

Preparándose Para Refugiarse En El Lugar Donde Uno Se Encuentre Asuntos Para Tomar En Cuenta En Los Hogares



PREPARÁNDOSE PARA REFUGIARSE EN EL LUGAR DONDE UNO SE ENCUENTRE ASUNTOS PARA TOMAR EN CUENTA EN LOS HOGARES

“Refugiarse en el lugar donde uno se encuentre” quiere decir quedarse dentro del edificio donde uno esté en el momento que suceda una emergencia o, si uno se encuentra afuera, ir a algún edificio cercano que no haya sido afectado y permanecer ahí durante un período, el cual puede durar unas horas o hasta varios días. Es posible que las autoridades den instrucciones a las personas de refugiarse donde se encuentren en caso de que una explosión o un derrame químico liberen polvo, gases, radiación o productos químicos tóxicos en exteriores. Las personas que viven en la comunidad querrán protegerse de esta manera si una emergencia tal como un apagón eléctrico o una tormenta de nieve hacen muy difícil o peligroso ir a cualquier otra parte. Según cuándo suceda la emergencia, algunas personas probablemente se encuentren en un lugar que no sea su hogar – por ejemplo, en el trabajo, en la escuela, o de compras – alejados de otros miembros de su hogar.

Cuando casi 2,000 personas que viven en diversas comunidades en los sitios piloto del programa *Redefiniendo Preparativos de Emergencia* pensaron qué confrontarían en una emergencia en la cual uno deba refugiarse en el lugar donde esté, identificaron muchas cuestiones críticas para estar protegidos. Si en su casa quieren estar preparados para protegerse en una emergencia de este tipo, reúnanse con otros miembros del hogar para considerar las preguntas que aparecen más abajo. Estas preguntas están diseñadas para hacerles pensar en asuntos importantes, algunos de los cuales tal vez no hayan considerado antes. Hay muchas respuestas correctas posibles, pero no crean que podrán encontrar buenas respuestas fácilmente. En cambio, a medida que consideren juntos las preguntas, decidan cuáles asuntos son relevantes para su hogar en particular y cómo su hogar puede confrontarlos mejor.

Si usted está empleado o tiene niños pequeños en su hogar, eche también una ojeada a *Asuntos para Tomar en Cuenta en las Escuelas y Programa para la Primera Infancia/para Niños*, y participe en conversaciones en esos lugares.

Para más información sobre los problemas que la gente enfrenta cuando trata de refugiarse en el lugar donde está, los ejemplos de acciones específicas que se pueden tomar para resolver esos problemas, y un proceso inclusivo para usar este grupo de preguntas, por favor visite www.redefiningreadiness.net.

I. LA NECESIDAD DE LOS MIEMBROS DE NUESTRO HOGAR DE REFUGIARSE DONDE SE ENCUENTREN

- (1) **¿Qué tipos de emergencias podrían ocurrir en nuestra comunidad que podrían hacernos necesitar refugiarnos en el lugar donde nos encontremos?**
- (2) **Si pensamos en los lugares a los que vamos con regularidad, ¿dónde podría cada uno de nosotros tener que refugiarse en una emergencia de este tipo?**
- (3) **¿Tiene alguno de nosotros responsabilidad de proteger a otras personas en nuestro lugar de trabajo en una emergencia en la cual uno deba refugiarse donde se encuentre?**
 - En tal caso, ¿sabemos qué se espera de nosotros?
 - ¿Hemos recibido entrenamiento para cumplir con esas responsabilidades?

II. COMUNICACIÓN

- (1) **Si estamos en casa, ¿cómo nos enteraremos de la emergencia y cómo nos comunicaremos con los otros?**
 - ¿Qué medios y equipo de comunicación tenemos en casa?
 - ¿Tenemos algún sistema alternativo si ciertas formas de comunicación no funcionan durante la emergencia?
 - ¿Somos parte de un “árbol de llamadas”, como un grupo de vecinos o amigos de confianza que se llamen o manden correo electrónico durante una emergencia?
- (2) **¿Cómo recibiremos información y nos comunicaremos con otros si *no* estamos en casa en el momento de la emergencia?**
 - ¿Qué equipo de comunicación llevamos con nosotros o tenemos en el trabajo?
 - ¿Cómo nos comunicaremos con miembros del hogar que no llevan tal equipo?
- (3) **Si los miembros de nuestro hogar no pueden comunicarse entre sí durante la emergencia, ¿hay alguna otra manera para averiguar cómo están todos?**
 - ¿Tenemos una lista de otras personas a quienes cada uno de nosotros debería llamar o mandar correo electrónico?

- ¿Tiene la comunidad una línea de llamadas o página en Internet con la que podamos ponernos en contacto para informar de nuestra situación y averiguar sobre la situación en que se encuentren otros miembros del hogar durante la emergencia?

