

RECOMENDACIONES para cuidadores y cuidadoras en el apoyo a adolescentes y jóvenes con discapacidad en situaciones de emergencia o desastre



Proyecto "Adolescentes y jóvenes con discapacidad acceden a una educación inclusiva y segura en Panamá"





Recomendaciones para la recuperación

Tras una emergencia, dependiendo de su magnitud, puede requerirse un proceso de rehabilitación y reconstrucción de zonas afectadas.

En caso de que se requiera reconstruir, este proceso debe incluir a las personas con discapacidad a partir de sus verdaderas necesidades.

Esto se llama **reconstrucción inclusiva** y es definida como aquella labor de edificar y reconstruir con espacios, edificios, tecnologías, procedimientos, prácticas, protocolos e iniciativas de acceso y uso universal, que potencien la funcionalidad de las personas con discapacidad sustentada en el respeto de las leyes y tratados internacionales vigentes.

Se recomienda:

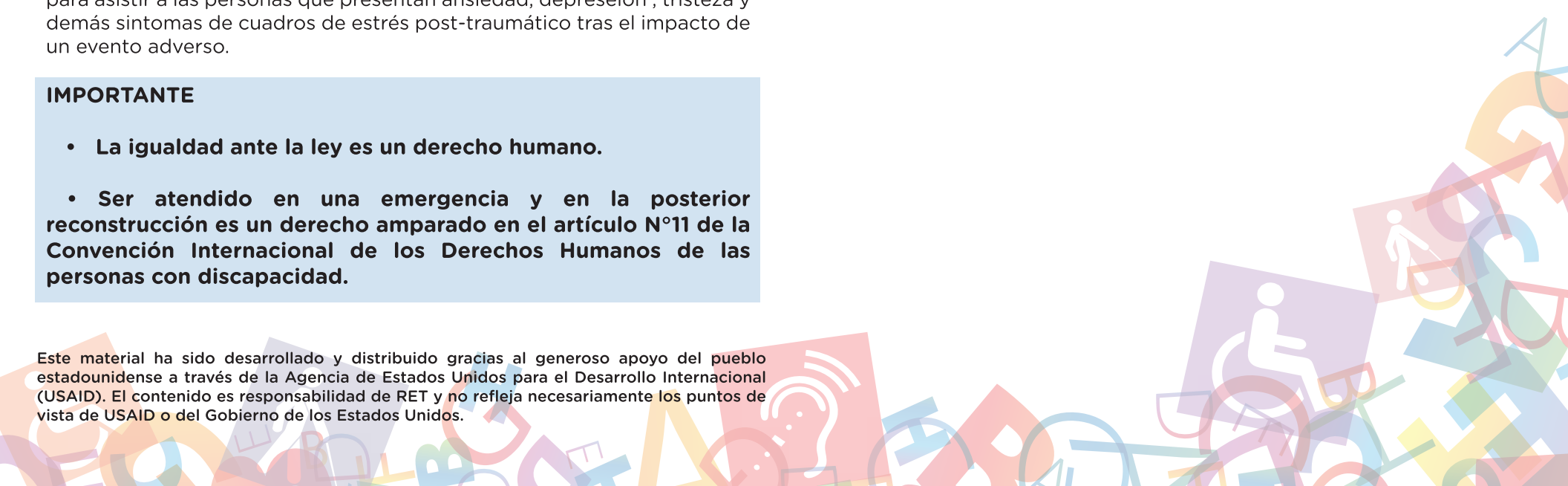
- Contactar a las redes vecinales y a los gobiernos locales.
- Trabajar en conjunto con las autoridades, logrando que todo lo que deba ser reconstruido sea hecho según el modelo de accesibilidad universal.
- Si se está en situación de ayudar a la comunidad, organizarse para hacerlo.
- En caso que no se estén tomando medidas reales de ayuda especializada para personas con discapacidad, se debe presentar a las autoridades dichas necesidades.
- Tomar en cuenta que la recuperación debe incluir asistencia psicosocial para asistir a las personas que presentan ansiedad, depreseión , tristeza y demás síntomas de cuadros de estrés post-traumático tras el impacto de un evento adverso.

