

# Teléfonos útiles

|                                 |  |
|---------------------------------|--|
| 101                             | Policía Federal                                      |
| 103                             | Defensa Civil  |
| 106                             | Bomberos   |
| 107                             | Emergencias de Salud                                 |
| 911                             | Policía de Tucumán                                   |
| (0381) 4302228                  | Dirección de Epidemiología                           |
| 0810 777 1234                   | EDET   |
| 0800 777 0408<br>(0381) 4219469 | Defensa Civil Municipalidad de San Miguel de Tucumán |

# Emergencia Climática



**Instructivo para personal responsable de centros de evacuados, municipios y comunas.**

## **DEFENSA CIVIL ES EL ORGANISMO QUE HABILITA UN CENTRO DE EVACUADOS. ASEGÚRESE DE ESTO**

### **RECOMENDACIONES PARA CENTRO DE EVACUADOS**

- La gestión del centro debe realizarse con responsables capacitados (Turnos)
- El Ministerio de Educación ha dispuesto los establecimientos habilitados como centro de evacuados.
- El gobierno local como responsable del funcionamiento adecuado del Centro; debe asegurar condiciones de: alojamiento, alimentación, limpieza, actividades recreativas y ocupacionales si se prolonga la evacuación
- Debe tener un Censo de las personas albergadas.
- Debe informar de cualquier novedad a diversos organismos del Estado, según sus competencias.
- Debe contar con personal de seguridad de la Policía de Tucumán
- Todo lo relacionado con la salud (medicación, atención, vacunación, etc.) se canalizará a través de los referentes locales de Salud (Policlínicas, CAPS y Hospitales)

### **HOSPITALES DE REFERENCIA**

| <b>Hospital</b>  | <b>Dirección</b>                                 | <b>Teléfono</b> |
|--|--|-----------------|
| <b>Hospital Ángel C. Padilla</b>                               | Alberdi 550<br>S. M. de Tucumán                  | 0381-4248012    |
| <b>Hospital Centro de Salud Zenón Santillán</b>                | Av. Avellaneda 750<br>S. M. de Tucumán           | 0381-4311208    |
| <b>Hospital del Niño Jesús</b>                                 | Pje. Hungría 750<br>S. M. de Tucumán             | 0381-4525000    |
| <b>Instituto de Maternidad Ntra. Sra. de las Mercedes</b>      | Av. Mate de Luna 1535<br>S. M. de Tucumán        | 0381-4230208    |
| <b>Hospital de Clínicas Pte Nicolás Avellaneda</b>             | Catamarca 2000<br>S. M. de Tucumán               | 0381-4276008    |
| <b>Hospital del Este Eva Perón</b>                             | Ruta 9 y Camino del Carmen<br>Banda del Río Salí | 0381-4268400    |
| <b>Hospital Regional de Concepción “Dr. Miguel Belascuain”</b> | San Luis 150<br>Concepción                       |                 |
| <b>Hospital Juan M. Obarrio</b>                                | San Miguel 1650<br>S. M. de Tucumán              | 0381-4330781    |
| <b>Hospital Psiquiátrico Ntra. Sra. del Carmen</b>             | Muñecas 2500                                     | 0381-4276303    |
| <b>Hospital Gral. Lamadrid de Monteros</b>                     | Sarmiento 453<br>S.M.de Tucumán                  | 03863 - 426229  |

# EMERGENCIA CLIMÀTICA

NO RETORNAR A SU VIVIENDA SI NO ES UN LUGAR SEGURO, PERMANEZCA EN SITIOS DONDE ESTE PROTEGIDO

RESPETE LAS INDICACIONES DE DEFENSA CIVIL

- ➡ Nunca conecte o desconecte la electricidad si esta mojado o parado en el agua.
- ➡ No tomar agua de los arroyos y ríos. Evite caminar descalzo para prevenir accidentes y picaduras
- ➡ Utilice agua segura
- ➡ Desinfectar las viviendas y albergues con agua y lavandina especialmente cocinas, baños y letrinas (tres veces por día.
- ➡ Lavarse las manos con agua y jabón después de ir al baño y preparar alimentos.
- ➡ Consumir los alimentos bien cocidos y recién preparados.

