

Guía de primer respondiente

ante situaciones de urgencias y emergencias

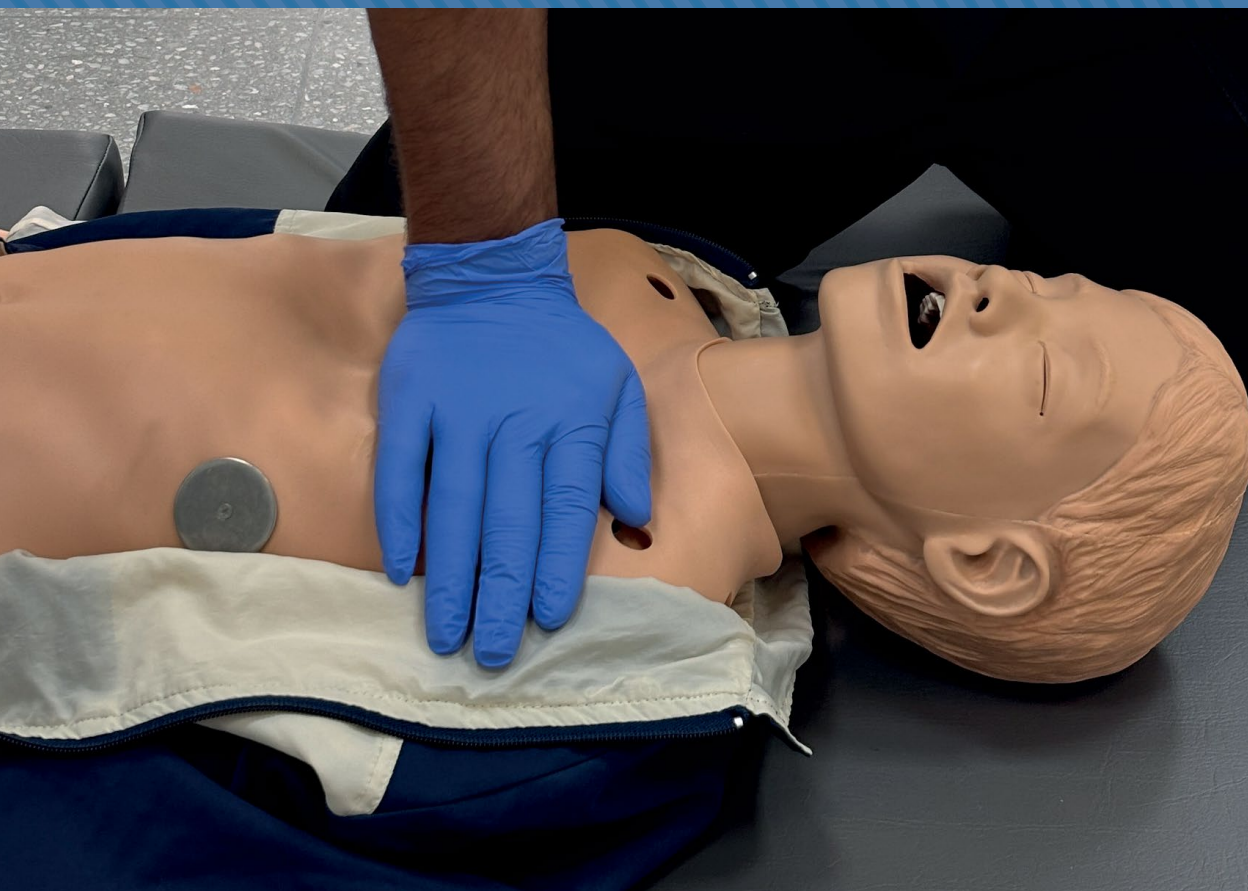
Compiladores

Mateo Zuluaga Gómez

Luz María Giraldo Echeverri

Sofía Illatopa Marín

Andrés Calle Meneses



616.025
Z94

Zuluaga Gómez, Mateo, compilador
Guía de primer respondiente ante situaciones de urgencias y emergencias / compiladores, Mateo Zuluaga Gómez [y otros 3] – 1 edición – Medellín: UPB, 2025 -- 137 páginas.
ISBN: 978-628-500-157-4 - versión digital

1. Gestión de emergencias 2. Protección civil 3. Primeros Auxilios -- Normativas 4. Primeros Auxilios -- Bioseguridad 5. Pediatría - Reanimación Cardiopulmonar

