

Preparación para Emergencia

de Individuos con
Necesidades Funcionales
No-Típicas



SERVICIOS DE SALUD Y SOCIALES DE DELAWARE
División de Salud Pública
Sección de Preparación de Salud Pública



Primeros Auxilios

Contenido

- 4 **Introducción** 
- 5 **Lista de Verificación** 
- 6 **Red Personal de Apoyo** 
- 8 **Suministros** 
- 10 **Evaluación e Información para Emergencias** 
- 12 **Animales de Servicio y Mascotas** 
- 14 **Tarjeta de Información de Salud para Emergencias** 

**Preparación
para Emergencia**
de Individuos con
Necesidades Funcionales No-Típicas

Introducción

Listado Personal de Preparación para Emergencias para Individuos Necesidades Funcionales No Típicas

Los desastres pueden afectarnos en cualquier momento, ya sea un evento natural como un huracán, tormenta de nieve, tornado o ataque terrorista. Esto puede ser un momento estresante y peligroso para usted y su familia. Sin embargo, hay cosas que usted puede hacer ahora. Prepararse para una emergencia toma tiempo y esfuerzo, pero usted puede dar pasos importantes para prepararse usted y su familia mejor para una emergencia.

Durante un desastre, usted puede estar más vulnerable y necesitar asistencia adicional como evacuación, escuchar alertas de emergencia y búsqueda de refugio. Usted puede tener algún tipo de discapacidad, condición médica, movilidad limitada o cualquier otra condición.

Entre las cosas que usted puede hacer para estar sobre aviso están la preparación de un botiquín o “kit” de emergencia, recolección de suministros para necesidades especiales, completar una lista de contactos en caso de emergencia y la creación de una tarjeta de salud para emergencias. Este panfleto tiene la intención de ayudarlo a prepararse para enfrentar una emergencia.

Se ha incluido la siguiente lista de verificación para asistirlo a dar los primeros pasos para estar preparado. La lista de verificación debe ser completada en orden, una actividad a la vez. Asegúrese de incluir la fecha a medida que va completando la actividad en la lista de verificación. Si por alguna razón usted no puede completar esta lista por sí mismo, acuda a un amigo o familiar para que le asista.

Fecha de Culminación ▼	Actividad ▼
	Establecer una Red Personal de Apoyo
	Crear un Botiquín o “Kit” con Suministros para Emergencias
	Compilar Suministros para Necesidades Especiales
	Compilar Suministros que Pueda Mantener Con Usted
	Conducir una Evaluación de Habilidad
	Completar una Lista de Contactos de Emergencia
	Compilar y Almacenar Documentos para Uso en Emergencias
	Preparar un Kit de Emergencia para su Animal de Servicio o Mascota
	Preparar una Tarjeta con Información de Salud para Emergencias

Establecer una Red Personal de Apoyo



Todos debemos mantener una red personal de apoyo que incluya amigos, compañeros de cuarto, familiares, parientes, ayudantes personales, compañeros de trabajo y vecinos. Identifique un mínimo de tres (3) personas con las que usted comparte regularmente tiempo significativo durante la semana, trabajo, escuela o sitio de voluntarios.

Su red personal de apoyo puede verificar su estado en caso de emergencia y asegurarse que usted se encuentra bien.

A pesar de un buen planeamiento, algunas veces, la red personal de apoyo debe ser creada en el mismo sitio. Por ejemplo, usted se encuentra en un refugio y necesita buscar ayuda para asistencia inmediata. Piense en lo que va a necesitar, cómo quiere que se haga y qué tipo de personas usted ha seleccionado.

