

Cómo preparar un equipo de emergencia

Si alguno de sus familiares o amigos tienen necesidades específicas, prepárese por adelantado para cubrir esas necesidades. También prepare equipos de emergencia con los siguientes artículos:

- Alimentos no perecederos para dos semanas y un abrelatas manual.
- Suministro de agua para dos semanas (un galón de agua por persona, por día).
- Medicamento recetado
- Equipo de primeros auxilios.
- Extintor de incendios.
- Radio o televisor portátil, operado a batería y baterías extras.
- Linterna y baterías extras.
- Fósforos en un recipiente a prueba de agua.
- Silbato; ropa extra y mantas.
- Herramientas, provisiones para mascotas y un mapa del área local.
- Artículos especiales para bebés, adultos de mayor edad y mascotas.
- Artículos para limpieza e higiene (desinfectante de manos, toallas húmedas y papel higiénico).
- Copias de documentos importantes (Identificación, acta de nacimiento) tarjetas de crédito, dinero efectivo y monedas.
- Anteojos, lentes de contacto y líquidos para lentes de contacto.
- Prepare una lista detallada de contactos de emergencia que incluya a su familia, amigos y médicos.
- **Consideraciones especiales para personas con discapacidades:**
- Crear un plan/equipo de emergencia específico para sus necesidades.
- Anteojos extras, baterías, audífono y auxiliares para movilidad en caso que se dañe el equipo.
- Prepare una lista de información importante que incluya el equipo especial que usa e instrucciones si tiene problemas para comunicarse.

Recursos

OC Links

(855)OC-Links o (855) 625-4657
Número de TDD : (714) 834-2332
www.ochealthinfo.com/bhs/about/pi/oclinks/
Lunes - Viernes, 8:00 a.m. a 6:00 p.m.

El Equipo de Evaluación Centralizado
(Evaluación Psiquiátrica de Emergencia)
(866) 830-6011

7 días a la semana, 24 horas al día

Línea de 24 horas para la Prevención de Suicidio
(877) 7 CRISIS or (877) 727-4747
www.suicidepreventionlifeline.org/

Línea Cálida de NAMI

Apoyo para situaciones que no sean de crisis
(877) 910 WARM o (877) 910-9276
www.namio.org
Lunes - Viernes, 9:00 a.m. a 3:00 a.m.
Sábado- Domingo 10:00 a.m. a 3:00 a.m.

Línea de información del Condado de Orange
Marcar al 211
www.211OC.ORG

SAMHSA

Asistencia telefónica de 24 horas para para las personas que sufran de angustia por causa de un desastre
800-985-5990 o
Envíe mensaje de texto: TalkWithUs a 66746
www.disasterdistress.samhsa.gov/

OC Agencia de Cuidados de Salud
Gestión del riesgo de desastres y salud
www.healthdisasteroc.org/

Condado de Orange Agencia de Cuidados de Salud



Condado de Orange
Agencia de Cuidados de Salud
Servicios de Salud del Comportamiento
Responder a Desastre

405 W. 5th Street. Suite 550
Santa Ana, CA 92701
<http://ochealthinfo.com/bhs>

Condado de Orange Agencia de Cuidados de Salud



Emergencia de Ántrax



Servicios de Salud del
Comportamiento
Responder a Desastre

405 W. 5th Street. Suite 550
Santa Ana, CA 92701

<http://ochealthinfo.com/bhs>



Declaración de Misión

Haciendo el Condado de Orange un lugar seguro, saludable y agradable para vivir, trabajar y jugar, hoy y para las generaciones por venir, proporcionando servicios excepcionales, regionales públicos y económicos.

¿Qué es una emergencia de ántrax?

El ántrax es una enfermedad infecciosa aguda causada por la bacteria formadora de esporas *Bacillus anthracis*.

Ocurre más frecuentemente en animales silvestres y domésticos (ganado vacuno, ovejas, cabras, camellos, antílopes y otros herbívoros). Sin embargo, también se da en los seres humanos cuando se exponen a animales infectados.

¿Cómo puede ocurrir la exposición?

El ántrax de los animales

Los seres humanos pueden infectarse con ántrax por manipular productos de animales infectados o por inhalar esporas de ántrax de productos de animales infectados (como por ejemplo, lana). Las personas también se pueden infectar con ántrax gastro-intestinal por comer carne infectada que no está suficientemente cocida.

