



## Información sobre evacuación comunitaria para personas de la tercera edad

### Community Evacuation Information for Seniors

Preparase para y reaccionar ante desastres tales como incendios forestales, inundaciones, derrumbamientos, terremotos y tormentas requiere una atención especial de las necesidades de las personas de la tercera edad.

Las personas de la tercera edad que viven solas, están enfermas o discapacitadas necesitan un apoyo especial y un plan de emergencia.

#### ¿Qué ocurrirá si tengo que evacuar mi hogar en un caso de emergencia?

Si la policía o la Real Policía Montada de Canadá (RCMP, por sus siglas en inglés) le da una orden de evacuar su hogar o comunidad, salga de la zona inmediatamente. Eso significa que usted está en peligro.

Las autoridades de emergencias le proporcionarán información sobre las rutas de transporte y el alojamiento.

No regrese a su hogar hasta que las autoridades de emergencias le indiquen que es seguro hacerlo.

#### ¿Cómo puedo prepararme para una evacuación de emergencia?

Forme una red de apoyo de al menos 3 personas de confianza que le puedan ayudar durante una emergencia. Deles las llaves y añada su información de contacto a un plan de emergencia compartido.

Se debe informar a la red de apoyo sobre cualquier problema de salud o sobre sus medicamentos, así como enseñarle a operar el equipo médico especializado para la movilidad, como elevadores, sillas de ruedas o scooter.

Organícese con su red de apoyo para que vayan a comprobar inmediatamente si usted está bien después de un desastre.

#### ¿Qué provisiones debo tener para un caso de emergencia?

Es importante planificar con antelación y pensar en sus necesidades personales en caso de emergencia. Piense en lo que va a necesitar, asegúrese de tenerlo al alcance y que se pueda portar con la mayor facilidad posible (fácil de transportar).

#### Artículos básicos en caso de emergencia y para la supervivencia durante 72 horas:

- Agua – 4 litros de agua potable por día por persona, para al menos 3 días
- Comida – Suministro de alimentos no perecederos para al menos 3 días y un abrelatas manual para las latas
- Botiquín de primeros auxilios
- Un celular con cargadores, inversor o cargador solar
- Mapas de la región y algo de dinero en efectivo en billetes pequeños
- Una mascarilla antipolvo para ayudar a filtrar el aire contaminado

- Ropa y calzado apropiados para la estación del año
- Bolsas de basura, toallitas húmedas y amarres de plástico para la higiene personal
- Artículos especiales como medicamentos con receta, necesidades dietéticas, equipo para personas con discapacidades y otros artículos que necesite para los problemas de salud que pueda tener
- Una linterna a pilas o a manivela y pilas adicionales
- Una radio a pilas o a manivela y pilas adicionales
- Silbato, para poder pedir ayuda
- Una copia de su plan de emergencia y una lista de contactos con los nombres y números importantes de familiares, amigos, proveedores de asistencia sanitaria y cuidadores

### **Provisiones adicionales para una emergencia:**

- Una pequeña bolsa con llaves extra de su automóvil y hogar
- Una muda de ropa y calzado para cada miembro de la familia
- Un saco de dormir o manta (isotérmica) para cada miembro de la familia
- Papel higiénico y otras provisiones para el cuidado personal
- Guantes de seguridad
- Herramientas básicas, como martillo, alicates, llave inglesa, destornilladores, tornillos pasadores, guantes de trabajo
- Una pequeña cocina de combustible y combustible - siga las instrucciones del fabricante y guárdela adecuadamente

### **Como parte de su plan de emergencia puede necesitar algunos de los siguientes artículos que se pueden poner en una bolsa de viaje para que estén preparados:**

- Documentos personales e identificación con fotografía
- Un historial médico o resumen de su salud que incluya problemas crónicos y operaciones recientes
- Lista de sus medicamentos y copias de sus recetas
- Medicamentos y suplementos vitamínicos adicionales
- Lentes graduadas y calzado ortopédico
- Dentaduras postizas y limpiador adicional
- Aparatos auditivos y pilas adicionales
- Equipos para la movilidad como bastones, andadores y asientos elevados para inodoros – piense si los puede llevar o usar durante una emergencia
- Equipo especial para respirar
- Suministros para la incontinencia

Proporcione a su familia y amigos una lista de contactos de amigos, vecinos, agencias, proveedores de asistencia sanitaria y cuidadores.

### **Para más información**

Para obtener más información sobre la preparación en caso de emergencia, visite:

- PreparedBC [www2.gov.bc.ca/gov/content/safety/emergency-preparedness-response-recovery/preparedbc](http://www2.gov.bc.ca/gov/content/safety/emergency-preparedness-response-recovery/preparedbc)
- Cruz roja de Canadá (Canadian Red Cross) [www.redcross.ca](http://www.redcross.ca)

---

Para leer acerca de otros temas en los folletos de HealthLinkBC, vea [www.HealthLinkBC.ca/healthfiles](http://www.HealthLinkBC.ca/healthfiles) o visite su unidad local de salud pública. Para obtener información y consejos en temas de salud en B.C. (para casos que no constituyan una emergencia), vea [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) o llame al número gratuito **8-1-1**. El número telefónico de asistencia para personas sordas o con problemas de audición es el **7-1-1**. Ofrecemos servicios de traducción (interpretación) en más de 130 idiomas para quienes los soliciten.