6 Seis Cosas Importantes para su Red Personal de Apoyo

- Hacer arreglos previos a una emergencia con su red de apoyo para que inmediatamente verifiquen con usted después de un desastre y, de ser necesario, ofrecer asistencia.
- Intercambie llaves importantes.
- Comparta copias de sus documentos de emergencia más importantes, plan de evacuación y la tarjeta de información de salud para emergencias.
- Ensaye un sistema o mecanismo de comunicación en cuanto a cómo contactar a los miembros de la red de apoyo en una emergencia. No cuente con que las líneas telefónicas estén disponibles.
- Notifique a su red de apoyo cuando vaya a estar fuera de la ciudad y su fecha de regreso.
- Aprenda de las preguntas de cada uno, sus necesidades y cómo pueden ayudarse unos a los otros en caso de emergencia.

Suministros

Crear un Botiquín o “Kit” con Suministros para Emergencias



Un kit de suministros para emergencias incluye los artículos básicos como agua, alimentos, vestimenta y suministros. Usted necesita preparar artículos para abastecerse al menos por tres días.

- Agua - Un galón diario para cada persona.
- Alimentos - Artículos no perecederos como alimentos que no requieran refrigeración. Incluya un abridor de latas manual.
- Vestimenta - Un cambio de ropa.
- Suministros - Radios de batería, linternas, baterías adicionales, papel, bolígrafos y utensilios plásticos.

Para mayor información sobre cómo crear un plan familiar en caso de desastre y el kit de suministro para emergencias, visite el sitio de Internet en español www.listo.gov o llame al 1-800-BE-READY, TTY# 1-800-464-6161.

Compilar Suministros para Necesidades Especiales



En caso de emergencia, los suministros pueden estar limitados. No espere que los refugios o cualquier otra estación de primeros auxilios cumpla con sus expectativas en cuanto a suministros especiales. Junto a los suministros contenidos en el kit para emergencias, usted debe prepararse con suficientes suministros para necesidades especiales para, al menos, dos semanas. Almacene estos suministros en áreas donde usted anticipe serán fáciles de alcanzar después de un desastre y asegúrese de poner los suministros en bolsas separadas bien identificadas.

Suministros a considerar:

- Equipo de respiración auxiliar.
- Medicamentos recetados, no recetados.
- Suministros desechables como batas y catéteres.
- Lentes o anteojos.
- Baterías adicionales para equipos auxiliares de audición y aparatos de comunicación.

Compilar Suministros que Pueda Mantener Con Usted



Los siguientes suministros se pueden mantener en el automóvil o en su lugar de empleo. Se aconseja utilizar una mochila en incluir lo siguiente:

- Tarjeta de Información de Salud para Emergencias
- Instrucciones sobre asistencia personal y la mejor manera de proveerlas
- Copia de los documentos de emergencia
- Medicamentos esenciales/copia de las recetas médicas (suministro para una semana mínimo)
- Linterna en un llavero
- Aparatos de señalización (silbato, beeper, campanas)
- Radio pequeño de baterías y baterías adicionales

Conduzca una Evaluación de Habilidad



Es importante evaluar su capacidad, limitaciones y necesidades, tanto como su alrededor para determinar qué tipo de ayuda usted necesitará durante una emergencia.

1. ¿Está usted en capacidad de apagar los servicios de agua, gas y electricidad por sí mismo?
2. ¿Puede usted manejar un extinguidor de incendios?
3. ¿Podría usted cargar su kit de suministros para emergencias?
4. ¿Ha usted movido o asegurado objetos de gran tamaño que pueden obstruir su ruta de escape?
5. ¿Cómo evacuaría usted? Mantenga la ruta de escape libre de posibles barreras y obstrucciones. Haga los cambios que sean necesarios y remueva los obstáculos de los pasillos; asegure en su posición artículos pesados como libreros los cuales pueden caerse y obstaculizar su camino. Incluya en sus planes una ruta de escape alterna.

Complete una Lista de Contactos de Emergencia



Una lista de contactos de emergencia incluye los números telefónicos de parientes o amigos que residan fuera del área inmediata de acción y que sirven como referencia para obtener información sobre usted y su familia en caso de desastre o emergencia.

