



# CURSO



## PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIAS

en época de COVID-19

Con el apoyo de



Financiado por  
Unión Europea  
Protección Civil y  
Ayuda Humanitaria

### PROYECTO

Fortalecimiento de la coordinación entre el sector privado, la sociedad civil y el SNGRD en Colombia, para una mejor respuesta ante contextos multiamenazas.

# PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIAS



Este curso busca orientar a la familia en el proceso de formulación de su Plan Familiar de Emergencias, promoviendo el conocimiento y liderazgo de cada uno de sus integrantes para proteger sus vidas y las de sus seres queridos.

La Cruz Roja Colombiana es uno de los socios de la Comisión Europea y la Cruz Roja Alemana, para llevar a cabo este tipo de acciones que, buscan fortalecer la capacidad de coordinación entre instituciones y actores, y de esta forma lograr preparación eficaz, respuesta oportuna y adecuada recuperación.

# Sinopsis

En esta ocasión, nos hemos unido en la Cruz Roja Colombiana como grupo interdisciplinario de profesionales del Área de Gestión de Riesgo de Desastres, para desarrollar una herramienta de preparación individual, grupal/familiar, la cual oriente a reconocer gran parte de los riesgos a los que están expuestos los hogares, formular las medidas para reducirlos, e identificar acciones para actuar durante posibles escenarios de emergencia que, se puedan presentar en el tiempo actual de pandemia SARS-CoV-2 o COVID-19.

# CONTENIDO

- Generalidades sobre el Plan Familiar de Emergencias – PFE.
- Pasos para elaborar PFE.
  1. Comprendamos el riesgo en nuestro hogar.
    - 1.1 Conozcamos los alrededores y la historia del sector.
    - 1.2 Conozcamos nuestra vivienda.
    - 1.3 Identifiquemos el estado de salud de nuestra familia.
    - 1.4 Evaluemos las vulnerabilidades frente al COVID-19.
    - 1.5 Reconozcamos nuestras capacidades.

**2.** Generemos acciones transformadoras.

**2.1** Establezcan prioridades.

**2.2** Trabajo en familia.

**2.3** Transformando vulnerabilidades frente al COVID 19.

**3.** Preparémonos para actuar.

**3.1** Recomendaciones generales.

**3.2** Kit de Emergencias.

**3.3** Plan Familiar de Emergencias.

**4.** Actuemos ante la emergencia.

**4.1** Recomendaciones generales dentro de la vivienda.

**4.2** Recomendaciones generales fuera de la vivienda.

**4.3** Recomendaciones generales después de la emergencia.

**5.** Recomendaciones frente al COVID-19.



# ALGUNOS CONCEPTOS PARA FAMILIARIZARNOS

## AMENAZA

---

Peligro latente de que un evento físico de origen natural, que sea causado, o inducido por la acción humana de manera accidental, se presente con una severidad suficiente para causar pérdida de vidas, lesiones u otros impactos en la salud, así como daños y pérdidas en los bienes, la infraestructura, los medios de sustento, la prestación de servicios y los recursos ambientales. (Ley 1523 de 2012).

## VULNERABILIDAD

---

Susceptibilidad o fragilidad física, económica, social, ambiental o institucional que tiene una comunidad, de ser afectada o de sufrir efectos adversos en caso de que un evento físico peligroso se presente. Corresponde a la predisposición de sufrir daños o pérdidas de seres humanos y sus medios de subsistencia, así como de los sistemas físicos, sociales, económicos y de apoyo. (Ley 1523 de 2012).

## CAPACIDAD

---

Conjunto de condiciones, cualidades o aptitudes, especialmente intelectuales, que permiten el desarrollo de algo, elementos que poseo en el hogar, y los cuales puedo usar en caso de emergencia. (Pica, pala, botiquín, estufas y carpas entre otros).

## SIMULACRO

---

Proceso o ejercicio que se realiza imitando un suceso real, para tomar las medidas necesarias de seguridad en caso de que ocurra realmente.





# PASOS PARA ELABORAR EL PFE

1

COMPRENDAMOS EL RIESGO EN NUESTRO HOGAR

2

GENEREMOS ACCIONES TRANSFORMADORAS

4

ACTUEMOS ANTE LA EMERGENCIA

3

PREPARÉMONOS PARA ACTUAR

5

INTEGREMOS ACCIONES AL PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIAS PARA PREVENIR EL COVID-19.

# CURSO

## PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIAS

en época de COVID-19

Con el apoyo de



Financiado por  
Unión Europea  
Protección Civil y  
Ayuda Humanitaria

# 1

## COMPRENDAMOS EL RIESGO EN NUESTRO HOGAR



Cruz Roja  
Colombiana

# COMPRENDAMOS EL RIESGO EN NUESTRO HOGAR



## IDENTIFICA

Identifica las amenazas a las que está expuesto tu hogar, vulnerabilidades y los riesgos que se generan en el hogar y su entorno.



## DETERMINA

Determina las capacidades que te permitirán actuar ante situaciones de emergencia en el hogar.



## RECONOCE

Reconoce en tu hogar quienes están en riesgo de contraer COVID-19 debido a sus condiciones o actividades cotidianas.



