



ESRD National Coordinating Center  
**Kidney Community  
Emergency Response**



Centros de Servicios para Medicare & Medicaid  
y  
Centro Nacional Coordinador de ESRD

# Adiestramiento para Preparación Personal

Día Mes Año



# Introducción

- **Preparación personal incluye estar preparado para emergencias en el hogar, en su automóvil, o cualquier sitio en el que usted pase su tiempo.**
- **El propósito de este adiestramiento es familiarizarlo con los conceptos básicos de preparación personal**
- **Los partícipes podrán:**
  - Compartir razones por las que la preparación es importante
  - Listar artículos esenciales para un kit de preparación
  - Describir las partes importantes de un plan básico
  - Explicar cómo mantenerse informado e involucrado





# ¿Qué es una Emergencia?

- Cualquier incidente con resultados posiblemente negativos, ya sea natural o provocado intencionalmente
- Requiere medidas de acción para suplementar actividades normales para
  - Salvar y proteger vidas y propiedades
  - Mantener o asegurar la salud pública y la seguridad pública
  - Disminuir o evitar la amenaza de una catástrofe en cualquier parte de los Estados Unidos



Courtesy FEMA



# ¿Qué es un Desastre?



- Una emergencia considerada por gobiernos locales lo suficientemente severa la cual exija respuesta y dedicación de recursos más allá del alcance normal de una sola jurisdicción o rama de gobierno local.





# ¿Por Que Prepararse?

- Tomar pasos simples para prepararse de antemano puede minimizar impactos peligrosos y hace gran diferencia en garantizar la seguridad y bienestar de todo individuo, familias, negocios y comunidades



- Obtenga un Kit
- Haga un Plan
- Manténgase Informado
- Involúcrese



# ¿Dónde Estar Preparados?

## ■ Hogar

- Seguridad – El conocimiento de que su familia está a salvo y los miembros de la familia saben que hacer

## ■ Trabajo

- Su habilidad en trabajar; conociendo de que la familia está segura

## ■ Otras consideraciones

- Si estás preparado, no tendrás que depender de recursos de primeros auxilios – de manera que ellos entonces podrán responder a incidentes críticos





# ¿Quién se Debería Preparar?

- ¡Comienza con Usted! ¡Sea el Ejemplo!

- Su Familia

- La Institución de su Empleo/Unidad de Diálisis



- ¿Estas familiarizado con los planes de emergencias de tu lugar de trabajo/unidad de diálisis?
- ¿Están usted y sus colegas/compañeros adiestrados en los planes de emergencia?
- ¿Sabe usted como comunicarse con su trabajo/unidad en el evento de una emergencia o desastre?

# Prepare un Kit (también conocido como un Go-Bag o Go-Kit)



ESRD National Coordinating Center  
**Kidney Community  
Emergency Response**





# Preparando un Kit



- **Cuando impacta un desastre, ayuda inmediata puede que no esté disponible**
- **Incluya suministros básicos para su familia y mascotas por lo menos para 7 días**
- **Prepare por lo menos 2 kits: uno para su hogar; otro kit portátil más pequeño para llevárselo en el evento que tenga que irse; y, si es posible, un kit para su oficina y automóvil**



# ¡Hacer un Kit!

## ■ Alimentos

- **Productos no perecederos que no requieran refrigeración o ser cocinados**
- **Dieta Renal: alimentos no perecederos**
- **Ejemplos: alimentos enlatados, barras de granola**
- **Agua para la preparación de alimentos**
- **Incluya si es necesario un abrelatas manual**

## ■ Agua

- **Un galón por persona y/o mascota por día, para tres días**
- **Almacene en botellas de plástico limpias y selladas (libre de BPA si es posible)**
- **Reemplace cada 6 meses**

## ■ Kit de Desechables

- **Vasos y platos de papel, y utensilios de plástico**
- **Toallas de papel**
- **Bolsas de basura**
- **Toallitas húmedas**