CO-MdUPB / spa / RDA
SCDD 21 / Cutter-Sanborn

© Mateo Zuluaga Gómez
© Sofía Illatopa Marín
© Luz María Giraldo Echeverri
© Andrés Calle Meneses
© Valeria Restrepo Londoño
© Valeria Vásquez Estrada
© Santiago Ocampo Buitrago
© Iván Felipe Luna Gómez
© Ana Sofía Córdoba Luna
© Ricardo Buitrago Bach
© Lucila Echeverri Garzón
© Jean Sebastián Moreno Puello
© Junior Emmanuel Hidalgo Orozco
© Juan Camilo Botero Guarín
© Mariana Hoyos Gallego
© Manuela Zorrilla Castrillón
© Carlos Alejandro Correa Rubio
© Ana María Gómez Gómez
© Daniel Sierra Castillo
© Carolina Sierra Aguilar
© Editorial Universidad Pontificia Bolivariana
Vigilada Mineducación

Guía de primer respondiente ante situaciones de urgencias y emergencias

ISBN: 978-628-500-157-4 - versión digital
Primera edición, 2025
Escuela Ciencias de la Salud

Gran Canciller UPB y Arzobispo de Medellín: Mons. Ricardo Tobón Restrepo

Rector General: Padre Diego Marulanda Díaz

Vicerrector Académico: Álvaro Gómez Fernández

Decano de la Escuela de Ciencias de la Salud y Director de la Facultad de Medicina: Marco Antonio González Agudelo

Coordinadora Editorial UPB: Lisa María Colorado Rodríguez

Producción: Ana Milena Gómez Correa

Corrección: Weimar Toro

Diseño y diagramación: María Isabel Arango Franco

Foto portada: Laboratorio de Simulación

Dirección Editorial:

Editorial Universidad Pontificia Bolivariana, 2025

Correo electrónico: editorial@upb.edu.co

www.upb.edu.co

Medellín - Colombia

Radicado: 2330-30-09-24

Prohibida la reproducción total o parcial, en cualquier medio o para cualquier propósito sin la autorización escrita de la Editorial Universidad Pontificia Bolivariana.



Capítulo 11

■ Mi casa **segura**

Santiago Ocampo Buitrago

■ Introducción

La adecuada gestión del riesgo tiene como objetivo ser un proceso dinámico en el cual se plantean estrategias que anticipen las consecuencias, enfermedades y traumas de forma precoz impidiendo o acortando su evolución ¹. De esta manera, las bases de dicha educación yacen en el hogar, como lo menciona la Organización de Naciones Unidas (ONU) la familia es la unidad básica de la sociedad, en la que se destaca su desempeño en el desarrollo social de cada integrante de la familia. De ahí que deba tener clara su función para la creación y el fomento de un espacio seguro ².

Aunque resulta un reto plantear la forma más adecuada de impulsar prácticas que busquen reducir el efecto adverso de los posibles escenarios que día a día se presentan, para empezar este proceso, es importante pensar en las condiciones físicas de la vivienda, puesto que la organización de un lugar seguro para la familia no solo se basa en capacitación de los miembros, sino también como lo propone la ONU en “los 7 elementos de la vivienda adecuada”, estos son ³:

- 1. Seguridad de la tendencia:** son las condiciones que garantizan a los ocupantes la protección jurídica contra el desalojo forzoso, el hostigamiento y otras amenazas.
- 2. Disponibilidad de servicios, materiales, instalaciones e infraestructura:** contempla la provisión de agua potable, instalaciones sanitarias adecuadas, energía, para la cocción, la calefacción y el alumbrado, así como para la conservación de alimentos y eliminación de residuos.

3. **Asequibilidad:** El costo de la vivienda debe ser tal que todas las personas puedan acceder a ella, sin poner en peligro el disfrute de otros satisfactores básicos o el ejercicio de sus derechos humanos. Se considera que una vivienda es asequible si un hogar destina menos del 30% de su ingreso en gastos asociados a la vivienda.
4. **Habitabilidad:** son las condiciones que garantizan la seguridad física de sus habitantes y les proporcionan un espacio habitable suficiente, así como protección contra el frío, la humedad, el calor, la lluvia, el viento y otros riesgos para la salud, como los peligros estructurales.
5. **Accesibilidad:** el diseño y la materialidad de la vivienda debe considerar las necesidades específicas de los grupos desfavorecidos y marginados, particularmente, de las personas con discapacidad.
6. **Ubicación:** la localización de la vivienda debe ofrecer acceso a oportunidades de empleo, servicios de salud, escuelas, guarderías y otros servicios e instalaciones sociales, y estar ubicada fuera de zonas de riesgo o contaminadas.
7. **Adecuación cultural:** es una vivienda adecuada si su ubicación respeta y toma en cuenta la expresión de identidad cultural.