# CONOZCAMOS LOS ALREDEDORES Y LA HISTORIA DEL SECTOR

Identifica si en los alrededores de tu casa existen condiciones que amenacen la vivienda, por ejemplo: un río cercano, un volcán, una estación de combustible o vías de alto tráfico vehicular. Cercanía a industrias o fábricas; si se encuentra ubicada en una zona de alto riesgo sísmico o en zona de ladera. (Podría ser útil dar un paseo por los alrededores de la vivienda).



Analiza qué efectos negativos pueden generar estas amenazas (sobre las personas o a los bienes), si llegaran a ocurrir. Por ejemplo: en caso de sismo, se pueden sufrir heridas, de muerte, daño a los enseres del hogar, colapso de la vivienda, etc.

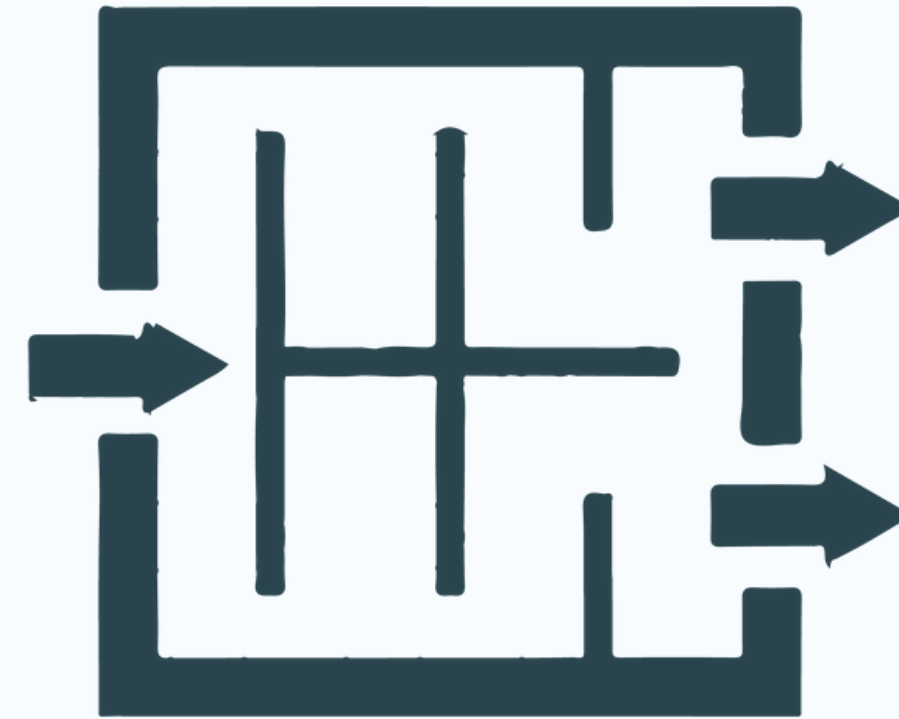


Indaga con tus familiares de mayor edad y con los vecinos, sobre emergencias que se hayan presentado en el sector: ¿Cuáles se han presentado una vez y cuáles recurrentemente (incluyendo emergencias de salud)? ¿Qué acciones tomaron la comunidad o las autoridades al respecto? También puedes consultar fuentes en Internet, siempre y cuando sean confiables.

**CONOZCAMOS LOS  
ALREDEDORES Y LA HISTORIA DEL SECTOR**

# CONOZCAMOS NUESTRA VIVIENDA

Identifica los obstáculos y peligros en puertas, pasillos y escaleras que puedan dificultar la evacuación en caso de emergencia.



Revisa con tu familia la estructura de la casa y detalla elementos como: materiales de construcción, pisos, paredes, techos, vigas y columnas; verifica el estado de las instalaciones eléctricas y de gas, tuberías, desagües; revisa si se encuentran almacenados elementos peligrosos y/o productos químicos de limpieza.

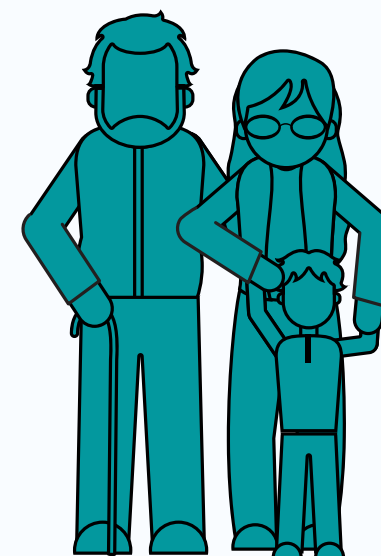
# IDENTIFIQUEMOS EL ESTADO DE SALUD DE NUESTRA FAMILIA



Verifica las condiciones de salud de todos los integrantes de la vivienda y evalúa cómo puede afectarlos una emergencia.



Ten en cuenta si dentro de la vivienda algún miembro de la familia se encuentra aislado por COVID-19 u otra infección transmisible.



Identifica las condiciones de movilidad de todas las personas de la familia y examina si algún integrante presenta dificultad o requiere asistencia durante una evacuación.



Revisa si algún miembro de tu familia sufre problemas coronarios, pulmonares, diabetes, infecciones, diabetes u otras condiciones de salud que, debiliten sus defensas y lo hagan más vulnerable.



# EVALUEMOS LOS RIESGOS FRENTE AL COVID-19

Realiza un listado de las situaciones que aumentan el riesgo de contagio de COVID 19 en tu hogar: personas que salen diariamente a la calle, cuidadores de niños, adultos mayores o con condiciones especiales, personas que visitan instituciones de salud, quienes tienen contacto con público que aumentan el riesgo de contagio de COVID-19.

