

ANEXO I

TEMAS Y POSIBLES MENSAJES A DIVULGAR EN LAS COMUNIDADES*

MENSAJES ILUSTRATIVOS DIRIGIDOS A LAS COMUNIDADES ANTES DEL INICIO DE UN DESASTRE		
Tema		Mensaje ilustrativo
Información	Mantenga su radio en sintonía	“Este es un mensaje del Comité Local de Emergencia”. “Para más información por favor contacte al Centro de Salud más cercano. El próximo mensaje será transmitido a las...”
	Fuente de información	“Ejemplos de los centros de información oficial: Comité Nacional de Desastres y Ministerio de Salud Nacional”
Agua	Agua segura, contaminación	“Durante y después de un desastre puede producirse la contaminación del agua debido a la rotura de cañerías”. “Además, puede haber una pérdida de electricidad que afecta el bombeo del agua a los hogares. El Ministerio de Salud informará sobre la situación inmediatamente después del desastre. No beba agua del caño. Espere más información a través del Ministerio de Salud.”
	Cantidad, almacenamiento	“Usted y su familia pueden prepararse para un desastre. Es prudente almacenar agua y colocar en recipientes limpios y con tapa. Las botellas plásticas vacías de aceite para cocinar y bebidas gaseosas pueden ser buenos envases de almacenamiento de agua. Nunca almacene agua en envases de herbicidas, plaguicidas o aceite para motor. Si usted tiene preguntas, por favor contactar...”

(*) Estos mensajes son referenciales y se los deben adaptar a cada realidad local.

MENSAJES ILUSTRATIVOS DIRIGIDOS A LAS COMUNIDADES ANTES DEL INICIO DE UN DESASTRE		
Tema		Mensaje ilustrativo
Casa	Seguridad	<p>“Aumente la seguridad de su casa revisando las condiciones del techo, instalaciones eléctricas, válvulas y realice las reparaciones necesarias. Examine en qué condición están los árboles y remueva las ramas muertas”.</p> <p>“Si su casa no es segura, vaya donde un vecino o busque refugio”.</p>
	Almacenamiento del equipo y herramientas	<p>“Mantenga en un lugar accesible las herramientas y materiales básicos que puede necesitar para las reparaciones después de un desastre.”</p> <p>“Mantenga a la mano linternas y pilas.”</p>
Alimentos	Almacenamiento	<p>“Algunos desastres traen como consecuencia escasez de alimentos”.</p> <p>“Mantenga un suministro de alimentos de emergencia: productos enlatados, alimentos en grano, arroz, harina de maíz, frijoles y azúcar. Asegúrese que esos alimentos no necesiten refrigeración o cocción. Si necesita más información por favor contactar...”</p>
Alimentos	Preservación de los alimentos	<p>“Cuando no hay electricidad, se deben tomar ciertas precauciones para proteger los alimentos refrigerados y así evitar intoxicación al ingerirlos. Los alimentos que se han descongelado deben cocinarse y consumir el mismo día. Las carnes y los pescados pueden preservarse salándolos o haciendo un encurtido”.</p>
	Suministros para cocinar alimentos; suministro de energía	<p>“Mantenga un suministro de carbón vegetal, queroseno, un pote de carbón y una estufa de queroseno para cocinar. Asegúrese que la estufa funcione bien”.</p>

MENSAJES ILUSTRATIVOS PARA INFORMAR A LAS COMUNIDADES DURANTE UN DESASTRE		
Tema		Mensaje
Información	Escuche la radio	"Para proteger su salud y la de su familia escuche y atienda las indicaciones del Comité Local de Emergencia"
Agua	Cantidad	"Cierre todos los grifos"
Lesiones	Lesiones	"Trate en su casa las lesiones menores". "Detenga una hemorragia". "No se exponga a los elementos que puedan causarle daño, por ejemplo...(depende del tipo de amenaza)."
La casa	Protección	"En caso de un huracán, permanezca adentro y cierre todas las ventanas y los grifos. Tenga mucho cuidado al usar velas. Apague el gas. Mantenga líneas telefónicas libres". "En caso de inundación, si su casa está ubicada en un sitio peligroso, trasládese a un albergue o a la casa de familiares o amigos."
Alimentos	Alimentos	"Tenga cuidado con lo que compre e ingiera, evite intoxicaciones."

