

## Emergencias y desastres



Las emergencias y los desastres pueden pasar en cualquier lugar y en cualquier momento. Pueden ocurrir rápidamente y sin ningún aviso.

Estos son algunos ejemplos de emergencias y desastres:

- Tormentas fuertes (tormentas de nieve, tornados, huracanes, etc.).
- Incendios (en una casa, en un edificio, incendios forestales, etc.).
- Terremotos.
- Inundaciones.
- Sequías.
- Cortes de luz masivos.
- Olas de calor severas.
- Derrames químicos.
- Pandemias.



Planificar por si ocurren emergencias y desastres es una parte importante de cuidarse a uno mismo y a los que nos rodean.

continúa en la página siguiente

## Emergencias y desastres – Continuación de la página anterior.



Tener un plan de preparación para emergencias, un equipo de provisiones para emergencias y una red de apoyo puede reducir el miedo y la ansiedad que vienen con las emergencias y los desastres.



Hay varias formas de prepararse, como armar un plan para emergencias, preparar un equipo de provisiones para emergencias y formar un grupo de personas que puedan ser su equipo de apoyo.



Su red de apoyo puede incluir a familiares, amigos, vecinos, cuidadores, compañeros de trabajo y otras personas que usted conozca y sean de su confianza, que estén dispuestos a ayudarlo.



Si no está seguro de estar pasando por una emergencia o si necesita ayuda para prepararse para una emergencia, pregunte a un adulto responsable que sea de su confianza o a un trabajador local de los servicios de emergencias.

---

Valoramos la experiencia en seguridad de nuestros asociados que hayan demostrado su compromiso con tener comunidades sanas e inclusivas.

La información incluida en *Vivir seguro con discapacidades y necesidades especiales de salud (Vivir seguro)* se presenta únicamente con fines educativos e informativos. En el contenido se incluye información general: esta podría no reflejar las necesidades individuales o los acontecimientos jurídicos o información actuales de una persona. Children's Specialized Hospital no garantiza, ni expresa ni implícitamente, la precisión, aplicación, adecuación o exhaustividad de la información incluida en *Vivir seguro*, ni en ningún otro sitio web al que esté vinculado. Children's Specialized Hospital específicamente renuncia a toda responsabilidad en relación con las acciones de cualquier persona, realizadas o no, con base en la totalidad o parte de la información u otro contenido de *Vivir seguro*.

Para más recursos de Living Safely (Vivir Seguro), visite <https://www.rwjbh.org/cshlivingsafely>



Esta iniciativa fue financiada en parte por una subvención del programa Inclusive Healthy Communities Grant Program (Programa de Subvenciones para Comunidades Sanas e Inclusivas) de la División de Servicios para Discapitados del Departamento de Servicios Humanos de Nueva Jersey.