Identifica familiares vulnerables al COVID-19: mayores de 60 años, o cualquiera con diagnóstico de obesidad, hipertensión, diabetes, enfermedades autoinmunes, inmunosupresión por cualquier causa, enfermedad pulmonar crónica, falla cardíaca, etc.





# RECONOZCAMOS NUESTRAS CAPACIDADES

Haz un listado de las capacidades y recursos con los que cuenta tu grupo familiar y comunidad, para afrontar una emergencia, por ejemplo:

**Relaciona personas, elementos, utilidad y ubicación.**



# CONSOLIDEMOS LO VISTO

- Listado de amenazas, vulnerabilidades y capacidades.
- Lista de chequeo de las condiciones de la vivienda.
- Calendario histórico de emergencias.
- Listado de capacidades.



# CURSO

## PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIAS

en época de COVID-19

Con el apoyo de



Financiado por  
Unión Europea  
Protección Civil y  
Ayuda Humanitaria

# 2

## GENEREMOS ACCIONES TRANSFORMADORAS



Cruz Roja  
Colombiana



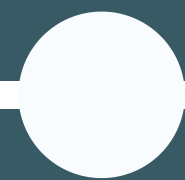
# CÓMO ORIENTAR LAS ACCIONES TRANSFORMADORAS



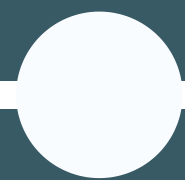
Tenga en cuenta que para formular acciones transformadoras para su hogar, deberá responder a las siguientes preguntas:



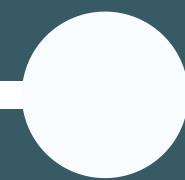
QUÉ



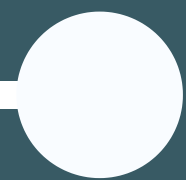
CÓMO



CUÁNDO



DÓNDE



QUIÉN



# ACCIONES ESTABLEZCAMOS TRANSFORMADORAS PRIORIDADES

Del listado de amenazas elaborado en el paso anterior, analiza cuales tendrían un mayor impacto de acuerdo con los efectos negativos que, cada amenaza generaría a tu hogar, teniendo en cuenta, las condiciones de tu vivienda y familia.

Ahora asigna un nivel de prioridad para desarrollar las acciones transformadoras, siendo 1 la prioridad más urgente y 3 la menos.





## ACCIONES TRANSFORMADORAS

# TRABAJEMOS EN FAMILIA

De acuerdo con los pasos anteriores, una vez priorizadas las amenazas y sus efectos, realiza un listado de tareas con tiempos y responsables para realizarlas; para esto, revisa los recursos y capacidades que están a tu alcance identificadas anteriormente, las cuales te permitirán disminuir o eliminar dichos riesgos.



### QUÉ

Reparar tomas eléctricas de la casa.



### CÓMO

Presupuestar la compra de elementos necesarios para el mes.



### CUÁNDO

Programar en qué fecha se espera ejecutar la acción.



### DÓNDE

Casa



### QUIÉN

Padres de familia con apoyo de vecinos expertos en el tema.

---

Reubicar plantas (matas) del pasillo de salida.

Jornada de orden y aseo en el hogar.

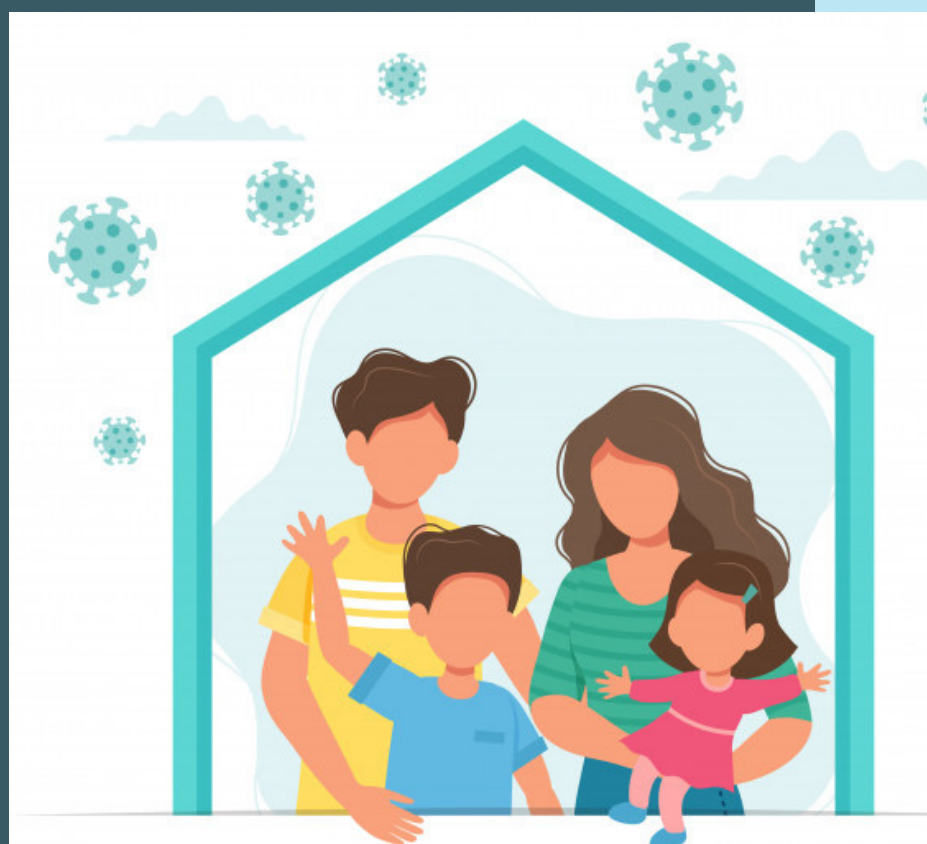
Programar en qué fecha se espera ejecutar la acción.

