

## **RECOMENDACIONES PARA VIVIR EN UN REFUGIO TEMPORAL**

Las emergencias complejas y los desastres de origen natural pueden provocar que miles de personas abandonen sus hogares en busca de albergues y seguridad. Estos lugares proporcionan temporalmente techo, alimentación, vestido, agua segura, saneamiento, cuidado de la salud y protección.

Casi siempre, se usan como albergues las escuelas, iglesias, casas comunales, gimnasios o estadios deportivos, los cuales no están diseñados ni dotados para prestar los servicios básicos y necesarios a un gran número de personas, por periodos prolongados.

Por eso durante la estadía de corto o mediano plazo en un refugio, hasta retornar a tu hogar o a un lugar seguro de manera permanente, te recomendamos:

- Organizarte y participar en las actividades de esa comunidad, pues, esta es la base de la convivencia y el buen funcionamiento en espacio colectivo.
- Bañarte a diario
- Lavar tus dientes: si tienes cepillo y crema debes usarlos, de lo contrario utiliza sal y masajea con el dedo sobre dientes y encías.
- La medida más importante para prevenir el esparcimiento de virus y enfermedades es lavarte las manos con agua y jabón, después del uso de los baños; antes y después de comer y al manipular los alimentos.
- Mantener uñas cortas y limpias
- Lavar la ropa
- Lavar adecuadamente la vajilla y los baños
- Introducir objetos y manos en recipientes con agua para consumo, genera peligro de contaminación.
- Mantener aseado nuestro espacio en el albergue, para que este sea un lugar saludable
- Hacer buen uso de los recursos y servicios ofrecidos por el albergue temporal.
- Revisar periódicamente a niños y niñas para evitar el contagio con piojos

- Vigilar la presencia de moscas, cucarachas y otros insectos y notificar a las autoridades de salud para su eliminación.
- Ubicar la basura en recipientes con tapa
- Taparte la boca al toser o estornudar
- Brindar especial atención a niños, ancianos y personas desvalidas.
- Informar a tiempo cualquier anomalía en su salud o la de los miembros de su familia, para prevenir el contagio masivo y recibir una atención médica oportuna.
- Evitar y denunciar la introducción de bebidas alcohólicas o drogas alucinógenas.
- Reportar ante las autoridades del albergue o refugio temporal, cualquier anomalía en el comportamiento de una persona, que pueda poner en riesgo a uno o varios miembros del lugar.
- Conservar la calma. Recuerda que el respeto es la base para una sana convivencia.
- Respetar y cumplir las normas básicas de comportamiento del albergue para garantizar una convivencia más agradable.

## FUENTES DE INFORMACIÓN

CRUZ ROJA COLOMBIANA.

<http://www.cruzrojacolombiana.org/>

SISTEMA NACIONAL DE PREVENCIÓN Y ATENCIÓN DE DESASTRES COLOMBIA

<http://www.sigpad.gov.co/sigpad/index.aspx>

ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD

<http://new.paho.org/hq/>

CÓMO ACTUAR EN CASO DE INUNDACIONES.

GENERALITAT DE CATALUNYA.

[www.gencat.es](http://www.gencat.es)

<https://aca->

[web.gencat.cat/aca/appmanager/aca/aca.jsessionid=ThMJMhIQ7hMT3tvkYqLR6GVHjGXq27HP5nl6lLwKZMvCcpQbCK8B!679853026!816170568?nfpb=true&pageLabel=P1225854461208201552881&profileLocale=es](http://web.gencat.cat/aca/appmanager/aca/aca.jsessionid=ThMJMhIQ7hMT3tvkYqLR6GVHjGXq27HP5nl6lLwKZMvCcpQbCK8B!679853026!816170568?nfpb=true&pageLabel=P1225854461208201552881&profileLocale=es)

QUE HACER ANTE UNA INUNDACIÓN.

e-Seguridad

<http://eseguridad.galeon.com/productos182743.html>

¿QUÉ HACER EN CASO DE INUNDACIÓN?

<http://rocky3.es.tripod.com/estrategia/id13.html>

¿QUÉ HACER ANTE UNA INUNDACIÓN?

<http://www.esmas.com/salud/home/tienesquesaberlo/445310.html>

EN LA OLA INVERNAL PREVENGA LAS EPIDEMIAS O PRESENCIA DE ENFERMEDADES.

[http://www.hospitalesdecaldas.com/index.php?option=com\\_content&view=article&id=260](http://www.hospitalesdecaldas.com/index.php?option=com_content&view=article&id=260)

NORMAS DE LA OPS (ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD) PARA ACTUAR EN DESASTRES.

<http://www.angelfire.com/nt/terremotos/guiapracticaOPS2.html>

RECOMENDACIONES DEL SIMPAD PARA PREVENIR EMERGENCIAS CON MOTIVO DE LA OLA INVERNAL EN LA CIUDAD.

[http://www.facebook.com/note.php?note\\_id=382279698250](http://www.facebook.com/note.php?note_id=382279698250)

<http://www.snet.gob.sv/Geologia/Deslizamientos/Info-basica/3-generalidades.htm>

[http://www.samuelalcalde.com/index.php?option=com\\_content&view=article&id=7078:secretaria-de-salud-hace-recomendaciones-para-mitigar-impacto-de-incendios-&Itemid=29](http://www.samuelalcalde.com/index.php?option=com_content&view=article&id=7078:secretaria-de-salud-hace-recomendaciones-para-mitigar-impacto-de-incendios-&Itemid=29)

[http://www.tolima.gov.co/sipad/index2.php?option=com\\_content&do\\_pdf=1&id=48](http://www.tolima.gov.co/sipad/index2.php?option=com_content&do_pdf=1&id=48)

[http://www.disaster-info.net/lideres/spanish/el\\_salvador/presentaciones-pdf/Manejo-sanitario-albergues-temporales-Ing-Francia-24.pdf](http://www.disaster-info.net/lideres/spanish/el_salvador/presentaciones-pdf/Manejo-sanitario-albergues-temporales-Ing-Francia-24.pdf)

[http://www.apic.org/content/navigationmenu/emergencypreparedness/surgecapacity/shelters\\_disasters.pdf](http://www.apic.org/content/navigationmenu/emergencypreparedness/surgecapacity/shelters_disasters.pdf)

<http://www.eird.org/deslizamientos/pdf/spa/doc2555/doc2555-6.pdf>