III. PROTECCIÓN DE SUSTANCIAS TÓXICAS DE AFUERA DEL EDIFICIO

- (1) **¿Hemos conversado con anticipación sobre una emergencia de este tipo para asegurarnos que todos los miembros de nuestro hogar se refugiarán donde se encuentren (en otras palabras, que no se pondrán en peligro tratando de encontrarse o yendo a un lugar adonde la familia haya arreglado de antemano que irían para encontrarse)?**
- (2) **Si estamos en casa durante la emergencia, ¿qué haremos para protegernos de las sustancias tóxicas de afuera del edificio?**
 - ¿Saben todos en nuestro hogar cómo cerrar o sellar ventanas, puertas y aberturas para ventilación, y cómo apagar el aire acondicionado?
 - ¿Qué habitación en la casa nos protegerá mejor de las sustancias tóxicas de afuera del edificio?
 - Si nos quedamos en esa habitación, ¿tendremos acceso a comunicaciones, a servicios sanitarios, y a provisiones críticas y artículos médicos?
- (3) **¿Cómo nos protegeremos de sustancias tóxicas de afuera si estamos en otro lugar en el momento de la emergencia, por ejemplo en el trabajo, en la escuela, en el centro de cuidado de niños, haciendo compras o en un restaurante?**
- (4) **¿Dónde iremos a protegernos si estamos afuera en el momento de la emergencia?**

IV. NECESIDADES BÁSICAS Y NECESIDADES MÉDICAS

- (1) **Si estamos en casa durante la emergencia, ¿tendremos suficientes provisiones ahí para satisfacer nuestras necesidades básicas y necesidades médicas por varios días?**
 - ¿Es necesario que esas provisiones incluyan medicamentos y artículos médicos, agua en botellas y alimentos no perecederos, productos para higiene, limpieza y tuberías, linternas, velas y fósforos/cerillos, y equipo para comunicación?
 - ¿Necesitamos otras provisiones?

- (2) **Si estamos en algún otro lado durante la emergencia (por ejemplo, en el trabajo, la escuela, centro de cuidado de niños, haciendo compras), ¿sabemos que se hará en ese lugar para satisfacer nuestras necesidades básicas y necesidades médicas durante una emergencia en la cual uno deba refugiarse en el lugar donde se encuentre?**
- (3) **¿Hemos guardado provisiones para emergencias en otros lugares a los que normalmente vamos con regularidad (como en el trabajo, la escuela el centro de cuidado de niños o en el auto)?**
- ¿Es necesario incluir en nuestros equipos de emergencia personales una cantidad como para varios días de todos los medicamentos y artículos médicos que necesitamos (incluyendo chicle de nicotina si fumamos)?
 - ¿Es necesario incluir en nuestros equipos de emergencia personales alimentos para necesidades especiales de alimentación (incluyendo té o café instantáneo si necesitamos cafeína), productos para higiene personal, anteojos o artículos necesarios para lentes de contacto, ropas extra, costurero, toallas, una manta o cobija y almohada, y libros u otras diversiones?
 - ¿Es necesario que los equipos de emergencia personales para nuestros niños también incluyan un juguete o cobija que los reconforte, y cosas que necesitan para poder dormirse?
 - ¿Necesitamos incluir algo más en nuestros equipos de emergencia personales?
- (4) **Si tenemos niños que asisten a la escuela, centro de cuidado de niños, o algún otro programa para niños, ¿le hemos proporcionado a la organización:**
- un registro de los problemas médicos, alergias y medicamentos de cada niño?
 - permiso por escrito para que se le den los medicamentos a cada uno de nuestros niños en caso de emergencia?
- (5) **Para satisfacer nuestras necesidades médicas si no estamos en casa, en el trabajo, en la escuela o en el centro de cuidado de niños durante la emergencia, ¿debería cada uno de nosotros tener todo el tiempo consigo una provisión de nuestros medicamentos y artículos médicos como para tres días?**

V. CUIDADO DE DEPENDIENTES

(1) ¿Hemos hecho arreglos con otras personas para que provean cuidado a los niños, adultos y animales que dependen de nosotros – con varios reemplazantes, para estar seguros que nuestras responsabilidades de cuidado se cumplirán si tenemos que refugiarnos en el lugar donde nos encontremos durante una emergencia de este tipo?

- ¿Hemos dado a la escuela, centro de cuidado de niños o programa para niños al que asisten nuestros niños una lista de todas las personas autorizadas para recogerlos?
- ¿Hay en nuestro vecindario una “casa segura” donde los niños que estén solos en casa puedan ir durante una emergencia?
- ¿Se ha organizado en nuestro vecindario un sistema de “compañeros” o equipos para controlar cómo están las personas dependientes que estén solas en sus casas durante una emergencia?
- ¿Están nuestros niños al tanto de esos planes alternativos de cuidado?

(2) ¿Hemos hablado con la escuela, centro de cuidado de niños, programa para niños, o “babysitter” sobre quién cuidará a nuestros niños si nosotros tenemos que refugiarnos en el lugar donde nos encontremos durante la emergencia?