Casa

Toda la familia.

# ACCIONES TRANSFORMADORAS

Es importante reducir al máximo la probabilidad de contagio del COVID-19, pues esta condición dificulta como actuamos frente a una emergencia; por ello analiza con tu familia, qué lugares o acciones aumentan el riesgo de contagio y cómo. Cuales serían las medidas de prevención, dónde las puedes aplicar y en qué momento. Consigna la información en una tabla como la expuesta a continuación.



## de las vulnerabilidades frente al COVID 19

**¿QUÉ circunstancias aumentan mi exposición y la de mi familia al contagio del COVID-19?**

- Salir a mercar.
- Sacar la mascota.

**¿CÓMO me puedo contagiar?**

- Tocando mi cara / No descontaminando los productos adecuadamente.
- Contacto con dinero.
- Tocando las superficies contaminadas.

**¿CUÁLES serían mis medidas de prevención?**

- Lavado de manos.
- Limpieza y desinfección de superficies y elementos de la mascota.

**¿DÓNDE aplico éstas medidas?**

- Al ingreso de la vivienda, designando un sitio o área que tenga a disposición los elementos necesarios de descontaminación (seguir indicaciones).

**¿CUÁNDO lo hago?**

- Cada vez que salga o ingrese a mi vivienda, cuando tenga contacto con superficies, paquetes, dinero, etc.
- Cada vez que salga con mi mascota.

# CURSO

## PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIAS

en época de COVID-19

Con el apoyo de



Financiado por  
Unión Europea  
Protección Civil y  
Ayuda Humanitaria

# 3 PREPARÉMONOS PARA ACTUAR



Cruz Roja  
Colombiana

# KIT DE EMERGENCIAS

ORGANIZA UN KIT DE EMERGENCIAS, SI YA LO TIENES, REVISA QUE TENGA TODO LO NECESARIO. RECUERDA, DEBE ESTAR UBICADO EN UN SITIO DE FÁCIL ACCESO Y, CONOCIDO POR TODOS LOS MIEMBROS DE LA FAMILIA.



- Documento de identidad, copia de escrituras de la vivienda y seguros contratados.
- Linterna y radio con baterías de repuesto, o preferiblemente con sistema de recarga autónomo.
- Silbato, botiquín de primeros auxilios (incluye medicamentos prescritos para la familia o mascota).
- Alcohol en gel al 70%.
- Agua embotellada para todos los miembros de la familia.
- Una muda de ropa y zapatos para cada miembro de la familia.
- Manta liviana.
- Alimentos no perecederos (enlatados), para tu familia y mascota.
- Artículos de aseo (toallas higiénicas, pañales, preservativos).
- Artículos personales como bastón, gafas, entre otros.
- Bolsa plástica para guardar la ropa al reingreso.

# INFORMACIÓN CLAVE PARA ACTUAR

## PREPAREMOS LO NECESARIO

Recopila, organiza y comparte con tu familia la siguiente información:

1. El directorio de contacto de los integrantes de tu familia.
2. El directorio de las entidades de emergencias, centros de salud cercanos y las líneas de atención de las aseguradoras, etc.



3. El lugar y la forma de suspender los servicios de energía, agua y gas.
4. La ruta de evacuación y salida de emergencia.
5. El sitio seguro de encuentro, y tiempo máximo de espera.

continúa





## PAUTAS DE ACTUACIÓN

Es hora de determinar las acciones que se deben desarrollar durante y después de una emergencia, estas dependen del tipo de emergencia, y las capacidades de cada miembro de la familia, y en conjunto. Es necesario que estas acciones definan el paso a seguir, de acuerdo al contexto de cada hogar.

A la hora de escribir las pautas de actuación para una emergencia, ten en cuenta:



1. Identificar el tipo de evento para el que se realiza la guía de actuación.
2. Las capacidades con las que cuentas en tu hogar (personas, recursos, conocimientos), y así determina las acciones.
3. Las condiciones de salud y movilidad de las personas en tu hogar.
4. Los horarios en los cuales permanecen los miembros de tu familia en casa.



# PREPARÉMONOS PARA ACTUAR

## PROBEMOS El Plan Familiar de Emergencias

Realiza simulacros que permitan poner a prueba las acciones y funciones asignadas. Esto se debe hacer por lo menos dos veces al año.



Realiza ejercicios mentales o de memoria, en los cuales, cada integrante de la familia deberá mencionar en orden, las acciones a seguir en caso de emergencia.



Asegúrate que todos los miembros de tu familia estén comprometidos con las acciones transformadoras del plan, y que conozcan cómo actuar en caso de emergencia. Escucha las dudas y sugerencias de todos.