MENSAJES ILUSTRATIVOS PARA INFORMAR A LAS COMUNIDADES DESPUÉS DE UN DESASTRE		
Tema		Mensaje ilustrativo
Información		"Escuche continuamente la radio."
Agua	Agua segura	"El agua contaminada puede ayudar a la propagación de enfermedades tales como gastroenteritis, disentería, tifoidea, leptospirosis y cólera." "Para tomar y cocinar utilice agua hervida o clorada, así evitará enfermedades."
		"Hierva o desinfecte el agua recogida para el consumo humano. Aplique cloro o blanqueador (la cantidad indicada en el envase) para desinfectar el agua. Revuelva bien y déjela reposar durante treinta minutos. Continúe desinfectando el agua hasta que el Ministerio de Salud declare que el agua en su área no está contaminada." "Si el agua recogida de un río o arroyo es algo oscura, deje que sedimente. Ponga el agua clara en un envase limpio y después hierva o agregue cloro o blanqueador doméstico (la cantidad indicada en el envase)". "No debe emplearse agua fangosa. El agua siempre debe recogerse de arroyos, pozos y manantiales limpios." "Hierva el agua que emplea en la preparación de alimentos para bebés. Se considera que el agua no está contaminada cuando se hierve por lo menos durante cinco minutos."
	Prevenir contaminación	"Para prevenir la contaminación del agua: <ul style="list-style-type: none"> • proteja las fuentes de agua de la basura y los animales; • almacene agua en envases limpios; • transporte los envases tapados; • guarde los recipientes cerrados; • use recipientes limpios y con una manija para extraer agua del recipiente de almacenamiento; • cuando extraiga agua del recipiente, no deje que las manos toquen o establezcan contacto con el agua almacenada."

→
Continúa

MENSAJES ILUSTRATIVOS PARA INFORMAR A LAS COMUNIDADES DESPUÉS DE UN DESASTRE		
Tema		Mensaje ilustrativo
Saneamiento	Eliminación de excretas	"Si los baños se destruyen o se dañan después de un desastre, para prevenir la propagación de enfermedades debe instalarse una letrina de fosa para el desecho de excretas humanas. Todos los desechos corporales, incluyendo los de los niños, deben eliminarse sanitariamente en una fosa. "
	Cómo construir una letrina de fosa	"Las letrinas de fosa deben construirse a 30-50 metros de distancia de cualquier fuente de agua. Deben tener drenajes excavados alrededor para prevenir que el agua entre en la fosa y evitar que inunde el suelo circundante. Se necesita tomar ambas precauciones para reducir la posible contaminación de las fuentes de agua durante y después de los desastres naturales." "Use la letrina solo para el desecho de excretas humanas, no hay que usarla como bodega o gallinero."
	Mantenimiento de la letrina de fosa	"Tenemos que cuidar y limpiar la letrina para que todos podamos usarla. Nadie va a querer usar una letrina que huele mal, está llena de excrementos y orines o que tenga presencia de zancudos, moscas y cucarachas." "Para que la letrina se mantenga siempre limpia: <ul style="list-style-type: none"> • cuide que la gente defeqe y orine dentro de la letrina, no afuera; • ponga los papeles dentro del hoyo; • mantenga tapado el hoyo del banco y cerrada la puerta de la letrina; • lave la letrina con agua y jabón, por lo menos una vez cada dos días; • repare el techo, piso y paredes de la letrina cada vez que lo necesite; • no ponga gas o aceite en el hoyo de la letrina. Si huele mal mejor coloque cal o ceniza."