El ántrax como arma

Una forma de ántrax en polvo se puede usar como arma.



emergency.cdc.gov/agent/anthrax

¿Ha estado expuesto?

Los síntomas de ántrax varían dependiendo del tipo de infección. El ántrax se puede diseminar de tres maneras:

Inhalación - Pulmones

Los síntomas iniciales de la inhalación de ántrax son como los de un resfriado común. Después de varios días, los síntomas pueden progresar a problemas respiratorios graves y shock. El ántrax que se inhala generalmente es mortal si no se lo trata inmediatamente con antibióticos.

Gastrointestinal - Digestivo

Después de consumir carne contaminada, usted puede tener náuseas agudas, pérdida del apetito, vómitos, fiebre seguida de dolor abdominal, vómitos de sangre y diarrea intensa. Los síntomas también pueden incluir lesiones y llagas en la garganta, dificultad para tragar, una inflamación marcada del cuello y los ganglios linfáticos de la zona.

Cutáneo - Piel

El síntoma inicial es una pequeña llaga que se convierte en una ampolla, generalmente de 1 a 3 cm de diámetro. La ampolla luego se convierte en una úlcera cutánea, con un área negra en el centro. La llaga, la ampolla y la úlcera no duelen.

Minimice la exposición

Tratamiento después de la infección: el tratamiento generalmente es un curso de antibióticos de 60 días. El éxito depende del tipo de ántrax y de qué tan pronto se inicia el tratamiento.

Prevención después de la exposición: el tratamiento es distinto para una persona que se expuso al ántrax pero que aún no está enferma. Para prevenir la infección con ántrax, los proveedores de atención médica usarán antibióticos (como ciprofloxacina, levofloxacina, doxiciclina, o penicilina) combinados con la vacuna para ántrax.

Vacunación: hay una vacuna para prevenir el ántrax, pero aún no está disponible para el público general. Cualquiera que pueda estar expuesto al ántrax puede obtener la vacuna, incluidos ciertos miembros de las fuerzas armadas de EE. UU. y trabajadores que pueden haber ingresado o vuelto a ingresar a áreas contaminadas. En el caso de un ataque con ántrax como arma, las personas expuestas recibirían la vacuna.

Reacciones Comunes

- Miedo a agentes invisibles o a la contaminación.
- Miedo a morir si resulta contaminado.
- Preocupación por la seguridad del medio ambiente.
- Coraje hacia los responsables o el gobierno.
- Desesperación y tristeza.
- Ansiedad.
- Problemas para dormir.
- Aislamiento social o ensimismamiento.

Resiliencia

Tener éxito en habilidades de afrontamiento por lo general se logran de la siguiente manera:

- Identificar reacciones emocionales al miedo de ser contaminado.
- Manteniendo una rutina.
- Mantener contacto con amistades y familiares.
- Encontrando maneras para relajarse que no incluyan alcohol o consumo de drogas.
- Participando en actividades que disfruta.
- Reconociendo que no puede controlar todo.
- Concéntrese en sus puntos fuertes.
- Limite su exposición a los medios informativos
- Pida ayuda médica y emocional cuando sea necesaria.

Impacto de largo plazo

Si usted o un ser querido tienen dificultad para sobrellevar la situación durante este periodo de incertidumbre, considere buscar ayuda profesional.

Consejos para sobrellevar la situación

Lo que puede hacer por sus hijos pequeños y adolescentes:

- Sea honesto y déles explicaciones sobre el evento traumático que sean adecuadas para la edad.
- Ayude a sus hijos a que expresen lo que sienten y bríndeles una válvula de escape artística para expresar sus emociones, como dibujar.
- Escuche sus experiencias.
- Dé estructura a sus días y mantenga la rutina.
- Limite la exposición a los medios de difusión.

Estrategias para los adultos para hacer frente a la situación:

- Recuerde que es normal tener reacciones físicas y emocionales a un desastre.
- Concéntrese en sus puntos fuertes.
- Hable sobre sus sentimientos.
- Participe en el proceso de recuperación del desastre; ayudar a otros puede ser beneficioso para su propia recuperación.
- Aceptar ayuda de familiares, amistades y compañeros de trabajo.
- Hacer tiempo para recreación y descanso.

Manténgase informado

- Preste atención a las instrucciones que se dan por radio o televisión.
- Si se le instruye que se "refugie en el lugar," permanezca en la ubicación actual (su hogar, negocio, etc.) hasta que se le de la orden o permiso de salir.