## ■ Caja de Cerillas en un Envase Impermeable



## ■ Lejía de Cloro Doméstico y Gotero de Medicina

- **9 partes de agua: 1 parte de lejía hace un buen desinfectante**





# ¡Hacer un Kit!

- **Bolsa de Dormir y Cobijas**
- **Una Muda de Ropa Completa**
  - **Pantalones y Camisas**
  - **Zapatos resistentes y medias**
  - **Equipo impermeable para afuera**
  - **Guantes de trabajo y/o cálidos**
- **Máscaras Anti-polvo**
- **Radio (con baterías)**
  - **Con función de alertas meteorológica de NOAA y baterías de repuesto**
- **Linterna con baterías de repuesto**



- **Botiquín de Primeros Auxilios**
  - **Incluya artículos específicos para su familia e necesidades personales**
  - **Medicamentos para 7 días**
- **Artículos de Cuidado Personal**
- **Juguetes y Actividades para Niños**
- **Mapas Locales**
- **Un Silbato/Pito**
  - **Utilizado para señalar que necesita ayuda si está atrapado**
- **Herramientas**
  - **Llave inglesa, Alicates, Tijeras, Abrelatas**





# ¡Hacer un Kit!

- **Copias de Documentos Importantes en Envase Impermeable o Flash Drive**
  - Identificación, Certificado de Nacimiento
  - Tarjeta de Seguro Social, Licencia
  - Información Médica
  - Pólizas de Seguro
  - Registros: Hogar, Auto, Salud
  - Archivos de Cuentas del Banco
  - Fotos Familiares
  - Información de Contacto Importante
    - Familiares, Escuela, Trabajo, Doctores, Unidad de Diálisis, Representante de Seguro, Proveedores, Mantenimiento y/o Mecánico



- **Dinero en Efectivo (billetes pequeños) y monedas**
- **Papel y Bolígrafo**
- **Provisiones para Mascotas**
  - Agua y Comida
  - Correa y Collar con Nombre
  - Jaula / Portador
  - Juguetes
  - Registros de Salud
  - Arena Sanitaria para Gatos y Recogedor
  - Bolsas Plásticas



# Hacer un Plan de Emergencia



ESRD National Coordinating Center  
**Kidney Community  
Emergency Response**



# Haga un Plan

- Reúna a su familia y planifique con antelación lo que hará en caso de una emergencia



- Un plan bien planificado le permitirá evaluar la situación, utilizar buen sentido común, y tomar mejor cuidado de usted y sus seres queridos



# Componentes del Plan

- **Contacto Fuera del Pueblo** – En caso de emergencia puede que sea más fácil hacer una llamada fuera de la ciudad; designe un contacto fuera de su pueblo para que pueda recibir e remitir información para su familia
- **Planes de Escuela, Trabajo, y Centro de Diálisis** – Aprenda sobre los planes de emergencia de su lugar de trabajo, centro de diálisis y la escuela de sus niños
- **Lugar para Reunirse** – Escoja dos lugares donde se podrán encontrar: uno en su vecindario; uno fuera del vecindario
- **Personas de Mayor Edad e Individuos con Discapacidad y Necesidades Especiales** – Desarrolle un plan de emergencia que considere las necesidades únicas de cada persona, incluyendo una red de apoyo personal para llamar en el evento de una emergencia
- **Mascotas** – Planifique con sus vecinos, amistades o familiares para asegurar de que alguien esté disponible para cuidar, o desalojar, a su mascota si usted no lo puede hacer



# ¿Quedarse o Irse?

## Desalojar versus Tomar Refugio en Lugar

- En algunas situaciones las autoridades le pueden pedir de desalojar su hogar
  - Huracanes, inundaciones, fuegos, etc.
- En otras situaciones, quedarse en donde se encuentra y evitar peligro es lo mejor
- Escuche las instrucciones de los oficiales locales de manejo de emergencias
- Planifique a donde ira; escoja varios lugares en diferentes direcciones



