

## PLAN DE CONTINGENCIA O PREPARATIVOS PREVIO A INICIO DE LA TEMPORADA DE HURACANES

Al concluir el semestre académico en Mayo, preferiblemente antes de comenzar el mes de Junio, se revisa el plan de contingencia o protocolos que tengo en la oficina. Se reúne la familia y se da lectura a los mismos y comienza los preparativos.

Enviar los comunicados para que los compañeros se preparen también.

Realizar un recorrido o caminata por los patios para ver si hay posibles proyectiles, ramas que estén haciendo contacto con los cables de energía eléctrica, zonas inundables o riesgos de deslizamiento de terrenos y notificar a las agencias pertinentes, tener disponibles los tensores, tormenteras, paneles entre otros.

Probar que los equipos estén funcionando (los generadores eléctricos, las cisternas, las estufas de gas, etc.).

Revisar inventario del botiquín de primeros auxilios. Verificar que los medicamentos no estén expirados, que estén en condiciones adecuadas y reabastecer con lo requerido.

### Productos para el botiquín

- ORAL
- Analgésicos (Acetaminophen, Aspirina, NSAID como Naproxen, Ibuprofen)
- Antipiréticos (Acetaminophen, Aspirina, NSAID como Ibuprofen)
- Antidiarréicos (Loperamide = Imodium; Subsalicilato de Bismuto = Pepto Bismol)
- Antiácidos (Maalox, Mylanta, Riopan pueden ser genéricos bioequivalentes)
- Antieméticos (Dramamine = Dimenhydrinate)
- Antihistamínico oral (Benadryl = Diphenhydramine; Loratadine = Alavert, Claritin; Allegra = Fexophenadine)
- Tabletas de glucosa

### USO TÓPICO

- Alcohol

- Agua oxigenada
- Triple antibiótico
- Hidrocortisona
- Crema para quemaduras (Si no es alérgico a sulfa, puede usar Silvadene = Thermazene = Silver Sulfadiazine)

Productos para picaduras de insectos

#### USO OFTÁMICO

- Agua bórica "Eye Wash" (Boracua)
- Uso Ótico
- "Ear Wash"

#### EQUIPOS Y MATERIALES

- Mascarillas faciales N 95
- Desinfectante para las manos "Hand Sanitizer"
- Escudo Facial
- Gazas (2 x 2; 4 x 4)
- Vendajes elásticos
- Vendajes Curads (diferentes tamaños)
- Esparadrapos
- Algodón
- Guantes desechables
- Cabestrillos
- Cinta adhesiva

- Depresores de lengua
- Tijeras
- Glucómetro (tirillas, lancetas)
- Esfignomanómetro
- Termómetro
- Nebulizador o Máquina para terapia respiratoria (abasto de medicamentos para ser nebulizado)
- Mascarillas pediátricas y de adulto
- Otoscopio
- Oftalmoscopio
- Tanques de oxígeno
- Números de teléfonos de emergencias
- Lápices, bolígrafos y papel para hacer las anotaciones de los cernimientos necesarios
- Zafacón o funditas para echar los desperdicios biológicos
- Oxímetro
- Defibrilador

Hoja informativa de manejos de emergencias y situaciones.

Contactos.

## ALACENA

La misma debe estar limpia y organizada. Los productos más próximos a expirar al frente o encima. Revisar que esté abastecido con alimentos no perecederos incluyendo aquellos que tienen propiedades medicinales. (Ejemplo: orégano para la diarrea; pacha y ajo para la hipertensión; café como diurético, laxante, broncodilatador; arándano o "cranberry" para acidificar la orina; piña para tratar las hematomas o moretones, etc.

Se recomienda tener disponible en polvo para mezclar con agua aquellas cosas que se puedan, las mismas son fáciles para llevar a todo lugar (son portátil). Ejemplo: jugo de piña que tiene funciones para tratar moretones o hematomas, puede conseguirse en polvo, etc.). En caso de que no tengan disponible el medicamento, el alimento con funciones medicinales puede resolver algo.

Alimentos no perecederos:

- Agua (Se recomienda 5 galones de agua por persona diariamente)
- Leche en polvo
- Jugo en polvo
- Papas majadas en polvo
- Huevo en polvo
- Sopa en sobre
- Sopa enlatada
- Galletas
- Jamonilla, jamón picado, Corned Beef, Roast Beef,
- Pollo enlatado
- Atún
- Té
- Café
- Chocolate

- Pasta
- Arroz
- Pan
- Galletas
- Papas enlatadas
- Frutas enlatadas
- Avena, Harina de Maíz, Maicena, Farina
- Galletas Export Soda (Aviva, Rovira, Keebler)
- Cereal Seco
- Vegetales enlatados
- Azúcar
- Sal

Efectos personales (cepillo dental, pasta, jabón, shampoo, conditioner, cepillo de cabello, desodorante, toallas, toallas sanitarias)

- Papel para inodoro,
- Papel Toalla
- Vasos plásticos
- Platos plásticos
- Cubiertos Sanitarios

OTROS

- Generadores solares o "Power Bank"

- Generadores eléctricos
- Baterías AAA, AA, C, D, 9 V
- Velas
- Fósforos
- Walkie Talkie
- Radio portátil
- Cargar los equipos electrónicos, lámparas, celulares, computadoras,
- Herramienta liviana
- "Jumpers"
- Mapos, baldes o cubetas, escobas, sacos de arena

#### Estrucura Física

- Filtros HEPA
- Luces ultravioletas
- Camillas con cubiertas
- Separadores
- Tormenteras
- Luces de emergencia

Inciso	Hallazgo	Medida Correctiva	Medida Preventiva	Fecha límite	Realizado o no realizado	Comentario
Patio	___ Podado ___ Sin podar					
Cisterna	___ Funciona  ___ Llena					
Botiquín de primeros auxilios	___ Completo ___ En optimas condiciones ___ otros					
Alacena						
Sistema de electricidad	___ generador ___ funciona ___ no funciona ___ combustible para ello					
Vehículos de motor	___ condiciones ___ aceite ___ filtro ___ gomas ___ agua ___ combustible ___ limpio ___ otro					
Equipos y materiales	___ validados ___ funcionando					

La misma debe estar limpia y organizada. Termómetro. Regulador de termostato. Tener disponibles neveras de playa. Preparar hielo. Preparar hielo seco. Se pasa el hielo del congelador al refrigerador.

Estufa

Gas, electricidad

Otros aspectos:

Tener los documentos de los seguros actualizados.