**¡RECUERDA!**

## Mantengamos el plan actualizado

Revisa el Plan Familiar de Emergencias periódicamente, este se debe actualizar siempre que haya un cambio en las condiciones de las **AMENAZAS DEL ENTORNO**, cuando surjan **NUEVAS AMENAZAS**, cuando existan cambios en las **CONDICIONES DE VIVIENDA**, o en el estado de las **PERSONAS DEL HOGAR**.



# CURSO

## PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIAS

en época de COVID-19

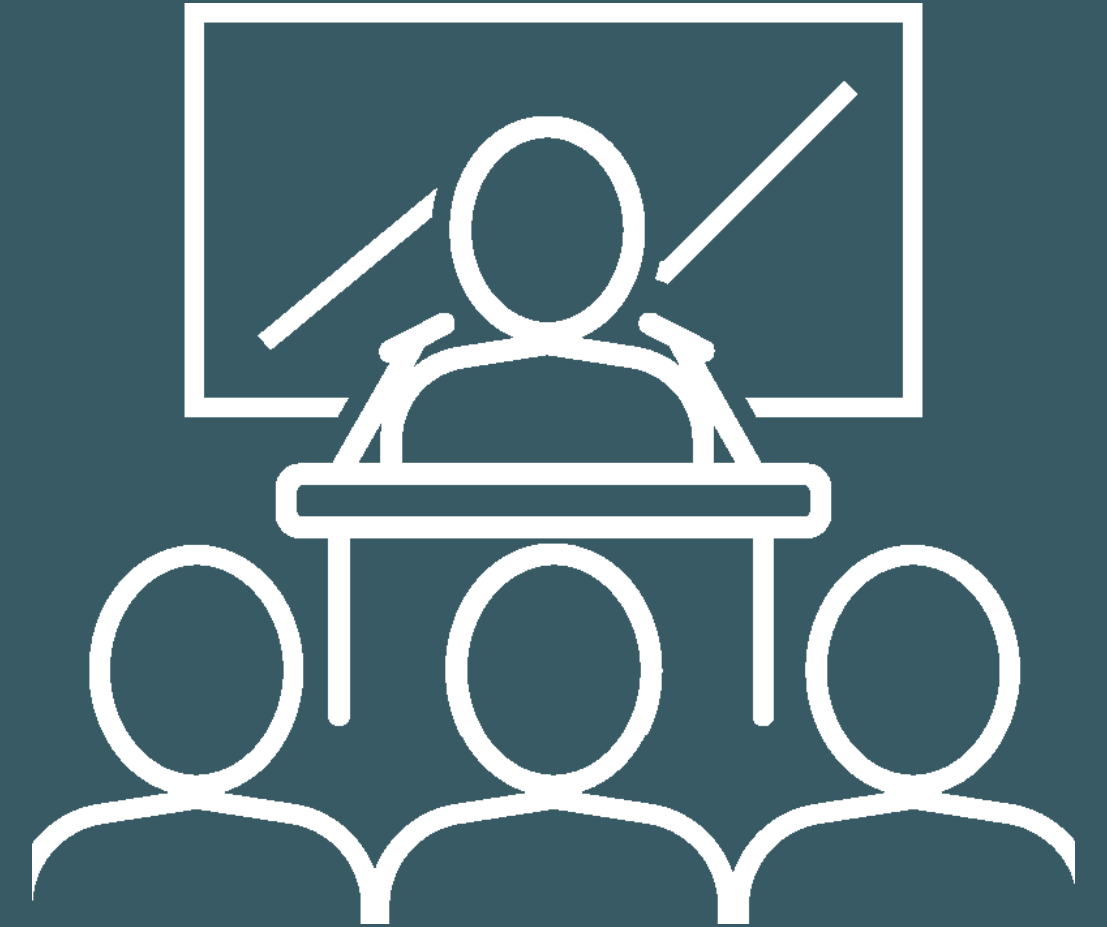
Con el apoyo de



Financiado por  
Unión Europea  
Protección Civil y  
Ayuda Humanitaria

# 4

## ACTUEMOS ANTE LAS EMERGENCIAS



Cruz Roja  
Colombiana

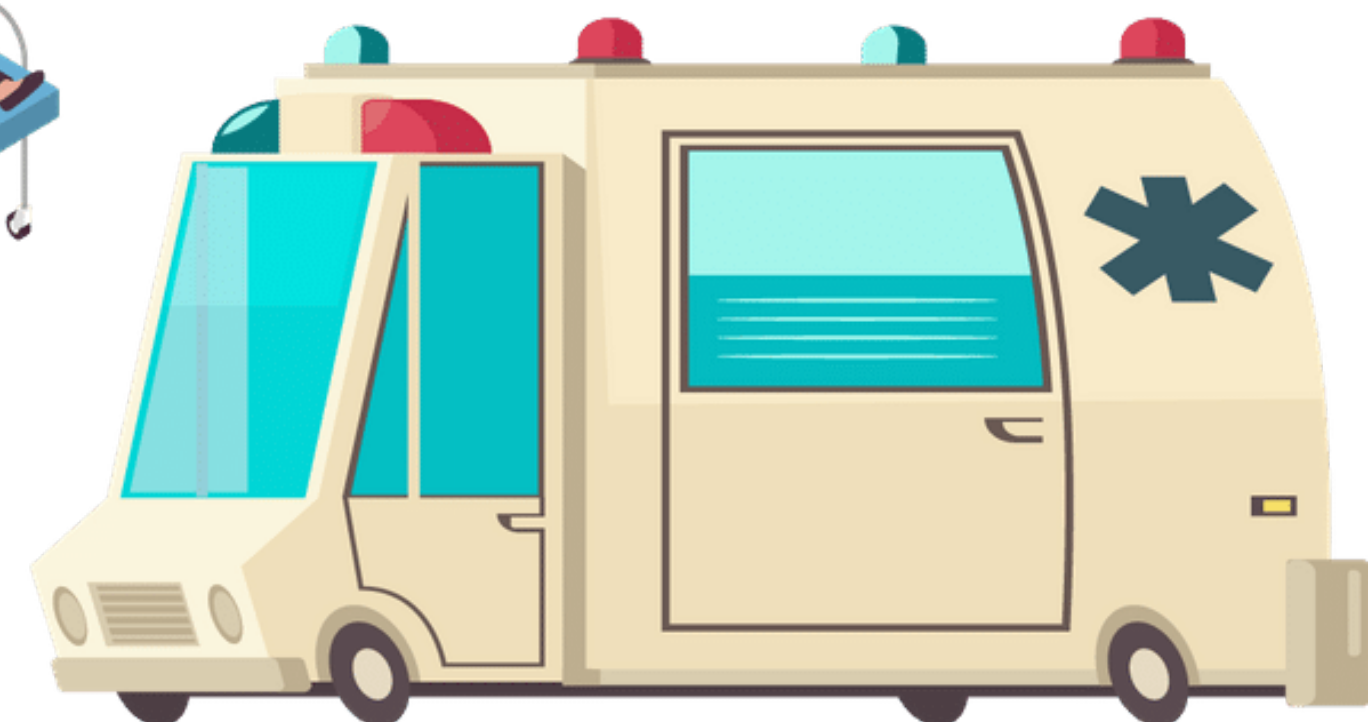
# EMERGENCIAS EN MI VIVIENDA O AFECTACIÓN DIRECTA DE LA MISMA



- ¡Actúa! Si tienes el conocimiento y el entrenamiento hazlo, de lo contrario, recuerda que tu vida y la de los demás es lo primero.
- Recuerda lo practicado, y aplica la guía de actuación que elaboraste para el tipo de emergencia que se presente.
- Sigue las recomendaciones generales en casos de emergencia.



- Evalúa la situación de tu vivienda y las personas al interior.
- Determina qué tan probable es que la emergencia llegue a afectar tu vivienda.
- Si es alta la amenaza, aplica la guía de actuación que corresponda.
- Una vez asegurada tu vivienda y los miembros de tu familia, apoya a los vecinos si tus conocimientos y entrenamiento pueden contribuir a controlar la emergencia o ayudar a las víctimas.



**EMERGENCIAS FUERA DE MI VIVIENDA  
SIN AFECTACIÓN DIRECTA**

# RECOMENDACIONES GENERALES EN CASO DE EMERGENCIA



Si se requiere, evacúa manteniendo la calma. Debes trazar un plan ordenado de evacuación, en el que participen todos los miembros de tu familia. Utiliza las rutas establecidas y mantén la distancia social.



NO utilices ascensores durante la evacuación.



Ten presente la evacuación de personas con capacidades especiales.