- Si alguien a quien autorizamos recoge a nuestros niños, ¿tomarán nota en la escuela o programa de quién recogió al niño, cuándo lo hizo, y adónde se llevó al niño?
- Si no podemos recoger a nuestros niños ni encontrarnos con ellos en casa durante la emergencia – ni nosotros ni nuestros reemplazantes autorizados -- ¿qué hará la escuela, el centro de cuidado de niños, el chofer del autobús o la “babysitter” para asegurarse de que nuestros niños estén bajo supervisión y seguros?
- ¿Le hemos proporcionado a nuestra “babysitter” o al personal de cuidado de niños algún incentivo para que sigan cuidando a nuestros niños en una situación de este tipo? Si así fuera, ¿qué pasará con las personas que dependen de ellos?

(3) ¿Saben nuestros niños y otros dependientes qué hacer si están solos en casa durante la emergencia?

- ¿Saben cómo usar el teléfono y a quién llamar para pedir ayuda?

- Si están discapacitados, ¿tienen un sistema de alarma personal para llamar a pedir ayuda?
- Hasta que llegue alguien a ayudarlos, ¿saben cuál es el lugar más seguro de la casa al que deben ir? ¿Están en esa habitación todas las provisiones que necesitarán? ¿Pueden usar esas provisiones?

VI. MALESTAR EMOCIONAL Y VIOLENCIA

(1) ¿Hemos tomado medidas de antemano para reducir el estrés emocional que podríamos sufrir en una emergencia en que uno deba refugiarse en el lugar donde se encuentre?

- ¿Han tenido todas las personas en nuestro hogar la oportunidad de pensar en una emergencia de este tipo por adelantado?
- ¿Hemos arreglado las maneras en que nos comunicaremos entre nosotros o averiguaremos cómo está cada uno durante la emergencia?
- ¿Hemos incluido artículos para reconfortarnos y para diversión en nuestros equipos de emergencia personales?
- ¿Hemos hecho arreglos para que todos nuestros dependientes reciban cuidado durante la emergencia?
- ¿Estamos seguros de que en los lugares de trabajo de los miembros de nuestro hogar, en sus escuelas, centros de cuidado de niños y programas para después de la escuela, han hecho preparativos para reducir a un mínimo las condiciones que pueden provocar comportamientos revoltosos o violentos entre las personas que estén refugiadas en el lugar (tales como escasez de alimentos, de agua, de medicamentos y de servicios sanitarios, amontonamiento, temperaturas extremas, acceso a armas y alcohol, y puertas cerradas con llave)?
- ¿Hemos hablado con nuestros empleadores para estar seguros que no perderemos nuestro trabajo o ingresos y que nuestras responsabilidades críticas de trabajo se cumplirán si no podemos llegar al trabajo porque nos estamos refugiando en algún otro lado durante la emergencia?
- ¿Hemos instalado sistemas de alarma en nuestros hogares y negocios, o hemos organizado un programa de vigilancia del vecindario para proteger nuestra propiedad si necesitamos refugiarnos en algún otro lado?
- ¿Sería útil aprender técnicas de relajación o aprender auto-defensa?

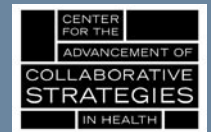
- (2) **¿Hemos pensado qué podríamos hacer para ayudarnos a nosotros mismos y a otras personas en el edificio a mantenerse con calma durante una emergencia en la cual uno deba refugiarse en el lugar donde se encuentre (por ejemplo, mantenerse unos a otros ocupados y entretenidos, organizar un sistema de “compañeros” para que las personas en el edificio puedan darse apoyo y cuidarse unos a otros mientras duermen, y ayudar a las personas a no pensar en sus miedos dándoles tareas útiles para que hagan)?**

VII. PROCESO DE PLANIFICACIÓN PARA EMERGENCIAS

- (1) **¿Quién ha participado en desarrollar los planes de nuestro hogar para responder a una emergencia en la cual sea necesario refugiarse en el lugar donde uno esté?**
- ¿Qué papel ha tenido cada miembro de nuestro hogar?
 - ¿De qué aspectos del plan está al tanto cada miembro del hogar y cómo se le ha informado?
 - ¿Cómo hemos practicado nuestros planes y determinado qué tan efectivos son?
 - ¿Con qué frecuencia revisamos nuestros planes y los modificamos si es necesario?
- (2) **¿Qué papel hemos tenido en el desarrollo de los planes para refugiarse en el lugar donde uno se encuentre que se hayan hecho en los lugares de trabajo, escuelas, centros de cuidado de niños y programas para después de la escuela de los miembros de nuestro hogar?**
- ¿Cuánto sabemos sobre esos planes?
 - ¿Tenemos alguna inquietud o pregunta sobre esos planes?
- (3) **¿Qué tipos de apoyo o incentivos ayudarían a nuestro hogar a estar preparado para refugiarse en el lugar donde uno se encuentre?**

Center for the Advancement of Collaborative Strategies in Health

The New York Academy of Medicine
1216 Fifth Avenue, Room 452
New York, NY 10029-5293
212.822.7250



www.cacsh.org



THE NEW YORK ACADEMY OF MEDICINE

www.nyam.org

