

# CATÁSTROFES NATURALES

## Recomendaciones para Personas con Diabetes



**COMITÉ DE GRADUADOS** | SAD



**Subcomisión Comunicación y Difusión SAD**

# CATÁSTROFES NATURALES

## "MOCHILA DE EMERGENCIA"

### Personas con Diabetes



COMITÉ DE GRADUADOS | SAD



- **Identificación personal.** Mencione enfermedades y alergias y medicación que recibe.
- **Números de TE** de sus familiares y su médico.
- **Medicamentos** en uso para al menos **15 días**.
- **Glucómetro**, lancetas y tiras reactivas.
- **Vendas**, cremas antibióticas, curitas, gasas.
- **Ropa cómoda**, zapatos cómodos, abrigo.
- **Teléfono celular** y cargador (de cable o solar).
- **Kit de accesorios:** Linterna, radio con batería, silbato, soga y navaja o cortapluma.
- **Agua embotellada** para 3-5 días.
- **Azúcar** para combatir una posible **hipoglucemia** (azúcar- gomitas- jugos) y otra fuente de **hidratos de carbono** (barras de cereal-turrón).
- **Alimentos** no perecederos para al menos **5 días** (con abrelatas).
- **Revisar y actualizar** la mochila periódicamente, para sustituir los productos según necesidad.



**Subcomisión Comunicación y Difusión SAD**

# CATÁSTROFES NATURALES

## Personas con Diabetes que usan "INSULINA"



- **Kit de Emergencia:** Lapiceras o viales de insulina con jeringas/agujas, algodón y alcohol.
- Si no cuenta con heladera, conserve la **insulina** en una **bolsa térmica**, lejos del calor y de la luz directa del sol.
- Almacene la insulina lo más **fría** posible pero **sin congelarla**.
- La **insulina que esté en uso** puede conservarse T° ambiente (hasta **30°C**) pudiendo ser utilizada hasta por **4 semanas**.
- Puede usar la insulina que se encuentre en **viales/lapiceras cerradas** y que hayan sido conservadas a T° ambiente (hasta **30°C**) hasta por **4 semanas**.
- En caso de tener que usar insulina que haya sido almacenada a **más de 30°C**, monitoree su nivel de azúcar en la sangre con regularidad.
- Mantenga la **higiene** de la **piel**.
- En **refugios de emergencia:** Avisar que tiene **Diabetes** y que utiliza insulina.



# CATÁSTROFES NATURALES

## Personas con Diabetes

### "QUEMADURAS"



- Es recomendable que a las personas con Diabetes se les brinden los **primeros auxilios** y sean evacuadas de forma **prioritaria**, para ofrecerles albergue y facilitar una atención médica rápida.
- Se debe intentar **garantizar una alimentación** adecuada (almidones- frutas) así como **administrar la medicación** en las dosis y horarios adecuados.
- Ante una catástrofe o si presenta lesiones, consulte cuanto antes con su **Equipo de Salud**.

### Ante QUEMADURAS por FUEGO:

- Irrigue la lesión con abundante **agua** (si es posible de red).
- Limpie con **clorhexidina diluida en solución fisiológica**.
- Coloque crema hidratante con **Vitamina A**.
- Cubra la quemadura con **gasas/ apósitos estériles**.
- Cure en forma **diaria** y valore parámetros de **infección** (dolor- enrojecimiento- secreción)
- **Hidrátese** de manera abundante
- **Analgésicos** según necesidad
- Si se sospecha **inhalación de humo**, dé aviso **urgente** a emergencias, irrigue los ojos con **colirios o sol. fisiológica**.