Asegúrate que las personas con alguna discapacidad, tengan a la mano sus elementos de desplazamiento.



continúa



# RECOMENDACIONES GENERALES EN CASO DE EMERGENCIA



Si hay bebés, adultos mayores y mujeres embarazadas, deben ser prioridad en la evacuación y atención.



Articula tu modelo de evacuación con el de la comunidad, hacia el punto de encuentro. Una vez allí, ten en cuenta las medidas para prevenir el contagio de **COVID-19**.



Espera las indicaciones de las autoridades. Cuando se autorice el retorno a las viviendas, asegúrate de mantener el orden y la distancia social.



continúa



# RECOMENDACIONES GENERALES EN CASO DE EMERGENCIA



Conserva la calma al momento de tomar una decisión en caso de emergencia. Una decisión frecuente que debes tomar, es la de quedarte o salir de tu vivienda.



En caso de incendio al interior de la vivienda, debes evacuar inmediatamente. Gateando o arrastrándote, para protegerte de la zona más caliente y de la concentración de humo.



En caso de inundación, te recomendamos evacuar cuando las autoridades competentes así lo ordenen. En caso de no poder hacerlo, ubícate en la parte más alta de la vivienda, hasta que sea seguro evacuar, bien sea por tus propios medios, o con ayuda de un ente de socorro.



continúa

# RECOMENDACIONES GENERALES EN CASO DE EMERGENCIA

Ten cuidado con las posibles descargas eléctricas.

En caso de terremoto, ubica las zonas seguras y resistentes previamente designadas, lejos de las ventanas o elementos que puedan caer, rodar o quebrarse. Una vez el sismo llegue a su fin, dirígete al punto de encuentro y pon en práctica tu plan de emergencia.





# RECOMENDACIONES GENERALES DESPUÉS DE LA EMERGENCIA

🔍 Cuando entres a una edificación hazlo con cuidado, revisando las paredes, suelo, pisos, puertas y ventanas para asegurar que no están en riesgo de colapso.

