



Prep Hispano

www.prephispiano.com presentado por Lisandra Pagán, PhD. Síguenos en Prepárate el Podcast

Kit Básico de Emergencias

Lo que debes tener en tu Kit Básico de Emergencias... ya no nos preparamos para 3 días (piensa en largo plazo).

- Agua (un galón por persona/ por día)
- Alimentos no precederos (y un abre latas sería perfecto).
- Linterna y baterías.
- Vela y encendedor o fósforos.
- Artículos de higiene personal.
- Artículos de primeros auxilios.
- Dinero en efectivo.
- Medicamentos (si llevas algún tratamiento).
- Alimentos y agua para tu mascota (si te aplica).
- Alimentos para infantes o envejecientes con necesidades alimentarias diferentes (si te aplica).