IMPORTANTE

- **La igualdad ante la ley es un derecho humano.**
- **Ser atendido en una emergencia y en la posterior reconstrucción es un derecho amparado en el artículo N°11 de la Convención Internacional de los Derechos Humanos de las personas con discapacidad.**

RECOMENDACIONES para cuidadores y cuidadoras en el apoyo a adolescentes y jóvenes con discapacidad en situaciones de emergencia o desastre

Este material ha sido desarrollado y distribuido gracias al generoso apoyo del pueblo estadounidense a través de la Agencia de Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (USAID). El contenido es responsabilidad de RET y no refleja necesariamente los puntos de vista de USAID o del Gobierno de los Estados Unidos.



Este folleto contiene las acciones básicas que cuidadores o cuidadoras deben implementar ante situaciones de emergencia o desastre, tomando en consideración las condiciones y necesidades de adolescentes y jóvenes con discapacidad.

Para saber si este folleto le será útil, debemos establecer si usted es un cuidador o cuidadora.

Cuidador o cuidadora: es la persona que asiste a una o varias personas con discapacidad en una o más actividades de la vida diaria, siendo estas, entre otras: desplazarse o moverse, vestirse, asearse o alimentarse, entre otras.

Generalmente el cuidador o cuidadora es un familiar de la persona con discapacidad (madre, padre, abuelo o abuela, tío/a, primo/a, etc.) y generalmente vive en el mismo hogar.

¿Qué rol le corresponde al/la cuidador/a en una emergencia o desastre?

El cuidador o cuidadora debe asistir a la o las personas con discapacidad en:

1. Llegar a una zona segura.
2. Evacuar la zona de ser necesario.
3. Contactar a las autoridades y equipos de respuesta.
4. Dar información útil a médicos, paramédicos y servicios de emergencia y rescate.
5. Si la emergencia o desastre lleva a procesos de recuperación, ayudar a la o las personas con discapacidad a acceder a la acción humanitaria.
6. Durante y después de la emergencia o desastre, seguir asistiendo a la o las personas con discapacidad en sus actividades de la vida diaria.

Para esto el cuidador o cuidadora deberá preparar junto al grupo familiar y a la persona o personas con discapacidad un plan de gestión del riesgo inclusivo, este plan a nivel familiar debe articularse con los planes de emergencia de los centros educativos o de rehabilitación (o aquellas instalaciones, servicios o espacios donde permanece la persona con discapacidad) y de la comunidad.

Si usted es cuidador o cuidadora, y se quiere preparar para las acciones que se deben realizar en caso de emergencia o desastre, sigamos adelante.



Recomendaciones durante la emergencia

En el momento en que sucede una emergencia o desastre, es fundamental desde el inicio mantener la calma y proceder a actuar con tranquilidad. Toda preparación efectuada dará frutos en estos momentos.

Si la emergencia ocurre cuando se encuentran en su hogar:

- Hacer uso de las zonas seguras o de las vías de escape según corresponda.
- Las personas con discapacidad deben recibir las ayudas y apoyos necesarios para quedar a resguardo o para escapar de ser necesario.
- Hacer un uso adecuado de su kit de emergencia.
- Contactar a sus redes locales de apoyo apenas sea posible.

Si la emergencia ocurre cuando se encuentran en su lugar de trabajo, estudio o rehabilitación:

- Hacer caso de las instrucciones del personal a cargo.
- Si el recinto posee algún plan de emergencias, sígalo al pie de la letra.
- Hacer uso de las zonas seguras o de las vías de escape según corresponda.
- Las personas con discapacidad deben recibir las ayudas y apoyos necesarios para quedar a resguardo o para escapar de ser necesario.