💡 Efectúa una revisión general del estado de los sistemas de energía, agua, gas y teléfono, tomando las precauciones necesarias. Aunque esta es una tarea de expertos, puedes verificar inicialmente las condiciones mínimas.

💡 Debes estar atento a riesgos asociados (lámparas que puedan caer, ruptura de tubos de agua o gas, etc.).

🚪 Ten cuidado al abrir muebles, los elementos pueden haberse desplazado. Recuerda que al salir de la vivienda aumenta el riesgo de contagio de COVID-19.

🚪 Antes de ingresar a la vivienda todos los miembros de la familia deben efectuar el procedimiento de -ingreso-, el cual se explica más adelante).





# RECUERDA

Desarrollar el Plan Familiar de Emergencias – PFE, no es una tarea difícil, se debe realizar a conciencia y revisarse tantas veces como se crea conveniente.



Tener especial cuidado al desarrollarlo en las familias que conviven con personas enfermas, o en condición de discapacidad, adultos mayores, niños pequeños y personas en riesgo de contagio de COVID-19.



No es suficiente que una sola persona conozca las acciones a emprender durante una emergencia; cada miembro de la familia las debe conocer a la perfección. Para asegurarse de esto, deben realizar simulacros.



Todos en la vivienda deben saber dónde está el botiquín y el kit de emergencias.

---

# CURSO

## PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIAS

en época de COVID-19

Con el apoyo de



Financiado por  
Unión Europea  
Protección Civil y  
Ayuda Humanitaria

# 5

## INTEGRANDO ACCIONES PARA PREVENIR EL COVID-19 AL PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIAS



Cruz Roja  
Colombiana

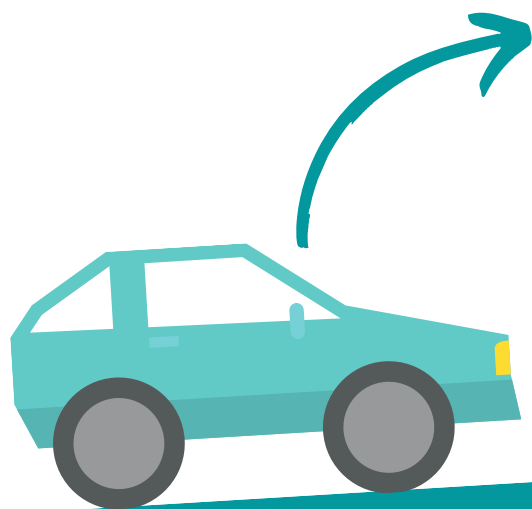
# SI DEBES SALIR DE CASA

Es posible que tu y/o tus familiares tengan que salir de casa por alguna de las siguientes razones :

- Conseguir insumos para el kit de emergencias, (proceso de elaboración del PFE).
- Debido a una evacuación por emergencia.
- Abastecerse de comida no perecedera.
- Identificar y monitorear amenazas de la vivienda.

Ten en cuenta las siguientes recomendaciones adicionales para prevenir el contagio de COVID-19.

Lava y desinfecta el timón y las perillas del auto.



Asigna a un adulto joven sano para hacer las compras.



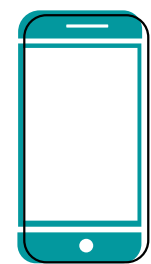
Evita el contacto físico, mantén la distancia social.



Restringe las visitas.



Atiende las indicaciones de las autoridades sobre espacios públicos.



continúa



# SI DEBES SALIR DE CASA

Si tú y tu familia deben evacuar la vivienda por una situación de emergencia, debes tener en cuenta las siguientes recomendaciones, para prevenir el contagio de COVID-19, en el punto de encuentro o en la calle.



- 1** Siempre, siempre mantén la distancia social de 2 metros.
- 2** Recuerda el protocolo para estornudar o toser.
- 3** No te toques por ningún motivo la cara, los ojos o la nariz.
- 4** Si tienes contacto con otras personas en el punto de encuentro, o durante la evacuación, recuerda usar el alcohol en gel al 70% para desinfectar tus manos (este debe estar en el kit de emergencias previamente preparado).
- 5** Espera las indicaciones de las autoridades para el retorno a las viviendas o el desplazamiento al lugar de destino. Mientras esto ocurre, mantén la distancia social.



# ANTES DE INGRESAR A TU VIVIENDA



1

Retira tu calzado antes de ingresar a casa, deposítalo en una bolsa o recipiente plástico, para su posterior lavado y desinfección. También puedes realizar el proceso inmediatamente.



2

No toques, ni saludes a nadie antes de realizar el proceso de desinfección.



3

Coloca la ropa en una bolsa plástica o balde con agua y jabón, para llevar al sitio de lavado. Si el ingreso se dio después de una evacuación, recuerda que en el "kit" de emergencias deben estar incluídas las bolsas plásticas, para depositar la ropa antes de entrar a tu hogar.



continúa



# ANTES DE INGRESAR A TU VIVIENDA

4

Deja todos tus elementos en una caja para posterior desinfección: bolso, correa, sombrero, lentes, llaves, audífonos, celular, billeteras entre otros).



5

Inmediatamente reingreses, debes dirigirte al baño a asearte y ponerte ropa limpia. Si saliste por motivo de evacuación con otras personas, debes realizar este proceso nuevamente, dando prioridad, de acuerdo con las condiciones de los integrantes de la familia.