La lista también debe incluir:

- Su red personal de apoyo
- Distribuidor de su equipo
- Médico
- Proveedor de utilidades
- Empleador
- Escuela
- Centro de cuidado diario
- Otros miembros de la familia
- Facilidad alterna para diálisis (de ser necesario)

Compilar y Almacenar Documentos para Uso en Emergencias



Almacene los documentos para uso en emergencias en su residencia dentro del kit de suministros de emergencias. Incluya información sobre:

- Equipo médico
- Medicamentos
- Records familiares
- Testamentos
- Títulos de Propiedad
- Número de su Seguro Social
- Información sobre su cuenta bancaria y tarjeta de crédito

Estos documentos deben ser almacenados en una bolsa plástica con sello o bolsa para congelar y enviar copias a la red personal de apoyo y sus contactos que residan fuera del estado.



Licencias e Identificaciones

Asegúrese de que su animal de servicio o mascota tenga las placas de identificación con el número de teléfono residencial y el de un contacto fuera de la ciudad. Asegúrese de que las licencias y vacunas de su animal estén al día.

Cuidado del Animal

Planee con anticipación los cuidados de su animal en caso de que tenga que evacuar el lugar. Las mascotas, a diferencia de los animales de servicio, pueden no ser permitidas en los refugios de emergencia debido a ciertas regulaciones de salud, de manera que se deben ubicar refugios para estos animales. Contacte al capítulo de la Cruz Roja que le corresponde o a la oficina para el manejo de emergencias local para más información al respecto.

Establezca contacto con los propietarios de otros animales en su vecindario o comunidad. En caso de que usted no esté en casa, habrá alguien para ayudar a su mascota.



Alterne las Indicaciones de Movilidad

Las mascotas y los animales de servicio se pueden confundir, entrar en pánico, atemorizar o desorientar durante y después de un desastre. Manténgalos en un lugar cerrado o asegurados con una correa o arreos correspondientes. Estos arreos son importantes para el manejo de animales nerviosos o indispuestos. Esté preparado para utilizar vías alternativas para el cambio de ambiente.

Kit de Emergencia para su Animal

Prepare suministros para su animal en un empaque que él pueda cargar en caso de que usted tenga que evacuar:

- Platos para comida y agua
- Alimento
- Agua (un galón diario por cada animal)
- Manta para que sirva de cama
- Bolsas plásticas y papel toalla para limpiar sus desechos
- Ungüento Neosporin para pequeñas cortadas. (Los animales pueden cortarse con facilidad durante emergencias. Consulte a su veterinario sobre alguna otra medida específica a tomar con respecto a su animal).
- Juguete o manta favorita de su animal de servicio o mascota.
- Correa o arreos extra



Los individuos con discapacidad o condición médica pueden preparar una tarjeta de salud para emergencias.

¿Qué Es la Tarjeta de Salud para Emergencias?



Una tarjeta de salud para emergencias permite a las unidades de rescate saber lo necesario sobre usted en caso de encontrarlo inconsciente o incoherente, o en caso de que usted necesite ayuda rápida para evacuar. La tarjeta de información de salud para emergencias debe incluir información sobre medicamentos, el equipo que usted usa, alergias y sensibilidades, si tiene dificultad para comunicarse, preferencia en los tratamientos y proveedores de sus tratamientos médicos como información de contacto de personas importantes.

Copias de la Tarjeta

Asegúrese de obtener varias copias de su tarjeta de información de salud para emergencias y mantener una copia en su kit de suministros de emergencias, el kit de suministros que lleva consigo, automóvil, lugar de trabajo, cartera o billetera (detrás de su licencia de conducir o tarjeta de identificación principal), y en la bolsa de la silla de ruedas.

Porciones de esta publicación fueron adaptadas de Independent Living Resource Center San Francisco y del Departamento de Seguridad Nacional de los Estados Unidos.