Si la emergencia ocurre cuando se encuentran en la vía pública:

- Hacer uso de las zonas seguras o de las vías de escape según corresponda.
- Evite ponerse bajo objetos pesados que pudieran caerle encima hiriéndole.
- Hacer caso de las instrucciones del personal a cargo (Ej. policía, bomberos, rescatistas, etc.).
- Las personas con discapacidad deben recibir las ayudas y apoyos necesarios para quedar a resguardo o para escapar de ser necesario.

Después de una emergencia:

- Contactarse con su red local de apoyo.
- Contactarse con su comunidad y autoridades locales.
- Hacer entrega de información clara sobre las necesidades que se han presentado de manera clara y específica.
- Si se encuentra en condiciones de ayudar, hágalo en coordinación con las autoridades locales para que su ayuda sea más efectiva.

RECORDAR SIEMPRE:

- **Mantener la calma.**
- **Seguir paso a paso su Plan familiar de gestión del riesgo inclusivo.**
- **Hacer buen uso del kit de emergencias.**
- **Cumplir los roles asignados en su Plan familiar de gestión del riesgo inclusivo.**
- **Si se encuentra en oficinas, centros comerciales o cualquier otro sitio de uso público, seguir las instrucciones del personal a cargo.**

Pasos para desarrollar un plan familiar inclusivo de gestión del riesgo:

Paso 5: Establecimiento de acciones, roles y responsabilidades

En una emergencia es muy importante saber qué hacer. Es necesario que la o las personas con discapacidad participen activamente, respetando su autonomía. Si la persona tiene una discapacidad muy severa que imposibilitara su participación directa, durante la preparación del plan familiar de gestión del riesgo se recomienda hablarle del mismo, transmitiéndole con cariño y seguridad las indicaciones necesarias.

Los roles se deben asignar a las personas en cada una de las siguientes etapas (una persona puede tener más de un rol):

- Prevención, mitigación y preparación
- Alerta y respuesta
- Recuperación (rehabilitación y reconstrucción).

Es importante que las tareas a realizar se ajusten a las reales capacidades y necesidades de las personas con discapacidad frente a una emergencia o desastre.

Paso 6: Establecer y mantener redes locales de apoyo para emergencias (vecinos, gobierno local, gobierno nacional, rescatistas, bomberos, policía, entre otros).

Frente a una emergencia es importante establecer contacto permanente con las redes locales de apoyo. Las redes locales de apoyo para emergencias se pueden establecer con los entornos vecinales (barrio, población, edificio o comunidad donde se vive), comunitarios (organizaciones de la sociedad civil, ONGs, iglesias, clubes con presencia en la comunidad donde se vive) y locales (municipalidad, gobernación, corregimiento, etc.) y sus respectivas oficinas o instancias, departamentos y direcciones, junto con las entidades que prestan servicios clave durante emergencias como bomberos, hospitales, policía, cruz roja, principalmente).

Las redes locales de apoyo serán las primeras en otorgar ayuda. Es importante mantener contacto fluido con vecinos, con organizaciones locales, con el gobierno local y con entidades tales como la policía, bomberos u hospitales.

Después de una emergencia o desastre las personas con discapacidad pueden requerir ayuda especializada, por lo que se debe:

- Tener los números de emergencias en la memoria de discado rápido.
- Tener los números de emergencias anotados en lugares visibles.
- Informar a las redes locales de apoyo donde habitan las personas con discapacidad.
- Informar a las redes locales de apoyo el tipo y grado de discapacidad de las peronas que habitan en la comunidad.
- Informar a las redes locales de apoyo los requerimientos de ayuda especial. que se pudieran necesitar en caso de emergencia o desastre.

¿Cuál es el efecto de las emergencias o desastres en las personas con o sin discapacidad?

Las emergencias y los desastres causan un impacto importante en las comunidades, hay pérdidas en vidas humanas, económicas, de infraestructura y vivienda.

En estas comunidades, existen grupos de la población con un mayor grado de vulnerabilidad; entre ellos, adultos mayores, niños, niñas, mujeres embarazadas y personas con discapacidad.