# ¿Quedarse o Irse?

## Desalojar versus Tomar Refugio en Lugar

- **Planifique rutas en la que conducirá su vehículo, tenga mapas y rutas alternas**
- **Si no tiene un carro, familiarícese sobre las opciones de transportación pública**
- **Llévese con usted su Kit de Suministros para Emergencias**
  - **Apague las utilidades si es necesario**
  - **Cierre sus puertas de su hogar**
- **Llévese su mascota con usted; planifique en escoger con anticipación un alojamiento que permita mascotas**

# Manténgase Informado – Involúcrese



ESRD National Coordinating Center  
**Kidney Community  
Emergency Response**





# ¡Infórmese!

- **Identifique medios locales confiables de televisión, radio, e internet**
- **Monitoree el desarrollo del tiempo e información de emergencia**
- **Escuche cuidadosamente a las instrucciones de Administradores de Manejo de Emergencias y Autoridades de Gobierno**
- **Infórmeme a aquellos que identifico en su plan sobre su decisión de desalojar o tomar refugio su hogar**
- **¡Esté consciente, pero comparta con cuidado!**
  - Tome discreción cuando comparta información con niños
  - Imágenes repetitivas de daños y destrucción pueden ser perjudiciales
  - No toda información publicada es verificada



# ¡Involúcrese!

- **Piense en lo que hará antes de que impacte un desastre**
- **Manténgase en buena forma física**
- **Pregúntele a su empleado sobre sus planes de emergencia**
- **Oportunidades de adiestramiento y para ser voluntario son fácilmente accesibles**
  - Aprenda Primeros Auxilios Básicos y CPR (con AED)
  - Tome parte como voluntario en grupos cívicos y religiosos que se enfocan en la comunidad
  - Asista a clases de adiestramiento gratuitas

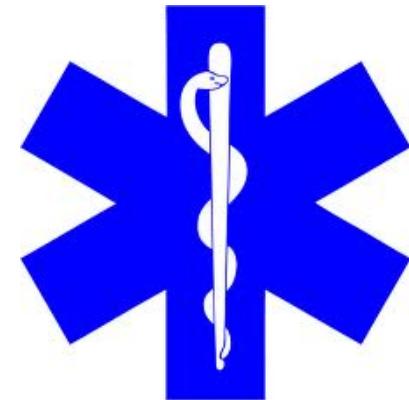
***¡Si Ves Algo, Di Algo!***



# ¡Involúcrese!



**American  
Red Cross**



**citizen****corps**  
UNITING COMMUNITIES  
PREPARING THE NATION

[www.citizencorps.gov](http://www.citizencorps.gov)





# Enlaces útiles

- **Preparándose para Emergencias: Una Guía para Personas en Diálisis**
  - <http://kcercercoalition.com/wp-content/uploads/2013/01/101501.pdf>
- **Ready.gov – Lista para el Go Kit**
  - [www.ready.gov/sites/default/files/documents/files/checklist\\_1.pdf](http://www.ready.gov/sites/default/files/documents/files/checklist_1.pdf)
- **Read.gov – Plan de Emergencia para la Familia**
  - <http://www.fema.gov/media-library-data/20130726-1802-25045-8282/famemeplan.pdf>



# Puntos Clave

- **Hay varias cosas que puede hacer ahora para prepararse**
- **Haga un kit con todo lo que necesita para su autosuficiencia para por lo menos una semana**
- **Escriba un plan con las necesidades de todos y planifique como tomar refugio en lugar o desalojar**
- **Siempre escuche a los oficiales de gobierno y manejo de emergencias**
- **Escuche medios de noticias verificables y agencias de gobierno para obtener información precisa de último minuto**
- **Envuélvase en su comunidad y aproveche los beneficios de ayudar a otros a prepararse**



