



Contenido de kits de emergencia para personas con discapacidades

Es imprescindible para sobrevivir que estés listo para una emergencia en cualquier ubicación. Cada ubicación requiere un kit diferente.

- **Kit personal** – contiene artículos esenciales para mantener contigo en todo momento.
- **Kit de llevar / kit de trabajo** – kit portátil si tienes que evacuar de prisa. Contiene artículos necesarios que son pequeños y ligeros para que los puedas llevar.
- **Kit de casa** – kit grande que tiene provisiones esenciales (agua, comida, primeros auxilios, etc) para que puedas ser autosuficiente por 3-7 días en tu casa o refugio de emergencia.
- **Kit de cama** – contiene artículos necesarios si estás atrapado en o cerca de su cama y no puede llegar a otras partes de casa.
- **Kit de coche** – contiene artículos necesarios si necesitas evacuar en coche o evacuar de la área cerca a tu coche.
- **Kit de animal de servicio** – contiene artículos familiares para consolar a tu animal de servicio durante un periodo de estrés.

Hay que adaptar los artículos del kit para tus necesidades y habilidades individuales. Es ideal que haya suficientes provisiones para dos semanas (provisiones médicas en particular). Es importante que ya sepas lo que puedas llevar en mochila, a mano, o por aparato de asistencia.

La siguiente lista sugiere artículos (adaptada para discapacidades específicas) para considerar en tus kits.

Limitaciones de la respiración

- Baterías adicionales, fuente de electricidad alterna, o fuente de cargar alterna para aparatos del oxígeno y la respiración
- Baterías recargables
- Bolsa de resucitación
- Cubrebocas o respirador N95
- Fuente de cargar alterna
- Fuente de electricidad alterna
- Toallas, cubrebocas, respiradores, o otras provisiones para filtrar al aire



Sensibilidades a químicos o comida

- Antihistamínico
- Inyector de epinefrina
- Lista-para-comer comidas
- Método alternativo de cocinar
- Platos y utensilios desechables
- Suplementos dietéticos
- Toallitas de mano desechable

Limitaciones cognitivas

- Ayudas de organización
 - Cinta resaltadora
 - Cuaderno
 - Hojas coloradas de Post-It
 - Libra de la memoria
 - Resaltadores
 - Suplementos dietéticos
 - Toallitas de mano desechable
- Aparatos de provocar
 - Álbum de fotos que habla
 - Libras de imágenes
 - Señal de voz

Limitaciones de comunicación o habla

- Aparato de comunicación de baja tecnología
- Pizarra del alfabeto laminado
- Pizarra blanca
- Pizarra de comunicación laminada

Limitaciones de oído

- Amplificador de móvil o teléfono
- Baterías de audífono adicionales



- Baterías de cóclea adicionales
- Fuente alterna de electricidad o sistema de cargar alterno
- Pizarra blanca
- Radio del tiempo con pantalla visual/de texto
- Reloj vibratorio
- Sistema de amplificación

Limitaciones de movilidad

- Abrebotellas
- Agarrador
- Ayuda de comer
- Ayuda de escribir
- Ayuda de refrigeración
- Ayuda de vestirse
- Popote largo
- Sostenedor de bebidas

Limitaciones de visión

- Alargador / regleta
- Baterías adicionales, fuente de electricidad alterna, sistema de carga alterno
- Bolsa de ziploc (para móviles)
- Cargadores
- Gafas adicionales
- Guía de signatura
- Hotspot
- Indicadores de nivel de líquido
- Lente de aumento
- Libra de direcciones con letra grande
- Luz de libra
- Móvil, portátil, o iPad con apps gratis – como Seeing AI, Be Specular, VRI apps, or BARD Mobile, Notas o grabación de audio
- Papel con líneas elevadas
- Pizarra y estilo



- Reloj/calendario que habla

Usuarios de silla de ruedas o escúteres

- Baterías adicionales, fuente de electricidad alterna, sistema de carga alterno
- Cargador de batería
- Kit de la reparación o parche de llantas

Necesidades médicas

- Alarmas para medicamentos
- Contador de glucosa que habla
- Cortauñas
- Directiva anticipada
- Divisor de píldoras
- Lupa Rx LED con Luz
- Monitor de la presión arterial
- Organizador de píldoras
- Papel con líneas elevadas
- Pizarra y estilo
- Popotes médicos
- Reloj/calendario que habla
- Taza para tragar píldoras
- Termómetro
- USB con historia médica

*Es recomendable que consideres la desinfección de tus aparatos antes de admitir en un hospital. Hay cuestiones del control de la infección en hospitales, y puede ser que no te permitan traer los aparatos en un entorno médico. Se puede desinfectar tus aparatos sin dañarlos.

Animales de servicio

- Abrelatas y utensilios desechables
- Agua
- Artículos de higiene (cepillo, champú)
- Cama o colchoneta de yoga



- Collar / ID / correa
- Comida y galletas (para reducir problemas digestivas)
- Documentos del pedigree
- Foto de animales, con marcas distintivas
- Juguetes
- Mantas o toallas
- Medicamentos
- Platos de comida y agua
- Porta mascotas con etiqueta de identificación (incluye números de contacto de emergencia)
- Provisiones sanitarias
- Registros médicos / de vacunación

*Por favor, revisa “Kits de emergencia para personas con discapacidades o acceso y necesidades funcionales” para una lista con artículos sugeridos para incluir en tus kits diferentes.



Center for Inclusive Design and Engineering (CIDE)

COLLEGE OF ENGINEERING, DESIGN AND COMPUTING

UNIVERSITY OF COLORADO DENVER | ANSCHUTZ MEDICAL CAMPUS

Para más información:

Centro de la Ingeniería y el Diseño Inclusivo

1201 C/ 5 No. 1201, Suite 240

80204 Denver, CO

303.315.1280

CIDE@ucdenver.edu

www.ucdenver.edu/centers/cide

Se puede reproducir esta publicación sin el permiso escrito de **CIDE**, dado que haya crédito apropiado.

También disponible en: Braille, letra grande, grabación de audio, disco, y español.

Posible gracias al Colorado Department of Health Care Policy and Financing



Center for Inclusive Design and Engineering (CIDE)

COLLEGE OF ENGINEERING, DESIGN AND COMPUTING

UNIVERSITY OF COLORADO DENVER | ANSCHUTZ MEDICAL CAMPUS

© 2023 THE REGENTS OF THE UNIVERSITY OF COLORADO, A BODY CORPORATE. ALL RIGHTS RESERVED.
CREATED BY THE CENTER FOR INCLUSIVE DESIGN AND ENGINEERING.