# CATÁSTROFES NATURALES

## Recomendaciones para Personas con Diabetes



**COMITÉ DE GRADUADOS** | SAD



**Subcomisión Comunicación y Difusión SAD**

# CATÁSTROFES NATURALES

## Recomendaciones para Niños/as con Diabetes 1



SOCIEDAD ARGENTINA DE DIABETES



**Subcomisión Comunicación y Difusión SAD**

# CATÁSTROFES NATURALES

## "MOCHILA DE EMERGENCIA"

### Niños/as con Diabetes 1



- **Identificación con mi nombre y apellido.**
- **Números de T.E.** de mis familiares y mi médico.
- Nota que indique que **tengo diabetes tratada con insulina**, con las dosis y horarios de aplicación.
- **Insulina** para al menos **15 días**.
- Si uso **bomba**, insumos para al menos **15 días**.
- 1 Kit de **Glucagón**.
- **Glucómetro, lancetas, tiras reactivas/sensores.**
- Tiras para medir **cetonas**.
- **Azúcar** para combatir una posible **hipoglucemia** (sobres de azúcar- gomitas- jugos) y otra fuente de **hidratos de carbono** (galletitas en paquete cerrado de 4 o 5- frutos secos).
- Botella o termito con **agua**.
- 1 sobre de **sales de rehidratación oral** (OMS).
- **Vendas**, cremas antibióticas, curitas, gasas.
- **Ropa cómoda**, zapatos cómodos, abrigo.
- **Teléfono celular** y cargador (de cable o solar).
- **Kit de accesorios:** Linterna y silbato.



# CATÁSTROFES NATURALES

## Niños/as con Diabetes que usan "INSULINA"

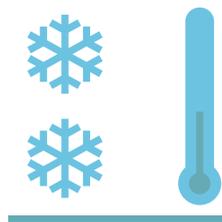


- **Kit de Emergencia:** Lapiceras o viales de insulina, jeringas/agujas, algodón y alcohol.
- Si no tenés heladera: conservá la **insulina** y el **glucagón** en una **bolsa térmica**, lejos del calor y de la luz directa del sol.
- Almacená la insulina lo más **fría** posible pero **sin congelarla**.
- La **insulina que estás usando** puede conservarse a T° ambiente (hasta **30°C**) y la podés utilizar hasta por **4 semanas**.
- También podés usar la insulina que se encuentre en **viales/ lapiceras cerradas** y que hayan sido conservadas a T° ambiente (hasta **30°C**) hasta por **4 semanas**.
- Mantené limpia la **piel**.
- En **refugios de emergencia:** Avisá al coordinador que tenés **Diabetes** y que utilizás **insulina**. Mostrale donde guardás el **glucagón**, y enseñá a la persona que esté con vos, cómo utilizarlo.



# CATÁSTROFES NATURALES

## "MI MOCHILA"



# CATÁSTROFES NATURALES

## Niños/as con Diabetes

### "QUEMADURAS"



- Es recomendable que a los niños/as con Diabetes se les brinden los **primeros auxilios** y sean evacuados de forma **prioritaria**.
- Se debe intentar garantizar una **alimentación** adecuada con **hidratos de carbono** (fideos, arroz, polenta, legumbres, frutas) así como **administrar la insulina** en las dosis y horarios establecidos.

#### Ante QUEMADURAS por FUEGO:

- Consultá cuanto antes con el **equipo de salud**.
- **Lavá** la lesión con abundante **agua** (si es posible de red).
- Limpiá con **clorhexidina diluida en solución fisiológica**.
- Colocá crema hidratante con **Vitamina A**.
- Cubrí la quemadura con **gasas/ apósitos estériles**.
- Curá en forma **diaria** y controlá si puede aparecer **infección** (dolor- enrojecimiento- secreción)
- Tomá mucha **agua**.
- Consultá con tu **médico** todos los días hasta que cure.
- Si **inhalaste humo**, avisá **urgente** a emergencias y colocá gotitas con **colirios o sol. fisiológica** en ambos **ojos**.



# CATÁSTROFES NATURALES

## Recomendaciones para Niños/as con Diabetes 1



"NO dejes de aplicarte insulina, y permanecé siempre acompañado"



SOCIEDAD ARGENTINA DE DIABETES



**Subcomisión Comunicación y Difusión SAD**