de Controle e Prevenção de Doenças federais.