## Agua Segura

Para consumir agua segura es necesario:

- Hervir por 5 minutos o agregarle 2 gotas de lavandina por litro
- Si utilizas pastillas debe seguir estas recomendaciones

Si el agua es clara: 1 pastilla cada 3 litros de agua

Si el agua es turbia: 1 pastilla por litro de agua.

En todos los casos se debe esperar 20 minutos antes de usarla y luego conservarla en recipientes limpios y tapados

Otra opción es hervirla durante 3 minutos y esperar que se enfríe para consumirla

## Seguridad alimentaria

### 1. ALIMENTACIÓN EN SITUACIONES DE EMERGENCIA

En una situación de emergencia climática es importante:

- Mantener la higiene en las áreas de distribución y preparación de alimentos.
- Manejar correctamente los alimentos para evitar problemas de salud en la población asistida

### 2. PAUTAS ALIMENTARIAS

#### Recomendado

Agua segura (hervida o clorada) en preparaciones de cocina y leche

Verduras y frutas cocidas o enlatadas

Lactancia materna

Carne bien cocida o enlatadas

Leche en polvo

Huevos hervidos

Preparaciones cocidas

#### No recomendados

Ensaladas de vegetales crudos y ensaladas de frutas frescas

Carne molida

Mayonesa casera

Preparaciones crudas

## RECOMENDACIONES PARA LA SALUD MENTAL

Las situaciones de desastres afectan desde un punto de vista psíquico a la mayor parte de la población

Los damnificados pueden sentir alivio hablando con otros de lo que están sintiendo, expresando el miedo, compartiendo con otros sus temores, su duelo, su impotencia ante lo ocurrido, incertidumbre sobre su futuro etc.

Es importante que paulatinamente las personas alojadas en el albergue puedan ir retomando su organización familiar y laboral habitual y sus actividades cotidianas en lo posible.

Por eso es importante que los responsables de los refugios traten de lograr:

- Organizar el espacio para cada familia
- Una modalidad de organización del albergue similar a las de las rutinas familiares
- Detectar líderes que puedan colaborar en el mantenimiento del orden y la contención de las personas afectadas
- Tratar de lograr un clima del lugar cordial y contenedor.
- Construir rutinas o reorientación de las existentes.
- Programar actividades grupales.
- Detectar situaciones de riesgo y/o violencia y/o presencia de fenómenos disruptivos y consultar a los especialistas de salud si se mantienen en el tiempo o pueden ser contenidas.

## Accidentes con animales

Cualquiera sea el tipo de accidente con animales (con serpientes u otros) la persona debe ser trasladada **URGENTE** al hospital de referencia más cercano para la aplicación de Antivenenos específicos.

### Primeros auxilios

#### 1. Para Serpientes

- ➔ Mantener la calma
- ➔ Limpiar el área de la mordedura (con agua segura y jabón)
- ➔ NO colocar ninguna sustancia en la herida.
- ➔ NO hacer cortes en la herida
- ➔ NO hacer torniquete
- ➔ NO extraer veneno con la boca o ningún elemento
- ➔ NO hacer tratamientos caseros en la herida
- ➔ NO dar aspirina
- ➔ NO provocar vómitos
- ➔ NO dar bebidas alcohólicas
- ➔ Trasladar con urgencia al accidentado al hospital de referencia más cercano.