# ¿Preguntas?



# ¡Muchas Gracias!



ESRD National Coordinating Center  
**Kidney Community  
Emergency Response**





ESRD National Coordinating Center  
**Kidney Community  
Emergency Response**



PARA MAS INFORMACION  
QUALITY INSIGHTS RENAL NETWORK 3

**Director Ejecutivo del Network**

**Chris Brown**

**ChrisBrown@nw3.esrd.net**

**Coordinadores de Manejo de Emergencias**

**Yessi Cubillo**

**YCubillo@nw3.esrd.net**

**Joan Wickizer**

**JWickizer@nw3.esrd.net**



**ESRD NATIONAL COORDINATING CENTER (NCC)**

**1979 Marcus Avenue, Suite # 105**

**Lake Success, NY 11042-1072**

**Fax: 516-326-7805**

**ncc@ncc.esrd.net**

**[www.esrdncc.org](http://www.esrdncc.org)**

**[www.fistulafirst.org](http://www.fistulafirst.org)**

**[www.kcercoalition.org](http://www.kcercoalition.org)**

This material was prepared by the End Stage Renal Disease Network Coordinating Center (NCC), under contract with the Centers for Medicare & Medicaid Services (CMS), an agency of the U.S. Department of Health and Human Services. The contents presented do not necessarily reflect CMS policy. CMS Contract Number: HHSM-500-2013-NW002C.



ESRD National Coordinating Center  
**Kidney Community  
Emergency Response**



PARA MAS INFORMACION

**CMS GTL**

**Kathleen Egan, RN, MSN, CPHQ**

[Kathleen.Egan@cms.hhs.gov](mailto:Kathleen.Egan@cms.hhs.gov)

**Directora de KCER**

**Joan Thomas, MPA, CEM, ABCP, MEP**

[jthomas@ncc.esrd.net](mailto:jthomas@ncc.esrd.net)

**Especialista de Manejo de Emergencias**

**Angelo Belfiore, BA, CHS III**

[abelfiore@ncc.esrd.net](mailto:abelfiore@ncc.esrd.net)



**ESRD NATIONAL COORDINATING CENTER (NCC)**

**1979 Marcus Avenue, Suite # 105  
Lake Success, NY 11042-1072**

**Fax: 516-326-7805**

**[ncc@ncc.esrd.net](mailto:ncc@ncc.esrd.net)**

**[www.esrdncc.org](http://www.esrdncc.org)**

**[www.fistulafirst.org](http://www.fistulafirst.org)**

**[www.kcercoalition.org](http://www.kcercoalition.org)**

This material was prepared by the End Stage Renal Disease Network Coordinating Center (NCC), under contract with the Centers for Medicare & Medicaid Services (CMS), an agency of the U.S. Department of Health and Human Services. The contents presented do not necessarily reflect CMS policy.  
CMS Contract Number:  
HHSM-500-2013-NW002C.

# KCER

## [kceroalition.com](http://kceroalition.com)

Los Centros de Servicios para Medicare y Medicaid (CMS por sus siglas en Ingles), Centros de Estándares Clínicos y Calidad (CCSQ por sus siglas en inglés), es responsable por la supervisión de los 18 contratistas quienes tienen la tarea de trabajar con más de 5,000 unidades de diálisis supervisando y facilitando iniciativas en mejoramiento de la calidad. Un área específica en la responsabilidad del Network es el área de preparación para Emergencias y Desastres.

CMS le ha otorgado al Network de ESRD 2 (Nueva York) un proyecto especial titulado el Centro Coordinador de Network (NCC por sus siglas en inglés) para organizar y apoyar a los 18 Networks en varias áreas. Una de las responsabilidades dentro de los Proyectos Especiales del NCC es la coordinación de esfuerzos para el manejo y la respuesta local de los 18 Networks de ESRD. El grupo de Respuestas a Emergencias en la Comunidad Renal (KCER por sus siglas en inglés) es el componente de los proyectos especiales del NCC encargado con esta responsabilidad. KCER es la autoridad principal en la preparación de emergencia y respuesta en la comunidad de los Networks de ESRD con liderazgo y gestión delegada al personal de KCER bajo la autoridad y dirección de CMS.



ESRD National Coordinating Center  
**Kidney Community  
Emergency Response**