En situaciones de emergencia, las personas con discapacidad pueden ser aún más vulnerables, ya que generalmente necesitan de asistencia individualizada, tienen dificultad en su movilidad, presentan pérdida o insuficiencia de ayudas técnicas o asistencia adecuada, se les dificulta el acceso a los servicios de rescate y evacuación, principalmente.

Hay una serie de elementos que incrementan la vulnerabilidad de las personas con discapacidad ante emergencias o desastres, entre ellas encontramos principalmente que las personas con discapacidad:

- Suelen ser invisibles en los sistemas de registro de emergencia y a menudo excluidos de los esfuerzos de respuesta.
- Al no recibir información y no tener el conocimiento adecuado, las personas con discapacidad pueden no comprender el desastre y sus consecuencias.
- La angustia emocional y el trauma causado por una situación de crisis a menudo tienen consecuencias a largo plazo en las personas con discapacidad.

Por otra parte, la incorrecta interpretación de la situación y las dificultades de comunicación (**¿Qué pasó?, ¿Qué hago?, ¿Dónde está mi familia?, Etc.**) hacen de las personas con discapacidad más vulnerables en situaciones de desastre.

Ante el impacto de un evento generador de daños, los procesos de respuesta al evento como las acciones de búsqueda y rescate pueden no necesariamente lograr identificar personas con discapacidad que viven solas, en aislamiento en sus casas, y por lo tanto ajena a la realidad que está ocurriendo.

Es la generalidad que los planes de gestión del riesgo cuando se están preparando en el nivel comunitario no identifican a las personas con discapacidad, debido a la invisibilidad descrita, y esto hace que cuando sucede el evento adverso hay pocas posibilidades que sus necesidades sean tomadas en cuenta. Lo mismo ocurre en los planes en el ámbito institucional u otras instancias públicas o privadas.

Es por ello que se hace necesario incorporar tanto a las personas con discapacidad como sus cuidadores o cuidadoras en los procesos donde se planifican y practican las acciones de identificación del riesgo, prevención, mitigación, preparación y respuesta, así como en la rehabilitación y reconstrucción, es decir se deben incorporar a las distintas acciones de la gestión del riesgo de desastre.

Pero para poder incorporarnos a este proceso debemos conocer antes algunos conceptos relacionados.

¿Qué es una emergencia?, ¿Qué es un desastre?, ¿Cuál es la diferencia?

La emergencia es un evento adverso, que hace necesario tomar decisiones inmediatas y acertadas para superarla. Puede afectar a una persona, un grupo social, una comunidad, una región o un país, y su atención se hace con recursos propios, sin requerir de ayuda externa de ningún tipo.

El desastre, a diferencia del concepto anterior, es una interrupción seria del funcionamiento de una comunidad o sociedad que causa pérdidas humanas y/o importantes pérdidas materiales, económicas o ambientales; que exceden la capacidad de la comunidad o sociedad afectada para hacer frente a la situación utilizando sus propios recursos.

Entonces podemos decir que la diferencia entre una emergencia y un desastre es la capacidad de respuesta. Por tanto debemos actuar y prepararnos para tener mayor capacidad para reducir el impacto de los eventos adversos, para que una emergencia no se convierta en un desastre, *es decir debemos reducir el riesgo de desastre.*

¿Cómo reducimos el riesgo de desastre?

Para reducir el riesgo debemos antes saber qué lo constituye y cómo se define.

El riesgo es la combinación de la probabilidad de que se produzca un evento y sus consecuencias negativas y está determinado por la interacción entre las amenazas o peligros, la vulnerabilidad y la capacidad de la población expuesta a las amenazas.

La amenaza es un fenómeno, sustancia, actividad humana o condición peligrosa que pueden ocasionar la muerte, lesiones u otros impactos a la salud, al igual que daños a la propiedad, la pérdida de medios de sustento y de servicios, trastornos sociales y económicos, o daños ambientales.

La vulnerabilidad está constituida por las características y las circunstancias físicas, sociales, económicas y ambientales que aumentan la susceptibilidad de una comunidad al impacto de amenazas. Las amenazas pueden naturales, es decir que tiene origen en la naturaleza del planeta (tectónicas o hidrometeorológicas) o pueden ser antrópicas, es decir, aquellas que tienen origen en la actividad humana (tecnológicas y sociales).

