

# Qué Hacer en Una Emergencia Médica

## Pueden Ocurrir Emergencias en Cualquier Momento

911

- **Planifique con anticipación** de manera que, si alguna vez hay una emergencia, usted pueda **actuar rápidamente** y **mantener la calma**.
- **Aprenda cuáles son los síntomas** que necesitan **ayuda médica urgente**, por ejemplo:
  - Mareo o desmayo súbito
  - Aumento de debilidad
  - Cambio en el nivel de conciencia o lucidez (dificultad para despertar)
  - Convulsiones
  - Dificultad para respirar
  - Sentir que puede lastimarse a sí mismo
  - Reacción alérgica grave
  - Cambio súbito en la visión
  - Fiebre alta
  - Vómitos o diarrea grave
  - Toser sangre
  - Pérdida de consciencia
  - Quemaduras graves

## Siempre Esté Preparado Para una Emergencia

- Practique cómo decirles a otros que tiene una emergencia médica.
- Asegúrese de que usted o alguien que esté con usted pueda explicar **TODAS** sus condiciones médicas y medicamentos.
- Esté listo para **llamar al 9-1-1** si usted u otra persona está gravemente herido o en peligro.
- Asegúrese de tener un nombre y número en caso de emergencia (**In Case of Emergency, ICE**) guardado en su teléfono celular.
- Aprenda sobre los síntomas que puedan requerir llamar al 9-1-1 y los síntomas que pueden esperar lo suficiente para ir en automóvil a la sala de emergencia más cercana.
- Hable con su médico sobre llevar un brazalete de alerta médica si es necesario y pregunte a su médico o busque en la web para encontrar un brazalete que se adapte a sus necesidades.
- Siempre lleve con usted su identificación, su tarjeta de seguro y su plan de atención de emergencia (si lo tiene).
- Conozca dónde está ubicada la sala de emergencias más cercana a su casa, a su trabajo y otros lugares donde usted se encuentra a menudo.

(Al dorso encontrará más consejos prácticos y recursos)



## Practique Dar la Información Necesaria Cuando Llama al 9-1-1

Cuál es la emergencia: \_\_\_\_\_

Su nombre: \_\_\_\_\_

Número de teléfono: \_\_\_\_\_

Dónde se encuentra: \_\_\_\_\_

Contacto y número de teléfono de emergencia: \_\_\_\_\_  
(padre, amigo, compañero de cuarto)

Quién está con usted: \_\_\_\_\_

Información del seguro médico: \_\_\_\_\_

- Cuando llame al 9-1-1, permanezca en el teléfono hasta que el operador diga que puede cortar la comunicación.
- Puede ser útil escribir su nombre, dirección, número de teléfono, número de teléfono de emergencia y su información de seguro para tener estos datos cerca del teléfono en su casa, en su billetera, o pegado en su teléfono celular.



## Recursos de Emergencia

Los siguientes recursos pueden ser útiles para planear emergencias:

- Haciendo un plan de emergencia familiar: <http://www.ready.gov/america/makeaplan/index.html>
- Planificando la preparación personal para personas con incapacidades: [https://www.disability.gov/emergency\\_preparedness/personal\\_preparedness](https://www.disability.gov/emergency_preparedness/personal_preparedness)
- Armando un botiquín de primeros auxilios: <http://www.ready.gov/america/getakit/firstaidkit.html>
- Completando el formulario de preparación para emergencias para niños con necesidades especiales de atención médica: <http://www.aap.org/advocacy/emergprep.htm>

Se han preparado estos folletos mediante una subvención del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU. (U.S. Department of Health and Human Services), la Administración de Servicios y Recursos de Salud (Health Resources and Services Administration), la Oficina de Salud Materno Infantil (Maternal and Child Health Bureau), D70MC12840. Fueron preparados por la UIC – División de Cuidado Especializado para Niños (University of Illinois at Chicago, Division of Specialized Care for Children) y el Capítulo de Illinois, Academia Estadounidense de Pediatría (American Academy of Pediatrics).