MENSAJES ILUSTRATIVOS PARA INFORMAR A LAS COMUNIDADES DESPUÉS DE UN DESASTRE

Tema		Mensaje ilustrativo
Saneamiento	Desecho de basura	<p>"Inmediatamente después de un desastre pueden aumentar los insectos y los roedores, debido a la interrupción en la recolección de basura, servicios de desecho y el hacinamiento de personas en refugios."</p> <p>"Para reducir el riesgo de transmisión de enfermedades vectoriales tome las siguientes precauciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • coloque la basura y las excretas en recipientes cubiertos; • queme o entierre la basura para eliminarla; • ponga las latas y botellas de tal manera que no se llenen de agua y se conviertan en criaderos de mosquitos; • perforo las latas para que no se llenen de agua; • las botellas que pueden reutilizarse deben almacenarse en un lugar seco, las que no pueden reutilizarse, deben enterrarse o ponerse cabeza abajo en el jardín; • eliminar los charcos, agua de canales y procurar que el agua estancada corra; • permita que el personal de salud entre en su casa para rociarla con insecticida."
Enfermedad	Tipo	<p>En cuanto a enfermedades los mensajes pueden referirse a "nuevas enfermedades, dónde se detectan, la edad en riesgo."</p> <p>Precauciones: higiene, servicio de salud, medicamentos. Aclarar que no hay razón para vacunar masivamente. Curar las lesiones menores con los medios disponibles.</p>
Lesiones	Remover los escombros que cubren a las personas atrapadas y cuidados básicos a los heridos.	<p>"Informar acerca de las operaciones de rescate después de un desastre"</p> <p>"Identificar a las personas que necesitan ser rescatadas y su ubicación"</p> <p>"Asegurarse que las personas heridas puedan respirar adecuadamente. Eliminar partículas u objetos de la boca o nariz (Ej. dientes postizos)"</p> <p>"Aflojar los cuellos, cinturones y ropa. Use frazadas o sábanas para mantener a las víctimas en calor. "</p> <p>"Informar al público respecto al número de heridos, dónde son atendidos y los recursos proporcionados."</p>

→ Continúa

MENSAJES ILUSTRATIVOS PARA INFORMAR A LAS COMUNIDADES DESPUÉS DE UN DESASTRE		
Tema		Mensaje ilustrativo
Lesiones	Traslado de pacientes	<p>"No mover a las personas heridas a menos que estén en peligro de sufrir lesiones adicionales."</p> <p>"Se pueden improvisar camillas con puertas, sobreenfantas, pedazos de plástico, escaleras, frazadas y sábanas (trate de conseguir las más firmes y planas)."</p> <p>"Las personas lesionadas deben levantarse con movimientos coordinados. La cabeza, cuello y tronco deben estar rectos y nivelados. La cabeza de la víctima debe estar en la misma dirección del movimiento."</p> <p>"Los pacientes deben amarrarse a la camilla para que no se caigan."</p> <p>"Asuma que el paciente tiene el cuello o la espalda rota, ponga cobijas o algo firme al lado de la cabeza para que no la pueda mover. No le de vuelta o mueva la espalda del paciente. No permita que se levante ni camine."</p>
Lesiones	Las lesiones menores pueden tratarse localmente para no sobrecargar al hospital	<p>Hemorragias</p> <p>"Detenga las hemorragias aplicando presión a la herida con una tela limpia y levantando el brazo o la pierna."</p> <p>"Cubra a las personas heridas con frazadas o sábanas para mantenerlas calientes."</p> <p>"Tranquilizar a la gente herida"</p> <p>Limpieza de heridas</p> <p>"Lávese las manos con agua limpia y jabón. Limpie la herida con jabón y agua limpia para remover partículas y tierra."</p> <p>"Poner sobre la herida una venda o gasa limpia."</p> <p>Rotura de huesos</p> <p>"Si alguna parte del cuerpo se hincha, está roja, en una posición extraña o la persona experimenta mucho dolor y no se puede mover, es muy posible que haya un hueso roto. En este caso entablíllelo en la posición que esté. No trate de enderezar el brazo o la pierna; solamente acolchónelo con tela y sosténgalo con periódicos enrollados, pedazos de madera, una almohada o una cobija doblada. Lleve a la persona al hospital o clínica más cercana."</p>