La capacidad es la combinación de todas las fortalezas, los atributos y los recursos disponibles dentro de una comunidad, sociedad u organización que pueden utilizarse para la consecución de los objetivos acordados.

Una de las capacidades que debemos desarrollar para enfrentar las emergencias y los desastres es la resiliencia. **La resiliencia** es la capacidad de las personas, las comunidades o la sociedad potencialmente expuestos a amenazas a adaptarse, resistiendo o cambiando con el fin de alcanzar y mantener un nivel aceptable en su funcionamiento y estructura.

gestión del riesgo:



g) Si se tiene teléfono móvil, mantener las baterías cargadas.

h) Si tiene teléfono móvil, guardar en la memoria de discado rápido los teléfonos de emergencia.

Iluminación

En caso de emergencia, es necesario contar con iluminación. Se recomienda:

a) Tener una linterna a pilas o baterías. Se recomienda contar con pilas o baterías cargadas.

b) Revisar las baterías en forma periódica.

c) La linterna debe estar en un lugar accesible para una persona usuaria de silla de ruedas o con algún otro tipo de discapacidad de movilidad reducida.

d) Si la linterna se encuentra guardada en una caja, se recomienda esta rotulada con letra grande, indicando su contenido, esto facilita su uso a personas con baja visión.

Ayudas técnicas

Las ayudas técnicas son aparatos o dispositivos que aumentan la autonomía de una persona con discapacidad. En algunos casos reemplazan funciones. Para efectos de este texto, incluiremos los medicamentos requeridos por las personas con discapacidad como ayuda técnica, como por ejemplo: la insulina para un diabético.

Las ayudas técnicas son de suma importancia para una persona con discapacidad por consiguiente se debe:

a) Procurar que dichas ayudas se encuentren en buenas condiciones de uso. En lo posible hacer revisiones periódicas.

b) En lo posible tener repuestos.

c) Cree una red de apoyo para ayudarlo en caso de emergencia.

d) Dígales a los miembros de su red de apoyo dónde guarda los artículos de emergencia.

e) Si la ayuda técnica requiere baterías, tener baterías de repuesto. Se debe revisar que las baterías de repuesto se encuentren cargadas.

f) Si la ayuda técnica es una silla de ruedas, enséñele a los miembros de su red de apoyo local cómo hacer funcionar la silla de ruedas. Haga una lista de los números de serie de los dispositivos médicos de su kit.

g) Guarde una lista de médicos y contactos de emergencia de manera protegida con el kit de emergencias.

h) En el caso de personas con algún tipo y grado de discapacidad que requieran medicamentos, estos deben estar guardados bajo las condiciones de temperatura y humedad especificadas por el fabricante (aparece en etiquetas y rotulado del medicamento), estos medicamentos no deberán estar vencidos y se deberá contar la dosis necesaria.

Pasos para desarrollar un plan familiar inclusivo de

- Dos pares de guantes estériles de látex o de otro material, si es alérgico al látex.
- Gasa estéril o apósitos para detener las hemorragias.
- Agente de limpieza/jabón y toallitas antibióticas para desinfectar.
- Ungüento antibiótico para prevenir la infección.
- Ungüento para quemaduras para prevenir la infección.
- Apósitos protectores adhesivos (Band-Aids o curitas) en varios tamaños.
- Solución oftálmica para lavar los ojos o para usos generales de descontaminación.
- Medicamentos recetados de consumo diario, tales como insulina, medicinas para el corazón o inhaladores para el asma. Debe reemplazar las medicinas con regularidad, tomando en cuenta las fechas de vencimiento.
- Suministros médicos recetados, tales como equipos y suministros usados para controlar la temperatura, presión arterial y la glucosa.

