



# KCER Watch

Temas de Seguridad y Salud: Boletín de Preparación ante Emergencias

Enero 2017

## En esta Edición

### Temas Calientes

- [Cómo Localizar a Familiares y Amigos tras una Emergencia](#)
- [Tips para Cuidar a Alguien con Gripe](#)
- [Mantener la Seguridad con Calefactores de Espacios](#)

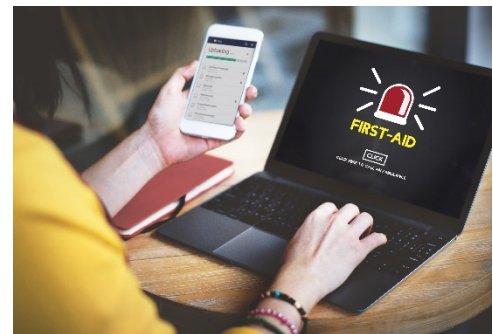
### Educación/Comunicación

- [Involúcrese: Únase a la Red Nacional KCER de Aprendizaje y Acción de Participación de Pacientes y Familias](#)
- ['¡Prepárese!' Se Pronostica Lluvia Helada](#)
- [Protéjase de la Congelación](#)

## Temas Calientes

### Cómo Localizar a Familiares y Amigos tras una Emergencia

¿Qué es lo primero que piensa cuando se entera de un desastre? “¿Están a salvo mis seres queridos?” “¿Están bien mis amigos?” ¿Pero cómo se entera? Los estudios revelan que la mayoría de las personas recurren a las redes sociales para ayudarles a encontrar a sus amigos y familiares durante una emergencia, y esa puede ser la mejor opción. Las plataformas de redes sociales son muy proactivas para ayudar en tiempos de crisis. Tras un tiroteo en el Aeropuerto Internacional de Ft. Lauderdale, Facebook activó su función “Safety Check”. Esto permitió a los usuarios buscar actualizaciones de amigos en el área afectada. Google tiene una función similar, Google Person Finder.



**Sepa más** acerca de cómo las redes sociales pueden ayudarle a encontrar a amigos y familiares en el evento de una emergencia: <https://goo.gl/CnOPIm>

[VOLVER ARRIBA](#)

### Tips para Cuidar a Alguien con Gripe

La gripe es una enfermedad respiratoria contagiosa causada por el virus de la influenza. Conlleva un padecimiento ligero a severo, que a veces puede producir la muerte. Algunas personas, seniors, niños pequeños y personas con ciertas condiciones de salud, tienen un alto riesgo de complicaciones serias por gripe. La mejor forma de prevenir la gripe es vacunándose todos los años. Pero si alguien en su grupo familiar se contagia de gripe, la Cruz Roja tiene información sobre la mejor forma de cuidarlos.



**Sepa más:** <https://goo.gl/NTyX1z>

[VOLVER ARRIBA](#)

## Mantener la Seguridad con Calefactores de Espacios

El Viejo Invierno afectó con mucha dureza a varias partes del país en las últimas semanas. Mucha gente usa calefactores de espacios, pero los calefactores de espacios pueden ser peligrosos sin el cuidado apropiado. Durante el período entre 2009-2013, estos calefactores fueron la causa de dos de cada cinco incendios por calefacción en hogares. ¡Un 40%! También fueron la causa de cuatro de cada cinco muertes por incendios por calefacción en hogares-84%. Muchos de estos incendios fueron causados colocar muy cerca del elemento de calor cosas que pueden quemarse o poniendo el calefactor de espacios muy cerca de cosas que pueden quemarse. Escoja y use su calefactor de espacios con seguridad.