MENSAJES ILUSTRATIVOS PARA INFORMAR A LAS COMUNIDADES DESPUÉS DE UN DESASTRE		
Tema		Mensaje ilustrativo
Lucha antivectorial	Tipo: mosquitos, ratas Métodos de control; criaderos	"Los desastres no causan nuevas enfermedades, pero al alterar el medio ambiente pueden causar un incremento en la transmisión de enfermedades que ya existen en el área. Por eso es importante considerar seriamente el aumento del riesgo de enfermedades de transmisión vectorial. " "El mosquito <i>Aedes aegypti</i> es el vector transmisor del dengue, el dengue hemorrágico y la fiebre amarilla. Este mosquito se reproduce en los envases que están en la casa y sus alrededores. Recipientes como jarrones, bañeras para pájaros, huecos en los árboles, el bambú, cascarnes de coco, latas, botellas, neumáticos viejos y otros recipientes descartados pueden coleccionar agua dulce y convertirse en sitios ideales para que se reproduzcan los mosquitos. " "Para reducir el número de lugares de reproducción de mosquitos, mantenga todos los recipientes de almacenamiento de agua cubiertos; cambie el agua de las flores dos veces por semana y elimine la basura de una manera adecuada." "Después de un desastre, entierre la basura hasta que se restaure el servicio de recolección. Tenga cuidado de no causar un incendio al quemar la basura."
Casa	Seguridad	"No tocar cables eléctricos." "Apague el gas" "No caminar descalzo."
Alimentos	Comer primero los alimentos percederos	"Comer alimentos saludables. " "No utilice enlatados que tengan protuberancias, abolladuras, estén oxidados o que tengan fechas vencidas." "Los alimentos que no se pudren, guardelos en un estante cerrado, limpio y protegido, para que no entren moscas, cucarachas ni ratones"
	Cómo preparar los alimentos	"Las personas que preparan los alimentos deben estar muy aseadas: <ul style="list-style-type: none"> • lavarse bien las manos hasta el codo, con agua y jabón; • tener las uñas limpias y cortas; • mientras se preparan los alimentos no usar anillos, pulse- ras o reloj; • mantener el pelo limpio y recogido, si es posible mantén- galo tapado con un gorro o pañuelo" "Hay que lavar las frutas y verduras con agua clorada. Si las verduras se van a comer crudas, hay que dejarlas en agua clorada por 30 minutos antes de comerlas." "Cubra la comida ya cocinada para evitar que los animales la contaminen".

→
Continúa

MENSAJES ILUSTRATIVOS PARA INFORMAR A LAS COMUNIDADES DESPUÉS DE UN DESASTRE		
Tema		Mensaje ilustrativo
Prevenir la desnutrición	Niños	<p>“Es importante poner atención a la calidad y la cantidad de los alimentos.”</p> <p>“Hay que asegurar las raciones de comida a las personas que se pueden desnutrir más fácilmente. Aunque el resto de la familia tenga que sacrificarse un poco, no se puede dejar pasar hambre a los niños, embarazadas, ancianos y las mujeres que están dando de mamar.”</p> <p>“Mantenga el pecho a los niños menores de seis meses de edad. Es importante vigilar el peso de los niños. Si el niño se ve muy flaco, demacrado y decaído, si tiene el pelo ralo que se cae fácilmente, y si no quiere comer, no espere más y acuda al centro de salud más cercano.”</p>
Salud mental	Ayude a sus niños a expresar sus sentimientos	<p>“Ayude a sus niños a expresar sus sentimientos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • los niños necesitan apoyo y consuelo después de un desastre; necesitan saber cómo pueden contribuir al esfuerzo de limpieza. Decida qué actividades de limpieza no son peligrosas para que los niños puedan ayudar; • los niños más pequeños pueden pintar o hacer dibujos, hacer un libro con desechos o contar historias sobre el desastre; • los niños mayores pueden escribir una canción o historia basada en sus experiencias o grabar entrevistas con familiares y amigos; • ayude a sus niños a que se concentren en el futuro y que se imaginen cómo se verá su hogar o vecindario una vez que se termine de limpiar; • esté atento a síntomas que demuestran que su niño está todavía perturbado, tales como enuresis nocturna, pesadillas, actúan como si fueran más jóvenes o pelean con amigos. Si esos comportamientos continúan, busque ayuda de un trabajador de salud; • asegúreles a los niños que están fuera de peligro; hable con ellos sobre lo que podrían hacer la próxima vez. Niños instruidos y seguros de sí mismos harán frente a la situación mucho mejor; • asegúreles a los niños que un desastre no es un castigo por un mal comportamiento; • vuelva a las rutinas normales -deportes, juegos, etc.- lo más pronto posible.”