Es importante que el botiquín de emergencia se encuentre:

- a) En un lugar accesible para una persona usuaria de silla de ruedas o con algún otro tipo de problemas de movilidad reducida.
- b) Rotulados con letra grande, indicando su contenido, esto facilita su uso a personas con baja visión.
- c) Rotulados en sistema braille, esto facilita su uso por parte de personas ciegas que usen este sistema de lecto-escritura. En caso de que las personas con discapacidad visual no manejen el sistema braille, marcar el botiquín con algún tipo de textura especial, que facilite a la persona poder identificar el botiquín.

Además de lo anterior, no se deben descuidar los siguientes aspectos:

Acceso a la información

Estar informado durante una emergencia o desastre es de suma importancia. Se recomienda:

- a) Tener una radio a pilas o baterías o TV portátil. Se debe contar con pilas o baterías cargadas.
- b) La radio debe estar en un lugar accesible para una persona usuaria de silla de ruedas o con algún otro tipo de discapacidad de movilidad reducida.
- c) Si la radio se encuentra guardada en una caja, se recomienda esté rotulada con letra grande indicando su contenido, esto facilita su uso a personas con baja visión.
- d) Si la radio se encuentra guardada en una caja, se recomienda que esté rotulada con sistema braille, esto facilita su uso por parte de personas ciegas que usen este sistema de lecto-escritura.
- e) Se recomienda a las personas sordas organizar campañas exigiendo a las autoridades contar con intérpretes de señas y sub-títulos en las transmisiones de emergencia.
- f) Si la persona sorda se encuentra con un oyente que sepa lenguaje de señas, se recomienda que este interprete las transmisiones de emergencia.

La Oficina de las Naciones Unidas para la Reducción de Desastres - UNISDR por sus siglas en inglés define a **la reducción del riesgo de desastre** como *...“el concepto y la práctica de reducir los riesgos de desastre a través de esfuerzos sistemáticos para analizar y manejar factores causales de los desastres, incluyendo desde la reducción de la exposición a las amenazas, la disminución de la vulnerabilidad de las personas y de las propiedades, un manejo sabio de la tierra y el ambiente y una mayor preparación para los eventos adversos”(...)*

Así mismo, definen que la **gestión del riesgo de desastres** es entonces *...“el proceso sistemático de utilizar directrices administrativas, organizaciones, destrezas y capacidades operativas para ejecutar políticas y fortalecer las capacidades de afrontamiento, con el fin de reducir el impacto adverso de las amenazas naturales y la posibilidad de que ocurra un desastre”(...)*

Considerando entonces estas definiciones, se puede sintetizar que el objetivo fundamental de la reducción del riesgo de desastre es lograr que la población expuesta a los efectos de una amenaza no la sufra transformada en un desastre.

Por ello, la gestión del riesgo de desastres es la disciplina que se tiene que encargar de que este proceso ocurra, la reducción del riesgo es el objetivo político y la gestión de riesgo es el conjunto de acciones para alcanzarla.

La gestión del riesgo de desastres, desde su marco de trabajo establece 4 áreas de acción:

El análisis del riesgo (*cuyos componentes son el estudio de las amenazas, vulnerabilidades y construcción de escenarios*).

El manejo del riesgo (*constituida por la ejecución de estrategias y de acciones específicas para **prever, controlar, mitigar y transferir el riesgo***).

El manejo de los eventos adversos (*compuesto por las acciones de **alerta y respuesta***).

La recuperación (*cuyos componentes están definidos como el establecimiento e implementación de los mecanismos necesarios para los procesos de **rehabilitación y reconstrucción***).

¿Cómo podemos hacer gestión del riesgo que incluya a las personas con discapacidad para reducir el impacto de las emergencias o desastres?

Usted como cuidador o cuidadora, deberá establecer junto con la o las personas con discapacidad su plan familiar de gestión del riesgo inclusivo.