Estos elementos brindan, entonces, no una mirada desde el actuar en el momento crítico de la situación, sino que ponen de manifiesto los criterios de elegibilidad al establecer un hogar y cuáles deberían ser esas condiciones mínimas que la vivienda de una familia podría evaluar en el proceso de adquisición y establecimiento de su casa, con el fin de evitar situaciones de riesgo que vulneren la individual de cada integrante de la familia o en su conjunto.

La vulnerabilidad es un proceso inherente al ser humano, aunque ciertos grupos etarios, comunidades y regiones comparten condiciones que los hacen en conjunto vulnerables a determinada situación. Individualmente una persona vulnerable es aquella que por distintos motivos no tiene desarrollada su capacidad para prevenir, resistir y sobreponerse a un impacto negativo y, por lo tanto, se encuentra en situación de riesgo⁴; sin embargo, la inherencia no hace que el impacto y reducción de la vulnerabilidad sea algo utópico. Por el contrario, es factible alcanzar seguridad para todos los integrantes de un hogar.

Ahora bien, por la existencia de diversas necesidades, habilidades, identidades y enfoques, la estructuración de un plan de gestión del riesgo dedicado al hogar propone ser una tarea sencilla, no obstante, se deberá lograr:



- Definir y detallar la ubicación de la vivienda, los riesgos, las amenazas y situaciones de vulnerabilidad a los que está expuesta.
- Caracterizar a los miembros del hogar.
- Identificar las necesidades individuales y en conjunto de los integrantes.
- Establecer tanto en el interior como en el exterior las condiciones de mejora del inmueble.
- Designar tareas y funciones a cada miembro del hogar.
- Capacitar a los integrantes del hogar, para responder de forma asertiva y efectiva frente a una amenaza, riesgo o situación de vulnerabilidad.

La integración de todos los miembros del hogar es clave para el desarrollo de las actividades e ideas propuestas, esto con el fin de satisfacer cada necesidad y cumplir cada reto del sistema que implica y significa la familia, en este caso, puesta en un ambiente que debe compartirse como un hogar.

Finalmente, una buena gestión del riesgo no solo implica que todos los integrantes estén al tanto de lo inminente de una situación, sino que, aparte de contar con una preparación y disposición que permitan dinamizar la atención, respuesta y ayuda de los miembros de la familia, también se pongan en práctica las demás medidas que enfocarán y crearán un ambiente seguro, estas son ⁵:

- **El botiquín de primeros auxilios**, de acuerdo con la recomendación de la Cruz Roja colombiana, debe contener:
 - Mascarilla de protección facial, para usar en caso de que sea necesario realizar la respiración artificial boca a boca, evitando el contacto directo con posibles secreciones de la persona a la que estemos atendiendo.
 - Guantes de látex o vinilo, se usan siempre que vayamos a realizar una curación. Nos protegen del contacto directo con la sangre y otros fluidos.
 - Toallitas de alcohol, que usamos para desinfectar nuestras manos, antes de realizar una curación; recuerda que no deben utilizarse directamente sobre las heridas.
 - Vendas hemostáticas (de diferentes tamaños), para el control de hemorragias.
 - Suero fisiológico; para limpiar heridas.
 - Antiséptico (tipo povidona yodada), para prevenir infecciones.
 - Gasas (diferentes tamaños), para cubrir heridas o quemaduras.
 - Esparadrapo.
 - Curitas (diferentes tamaños), para usarlas según se requiera.
 - Tijeras de puntas redondeadas.

- Pinzas sin dientes.
- Pañuelo triangular (tamaño aproximado: 140x100x100 cm), el cuál servirá para improvisar un cabestrillo, cubrir heridas, quemaduras o improvisar un vendaje.
- Vendas de diferentes tamaños.

La recomendación de la Cruz Roja, para un adecuado acceso e implementación del botiquín, es que este se debe revisar por lo menos cada 2 meses, además de que su ubicación debe ser estratégica, en un lugar, fresco, limpio, seco y accesible por todos en el hogar. Se debe tener en cuenta, más que la restricción, el cuidado y la reglamentación respecto al botiquín con los menores de edad, principalmente, con los niños.

