

Qué hacer ante una emergencia médica

Habilidades, sugerencias y herramientas de transición



Las emergencias pueden ocurrir en cualquier momento

- **Planifique con anticipación** para que, ante una emergencia, pueda **actuar con rapidez y conservar la calma**.
- **Conozca los síntomas** que necesitan **atención médica urgente**, por ejemplo:
 - Mareos o desmayos repentinos
 - Aumento repentino de la debilidad
 - Cambio en el nivel de conciencia/alerta (dificultad para despertarse)
 - Convulsiones
 - Dificultad para respirar
 - Sensación de resultar lastimado
 - Reacción alérgica grave
 - Cambio repentino en la visión
 - Fiebre alta
 - Vómitos o diarrea graves
 - Tos con sangre
 - Pérdida del conocimiento
 - Quemaduras graves

(En el dorso encontrará más recursos y consejos prácticos)

Esté siempre preparado para una emergencia

- Practique cómo informará a los demás cuando tenga una emergencia médica.
- Asegúrese de que usted o quien lo acompañe pueda explicar **TODAS** sus afecciones médicas y mencionar los medicamentos que toma.
- Esté preparado para llamar al 911 si usted u otra persona sufrió lesiones graves o está en peligro.
- Asegúrese de tener agendado en su teléfono celular un nombre y número como En caso de emergencia (ICE, In Case of Emergency).
- Infórmese sobre los síntomas que ameritan llamar al 911 y aquellos que pueden esperar lo suficiente como para conducir a la sala de emergencias más cercana.
- Hable con su médico acerca de utilizar un brazalete de alerta médica si es necesario. Consulte con su médico y busque en Internet una pulsera que se ajuste a sus necesidades.
- Lleve siempre identificación, su tarjeta de seguro, la lista de medicamentos que toma y su plan de atención de emergencia (si tiene).
- Conozca la ubicación de la sala de emergencias más cercana a su hogar, su trabajo y los demás lugares que frecuenta.

Estamos para ayudarlo.

Si desea obtener más información sobre los programas y servicios de la División de Atención Especializada para Niños, visite nuestro sitio web en: **dsccl.uic.edu**



Practique brindar la información necesaria al llamar al 911

Cuál es la emergencia: _____

Su nombre: _____

Número de teléfono: _____

Dónde se encuentra: _____

Contacto y número de teléfono de emergencia: _____
(padre, madre, amigo, compañero de cuarto)

Quién se encuentra con usted: _____

Información del seguro: _____

- Cuando llame al 911, siga al teléfono hasta que el operador le diga que puede colgar.
- Podría resultar útil anotar su nombre, dirección, número de teléfono, número telefónico de contacto de emergencia e información del seguro y mantener ese papel cerca del teléfono de su casa, dentro de la billetera o pegado en su teléfono celular.

Ponga en marcha su plan

- Conserve una copia digital y otra impresa. Coloque la copia impresa donde sea fácil encontrarla, por ejemplo, su refrigerador.
- Compártala con tres a cinco contactos de emergencia que puedan servir de aliados durante un incidente. Incluya detalles sobre sus tratamientos, necesidades de salud, consideraciones de comportamiento, medicamentos, suministros y equipos.
- Tenga más de una forma de acceder a sus contactos/plan de emergencia (la tecnología podría fallar y las copias impresas podrían estar fuera del alcance). Lleve siempre consigo la información de contacto de emergencia, por ejemplo, dentro de su billetera.
- Configure un recordatorio para revisar su plan con regularidad (anualmente). Mantenga actualizados los contactos de emergencia.

Recursos de emergencia

Los siguientes recursos pueden resultar de utilidad a la hora de planificar emergencias:

- **Prepárese... Consejos para familias de niños y jóvenes con necesidades especiales de atención médica - emscimprovement.center/domains/preparedness/asprcoe/region-v-for-kids/cyshcn/toolkit/beready/**
- **Elaboración de un plan de emergencia familiar - www.ready.gov/plan**
- **Planificación de preparación personal para personas con discapacidades - aspr.hhs.gov/behavioral-health/Pages/default.aspx**
- **Preparación de un kit de auxilio ante desastres - www.ready.gov/kit**
- **Seguridad ante desastres para personas con discapacidades- www.redcross.org/get-help/how-to-prepare-for-emergencies/inclusive-preparedness-resources.html**
- **Lista resumida de emergencia de una página - complexchild.org/articles/2017-articles/november/emergency-one-page/**
- **Formulario de información de emergencia para niños con necesidades médica especiales - www.acep.org/by-medical-focus/pediatrics/medical-forms/emergency-information-form-for-children-with-special-health-care-needs**
- **The September 26th Project: www.september26.org/**
- **Resumen médico portátil - dsc.uic.edu/wp-content/uploads/2022/08/96-Portable-Medical-Summary.pdf**
- **Kit de herramientas de preparación ante emergencias para adultos jóvenes con discapacidades intelectuales y del desarrollo y su equipo de atención primaria - www.thenationalalliance.org/publications/2022/3/29/emergency-preparedness-toolkit-for-young-adults-with-intellectual-and-developmental-disabilities-and-their-primary-care-team**