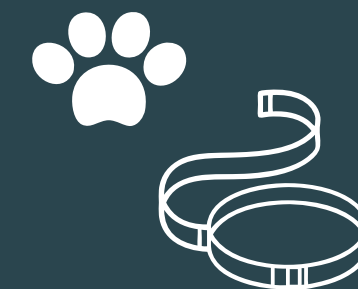
6

Recuerda que el kit de emergencias debe estar equipado con utensilios aptos para la desinfección al reingreso del hogar, ya sea por salir bajo una necesidad o por una evacuación de emergencia. Si saliste con el kit, este también debe ser desinfectado.



7

Si sales con tu mascota, recuerda que debes desinfectar sus patas si estas tocaron el suelo o cualquier superficie. También los elementos que tuvieron contacto con el exterior como correas, traillas, guacales, jaulas, etc.





# SI TIENES QUE EVACUAR TEN PRESENTE

Si tu y tu familia tuvieron que evacuar la vivienda por una emergencia y no pueden retornar a ella, es posible que tengas que alojarte en casa de un conocido u otro familiar. En este caso, recuerda las medidas de protección al interior de la vivienda donde vas a estar.



Lava tus manos constantemente



Cubre tu nariz al estornudar y toser.



Evita fumar



Limpia y desinfecta la casa



Mantén la casa ventilada



Realiza con tu familia actividades en casa

En los eventos que no sea posible el lavado de manos, utilizar alcohol en gel al 70% o alcohol glicerinado de la fricción debe durar de 20 a 30 segundos

continúa



# SI TIENES QUE EVACUAR TEN PRESENTE

Si en tu familia hay adultos mayores que requieren la asistencia de un cuidador y deben alojarse en otra vivienda a causa de una emergencia, es importante que tengas en cuenta:

Si presentas síntomas, accede a la atención virtual y domiciliaria.



Brinda acompañamiento psicosocial, fomenta contactos virtuales.



Cuenta con disponibilidad de medicamentos.



Provee alimentación saludable.



continúa



# SI TIENES QUE EVACUAR TEN PRESENTE

Debes informar tu situación a las autoridades de salud (secretaría de salud municipal, distrital o departamental de tu territorio). Idealmente, debes permanecer en una habitación individual, bien ventilada y en condiciones sanitarias favorables. Preferiblemente, hacer intercambios de aire de manera natural realizando la apertura periódica de ventanas).



continúa

# SI TIENES QUE EVACUAR TEN PRESENTE

- ❄️ Limita el número de cuidadores; una sola persona debe ocuparse de la atención del paciente, esta debe gozar de buena salud y no presentar enfermedades crónicas o que afecten sus defensas.
- ❄️ La persona que brinda atención al paciente, y esté en contacto estrecho con él a menos de 2 metros, deberá utilizar mascarilla quirúrgica. Mantén los procesos estrictos de desinfección del cuidador.
- ❄️ Restringe la entrada de visitantes, hasta que el paciente se haya recuperado por completo, esté libre de signos y síntomas.
- ❄️ Coloque los guantes, las mascarillas y otros desechos generados durante la atención domiciliaria, en un recipiente con tapa situado en la habitación, para posteriormente ser eliminados como desechos infecciosos.



continúa

# SI TIENES QUE EVACUAR TEN PRESENTE

- En lo posible, la persona aislada deberá tener baño exclusivo, de no ser así, se deberá realizar desinfección una vez lo use.
- Evita el contacto directo con fluidos corporales.
- Limita los movimientos del paciente dentro del domicilio, y reduce al mínimo los espacios compartidos (cocina, baño y sala), garantizando en todos los casos, que estén bien ventilados, por ejemplo, dejando las ventanas abiertas.
- Destina elementos de uso específico del paciente como platos, vasos o cubiertos.





EL CURSO Plan Familiar de emergencias en Época de COVID-19., fue realizado con la colaboración de:



**Cruz Roja  
Colombiana**

Equipos de Gestión  
de Riesgo de  
Desastres / Educación.

Con el apoyo de



Financiado por  
Unión Europea  
Protección Civil y  
Ayuda Humanitaria



## ENTES COOPERANTES

La Comisión Europea a través de la Dirección General de Ayuda Humanitaria y Protección Civil (DG ECHO), conocido como DIPECHO/ ECHO-D.P., trabaja financiando diversos proyectos encaminados a limitar el impacto negativo frente a catástrofes en América Latina y el Caribe, en cumplimiento de su mandato humanitario de preservar y salvar vidas. Mediante la prevención y el fortalecimiento de las capacidades de respuesta ante desastres y emergencias, e incrementar la resiliencia de las autoridades y las poblaciones vulnerables, sin distinción.

La Cruz Roja es uno de los socios de la Comisión Europea, para llevar a cabo este tipo de acciones que, buscan fortalecer la capacidad de coordinación entre instituciones y actores, y de esta forma lograr preparación eficaz, respuesta oportuna y adecuada recuperación. Actualmente desarrolla el PROYECTO - fortalecimiento de la coordinación entre el sector privado, la sociedad civil y el Sistema Nacional para la Gestión del Riesgo de Desastres (SNGRD) en Colombia, para una mejor respuesta ante contextos multiamenazas, financiado por la Cruz Roja Alemana.



Para más información sobre la Comisión Europea  
y la forma en que puedes sumarte visita:

<http://ec.europa.eu/echo/>



# GRACIAS