Por último, se plantean algunos cuestionamientos orientadores que ayudarán al buen direccionamiento y puesta en función del plan de gestión del riesgo, pensados en la casa como espacio seguro ⁶:

- ¿Presenta problemas con el adecuado manejo y disposición de las basuras?
La estrategia de las 3 R, podría ayudarle a enfocar este proceso:
 - *Reducir*: Evitar todo aquello que de una u otra forma genera un desperdicio innecesario.
 - *Reciclar*: Utilizar los mismos materiales una y otra vez, integrándose a otro proceso natural e industrial para hacer un mismo o un nuevo producto utilizando menos recursos naturales.
 - *Reusar*: Volver a usar un producto o materias varias veces sin tratamiento. Darles la máxima utilidad a los objetos sin necesidad de destruirlos o deshacerse de ellos.
- ¿Su casa presenta riesgo de incendios? ¿Cómo saber si su casa tiene este riesgo en específico?
 - Es importante que, en la caracterización del hogar, se sepa del uso de veladoras o velas (altares), de si hay sobrecarga de tomacorrientes, si hay cables expuestos, pipetas de gas o líquidos combustibles cerca a fuentes de calor, mala señalización de las llaves del gas. Identificar estas situaciones y corregirlas de manera oportuna (cambiando, por ejemplo, la velas por pilas, reubicando las pipetas de gas o líquidos combustibles lejos de fuentes de calor y en lugares frescos, evitando la sobrecarga de tomacorrientes) disminuye la



inminencia del riesgo. La Cruz Roja recomienda el uso de extintor en el hogar, como un elemento protector, el cual debe tener un chequeo y recarga anual o posterior a su uso.

- ¿Su casa tiene lugares donde pueda haber reproducción de vectores?
 - Si en el hogar existen tanques de agua o lugares con mucha humedad o aquellos donde se estanque el agua de la lluvia, se debe hacer una intervención oportuna para evitar tener estas zonas con nula recirculación del agua. Deben estar constantemente higienizados los tanques de almacenamiento y saneadas las humedades del hogar.
- ¿Tiene mascotas en el hogar?
 - Recuerde que las mascotas deben contar con certificados de vacunación al día, además de los refuerzos anuales y su respectiva desparasitación. Si lo amerita, usar de bozal y tener una reserva de su alimento para una situación de emergencia. La comida no debe estar servida por mucho tiempo, para evitar la propagación de plagas dentro del hogar.
- ¿Tiene claro los números de las entidades encargadas y capacitadas para atender una emergencia?
 - Tener dentro del botiquín, en los contactos del teléfono o en un lugar estratégico de la casa, se debe tener escrito el número de: los bomberos, la policía, las ambulancias, la administración municipal, los entes de control, ya que pueden ser de gran ayuda para los momentos en que sean requeridos.
- ¿Hay un líder definido en la familia?
 - Idealmente, para una respuesta adecuada, se debe tener un líder en el grupo familiar que tenga la capacidad de dar respuesta a las situaciones de emergencia.
- ¿Se cuenta con un equipo básico de emergencias?
 - Si en el hogar no hay un equipo básico de emergencias, se deberá crear uno que contenga: carpas impermeables, botellas de agua, radio, baterías, linterna brújula, silbato, guantes, herramientas como cuerdas, lapiceros, libretas, además de elementos de protección como tapabocas y un botiquín de primeros auxilios, este podría contener comida no perecedera como atún, medicinas como analgésicos y las identificaciones de los miembros del hogar.

La gestión del riesgo en el hogar no debe ser algo tedioso, que desvincule a los miembros del hogar, por el contrario, es importante que el mensaje sea acogido por cada uno de los integrantes de la familia y se asignen tareas, responsabilidades y compromisos de acuerdo con la capacidad de cada uno, el éxito de un buen proceso será la integración y el desarrollo de dicha gestión en conjunto, desde y para el hogar.

■ Referencias

1. Organización Panamericana de la Salud. Evaluación rápida de riesgos de eventos agudos de salud pública. Washington: OPS; 2015 [Internet] Disponible en: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/7701>
2. United Nations. International Year of the family (IYF) [Internet]. New York: UN; 1994 [Internet]. Disponible en: <https://www.onu.org/desa/dspd/international-year-of-the-family.html>
3. ONU-Habitat. Elementos de una vivienda adecuada, 2019 [Internet]. Disponible en: <https://onu-habitat.org/index.php/elementos-de-una-vivienda-adecuada?highlight=WyJkZXJlY2hvlwiwYSIsImxhliwidml2aWVuZGEiXQ==>
4. Aruajo González R. Vulnerabilidad y riesgo en salud: ¿Dos conceptos concomitantes? *Revistas Novedades en Población*. 2015; 11(21): 89-96.
5. CruzRoja Antioquia. ¿Qué debe tener nuestro botiquín en casa?, 2022 [Internet]. Disponible en: <https://www.crantioquia.org.co/Noticias/ArtMID/446/ArticleID/1330/191Qu233-debe-tener-nuestro-botiqu237n-en-casa>
6. Correa Arango AL; García Londoño C; Sánchez Gómez EL; Bedoya Zapata LM; González Rojas EL; Restrepo Restrepo N, et al. Mi casa como espacio seguro. Universidad Pontificia Bolivariana, 2016.