



Consejos en caso de desastre para las personas con ambulaci3n limitada

Esta informaci3n ser1 de ayuda para las personas con incapacidades que limitan sus movimientos y les puede ayudar a sentirse m1s seguros en casos de desastre.

Almacenamiento

- Guarde provisiones de emergencia en un paquete o en una mochila amarrada a un andador, silla de ruedas, monopat3n, etc.
- Tenga bastones, muletas, andadores y sillas de ruedas en un lugar f1cil de alcanzar y en lugares consistentes y seguros. Si es posible, almacene art3culos adicionales en varios lugares.

Caja de provisiones de emergencia

- Tenga un par de guantes gruesos en su caja de provisiones para utilizarlos para movilizarse en la silla de ruedas o pasar sobre vidrios o ripio.
- Si utiliza una silla de ruedas a motor, considere tener una bater3a adicional disponible. Se puede substituir una bater3a de automovil por una bater3a para silla de ruedas, pero no dura tanto como una bater3a para silla de ruedas. Averig3e con su vendedor si puede recargar las bater3as utilizando cables conectados a una bater3a de automovil, o un conversor que se conecte o un encendedor de cigarrillos.
- Tenga un juego de parches o una lata selladora de emergencia para reparar llantas. Si utiliza neum1ticos, tenga un repuesto a mano.
- Almacene una silla de ruedas manual y liviana, si es posible.

Prep1rese para la evacuaci3n

- Arregle y asegure sus muebles y otros objetos de manera que no se caigan o bloqueen su camino.
- Si est1 en un segundo piso o m1s arriba en un edificio que tenga ascensor, haga un plan con su familia, amigos o colegas sobre c3mo evacuar1n si el ascensor no funciona.
- Si no puede utilizar las escaleras, analice qu3 t3cnicas de transporte y elevaci3n funcionar1n para usted. En ciertos casos, las personas que utilizan sillas de ruedas tendr1n que dejar sus sillas para evacuar una estructura en forma segura.
- A veces, bajar a alguien por las escaleras no es una soluci3n pr1ctica, a no ser que haya por lo menos dos personas fuertes para controlar la silla. Por lo tanto, es muy importante analizar el mejor modo de transportarle, si es que necesita ser trasladado. Por ejemplo, tal vez no sea seguro utilizar el “transporte de bomberos” si usted tiene debilidad respiratoria.
- Est3 preparado para dar instrucciones breves y claras sobre c3mo le deben trasladar.



PO Box 47890
Olympia, WA 98504-
7890

Sitio web:
www.doh.wa.gov

M1s informaci3n en
ingl3s:
360-236-4027
(800) 525-0127