#### 2. Para arañas y Escorpiones

- ➔ Limpiar la herida con abundante agua segura y jabón.
- ➔ Trasladar con urgencia al accidentado al hospital de referencia más cercano

#### 3. Para Perros

- ➔ Limpiar la herida con abundante agua segura y jabón.
- ➔ Dirigirse al centro de salud más cercano

## 3. MANEJO HIGIÉNICO DE LOS ALIMENTOS

### A. Higiene de las manos

- Utilizar detergente o jabón y agua segura
- Enjuagar y secar utilizando toallas limpias



### LAVARSE SIEMPRE LAS MANOS

#### ANTES

- De preparar alimentos
- De preparar maderas
- De alimentar al bebe
- De comer

#### DESPÚES

- De ir al baño
- De cambiar los pañales
- De limpiar a un niño que fue al baño
- De tocar alimentos crudos
- De tocar basura
- De tocar una herida
- De tocar animales

### B. Higiene de cocina y utensilios

- Lavar y desinfectar todas las superficies y utensilios usados en la preparación de alimentos con agua segura
- Designar una cacerola o un tacho de gran tamaño con tapa para guardar agua hervida o clorada, hasta 24 hs (para cocinar y lavar)
- Evitar que los animales (perros, gatos) ingresen al área de depósito y preparación de alimentos
- Limpiar con un paño limpio los bordes de las latas antes de abrirlos.
- Lavar la maderera con agua segura antes y después de usarla, luego hervirlas y guardar tapadas y alejadas de las moscas.
- Almacene alimentos a 30cm del piso y 50cm de la pared
- Controle fecha de vencimiento, integridad de los envases y estado de conservación.

## C. Evitar la contaminación cruzada

- Separar alimentos crudos de cocidos o listos para consumir.
- Utilizar recipientes y utensilios distintos para trabajar con alimentos cocidos y crudos.
- Separar alimentos de productos químicos, de combustibles o productos de limpieza (detergentes, lavandina, etc.)

### 4. PREPARACIONES SUGERIDAS

#### Ejemplo de desayuno y/o merienda

Leche sola o con mate, cacao, té, café y azúcar, mas galletitas con dulce o picadillo

#### Ejemplo de almuerzo y /o cena

-Guiso de arroz  
-Postre: dulce de batata  
-Estofado de papas con arvejas.  
-Postre: arroz con leche  
-Guisos de lenteja  
-Postre: maicena con leche  
-Fideos con salsa y queso rallado  
-Postre: Dulce de leche

#### No olvidar

- ➔ Cocinar las carnes hasta que los jugos que elimine sean de color marrón
- ➔ Descartar sobrantes de leche de las mamaderas
- ➔ No dejar alimentos cocidos a temperaturas ambientes más de dos horas
- ➔ Calcular la cantidad de alimentos para que no existan sobrantes
- ➔ Servir la comida bien caliente(a punto de hervor)
- ➔ Si recalienta alimentos, hágalo a temperatura de hervor.
- ➔ Desinfecta las viviendas y albergues con agua y lavandina especialmente cocinas, baños, y letrinas (tres veces por día)
- ➔ Lavarse las manos con agua y jabón después de ir al baño y antes de preparar los alimentos.

## Manejo de residuos sólidos

### Para los Centros de Evacuados

- ➔ Destinar un sitio cubierto, para la contención temporaria de los residuos, convenientemente aislado y cerrado
- ➔ Los residuos que fermenten deben ser recolectados diariamente.
- ➔ Los papeles y cartones, plásticos, trapos, maderas, vidrios, metales, material de barridos y escombros deben almacenarse al aire libre, dentro de un contenedor y colocarse separado de los materiales que pueden fermentar (restos de comida, pañales, protectores femeninos, papel higiénico usado, algodones y/o gasas)
- ➔ Las frutas, verduras, carnes y grasas deben guardarse en recipientes tapados, para evitar la proliferación de moscas, mosquitos, cucarachas y ratas.

### Para Municipios y comunas en situaciones de emergencia por inundaciones

- ➔ Instruir al personal afectado a los asuntos ambientales sobre el manejo de los residuos sólidos urbanos.
- ➔ Seleccionar un sitio que ofrezca seguridad contra las inundaciones, con sistema seguro de evacuación de aguas pluviales, asegurando que los accesos se mantengan en condiciones de uso en forma permanente.
- ➔ Seguir acabadamente, los instructivos, oportunamente elevados sobre el manejo ordenado de los residuos.
- ➔ Monitorear permanentemente, mientras dure la emergencia e informar a la superioridad inmediata, sobre los desvíos de esta norma.