Lea más acerca de los peligros del uso de calefactores de espacio y cómo pueden usarse sabiamente en:

<https://goo.gl/IFUqeU>

[VOLVER ARRIBA](#)

## Educación/Comunicación

### Involúcrese: Únase a la Red Nacional KCER de Aprendizaje y Acción de Participación de Pacientes y Familias (N-KPFE-LAN)

Como paciente de diálisis o trasplante, ¿tiene usted ideas para mejorar la preparación para emergencias? El Programa KCER ayuda a mejorar el proceso de planificación de emergencia para pacientes y proveedores ESRD al compartir herramientas, recursos y educación. KCER busca a pacientes para voluntarios como Expertos en el Tema (SMEs) como parte de N-KPFE-LAN. Como SME, usted tendrá la oportunidad de participar al:



- Dar su opinión sobre actividades KCER por teléfono o email
- Revisar y desarrollar materiales de educación de pacientes y proyectos de mejora de calidad
- Promover la participación de pacientes y familias en planes de preparación de emergencias KCER

¡Únase hoy a KCER LAN! [www.kcercoalition.com/volunteer](http://www.kcercoalition.com/volunteer)

Para información adicional, visito [www.kcercoalition.com/NKPFE-LAN](http://www.kcercoalition.com/NKPFE-LAN) o contacte a Jerome Bailey al 813.865.3542 o a [jbailey@ncc.esrd.net](mailto:jbailey@ncc.esrd.net).

[VOLVER ARRIBA](#)

## ‘¡Prepárese!’ Se Pronostica Lluvia Helada

¡Definitivamente llegó el invierno! Los meteorólogos en muchas partes del país están prediciendo todo tipo de precipitaciones potencialmente peligrosas; nieve, aguanieve y lluvia helada. La lluvia helada puede ser especialmente peligrosa. ¿Por qué? Cuando la lluvia no tiene la oportunidad de congelarse antes de llegar al suelo pero se congela al contactarlo, usted no puede prever que va a estar resbaladizo. Usted no sabe que se ha congelado hasta que ya está deslizándose sobre la superficie cubierta de hielo de la carretera o acera. La lluvia helada, debido a su peso, también es peligrosa porque puede hacer que se rompan y caigan tendidos eléctricos y ramas de árboles.

Lea más: <https://goo.gl/2ZZe9C>

[VOLVER ARRIBA](#)

## Protéjase de la Congelación



Estamos en la parte más dura—la estación invernal. Para algunos de nosotros esto significa que los días y noches fríos durarán varios meses. Si usted se expone al frío, es muy importante que se prepare para prevenir congelación.

El congelamiento ocurre cuando tejido corporal se congela por sobre-exposición al frío. Si usted o algún conocido presenta congelamiento, hay pasos que deben darse para preservar ese tejido. El congelamiento debe ser manejado con cuidado para evitar daño permanente. Antes de salir al exterior este invierno, revise los pasos para prevenir congelamiento.

Lea más: <https://goo.gl/iculco>

[VOLVER ARRIBA](#)

Puede encontrar la edición de KCER Watch de este mes y ediciones pasadas en nuestro sitio web:

[www.kcercoalition.com/KCERWatch](http://www.kcercoalition.com/KCERWatch)

### ¿Qué opina de KCER Watch?

¡Queremos su opinión! Por favor siga el link para una encuesta breve: [www.surveymonkey.com/r/Jan2017KCERWatch](http://www.surveymonkey.com/r/Jan2017KCERWatch)



[www.kcercoalition.com](http://www.kcercoalition.com)



[www.facebook.com/kcercoalition](http://www.facebook.com/kcercoalition)



[www.twitter.com/KCERprogram](http://www.twitter.com/KCERprogram)

Este material fue preparado por el contratista Kidney Community Emergency Response (KCER), bajo contrato con los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS por sus siglas en inglés), una agencia del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los E.U. El contenido presentado no es necesariamente reflejo de las políticas de CMS ni implica el endoso del Gobierno de los E.U. Contrato de CMS #: HHSM-500-2006-00007C Numero de Publicación: FL-KCER-7K2T3A-01252017-01