Este plan deberá tener en cuenta las siguientes acciones de la gestión del riesgo:

- Establecer las amenazas, vulnerabilidades, capacidades y recursos para construir un escenario de riesgo posible,
- Determinar las acciones de prevención, mitigación y preparación.
- En caso de ocurrir la emergencia o el desastre ejecutar la respuesta que le corresponde según su rol y velar que se realice la asistencia a la persona con discapacidad por parte de los cuerpos de primera respuesta.
- En la recuperación velar por la consideración de las necesidades específicas y la participación de la o las personas con discapacidad en los procesos de recuperación.

Pasos para desarrollar un plan familiar inclusivo de gestión del riesgo:



Paso 1: Identificar el riesgo presente en el contexto de convivencia

Para la elaboración del Plan familiar inclusivo de gestión del riesgo, se recomienda revisar los antecedentes de la zona donde se pernocta y permanece durante las actividades cotidianas. Se deben determinar las amenazas existentes, las vulnerabilidades presentes, estableciendo los escenarios posibles, es decir, determinando el tipo de emergencia que puede afectar a su hogar, así como su frecuencia y grado de probabilidad.

La construcción de escenarios es fundamental para determinar las distintas acciones a ejecutar. En este proceso se debe tomar en cuenta el tipo de evento adverso o generador de daños que se puede presentar, los momentos en que se pueden presentar y el lugar donde se encuentra la persona con discapacidad y las personas de su entorno inmediato.

Paso 2: Identificar las necesidades específicas de la persona con discapacidad ante una emergencia o desastre.

Para la creación del Plan Familiar inclusivo de gestión del riesgo se recomienda identificar cuantas personas con discapacidad viven en la casa, así como sus necesidades. Con estos datos se posibilita hacer el plan.

Paso 3: Eliminar o disminuir barreras que impidan o dificulten el acceso a zonas seguras y/o a vías de evacuación.

El diseño de las viviendas varía según la cultura del país o región, el clima, la geografía, el poder adquisitivo, entre otros factores. Las viviendas debieran estar acondicionadas para resistir el tipo de fenómenos que se dan en las zonas donde fueron construidas. Los efectos producidos por eventos adversos o generadores de daño, producto de esos fenómenos de origen natural, que pudieran generar las emergencias o desastres, varían según las amenazas y los elementos de vulnerabilidad existentes, es decir, según las condiciones de riesgo presentes.

La condición ideal es que las personas con discapacidad cuenten con una vivienda adaptada o construida acorde al estándar universal establecido para la discapacidad que pueda tener la persona. Frente a una emergencia o desastre en los espacios donde permanecen las personas con discapacidad y su entorno inmediato, se debe tener en cuenta dos grandes áreas:

Zonas seguras: Es una o más partes del hogar que proporcionan seguridad razonable frente a una emergencia o desastre.

Rutas de escape: Las rutas de escape permiten evacuar el hogar en caso de ser necesario. Es importante que las rutas de escape estén libre de cualquier barrera y sean absolutamente accesibles.

El acceso a zonas seguras y a rutas de escape debe estar libre de cualquier obstáculo. Se debe identificar barreras para eliminarlas o disminuirlas.

Las barreras pueden ser: **Arquitectónicas** (parte de la edificación, escaleras, peldaños, puertas o pasillos estrechos) o **Removibles** (aparatos domésticos, muebles u otros objetos que interfieren con el tránsito).

En el caso de que la barrera sea arquitectónica, es probable que no sea posible eliminarla.

Paso 4: Armar y mantener un kit de emergencia adaptado a las necesidades de la o las personas con discapacidad.

La propuesta de kit de emergencias adaptado para personas con discapacidad, consiste en seis puntos.

En cada punto se hacen sugerencias específicas para personas con distintos tipos y grados de discapacidad.

Un **kit de emergencias** debe contener elementos que permitan o faciliten sobrevivir mientras llega ayuda. El kit de emergencias adaptado a las necesidades de personas con discapacidad debe contener como mínimo:

Agua potable, se recomienda que los bidones o contenedores usados para almacenar agua estén:

- Puestos en un lugar accesible para una persona usuaria de silla de ruedas o con algún otro tipo de discapacidad de movilidad reducida.
- Rotulados con letra grande, indicando que su contenido es agua, esto facilita su uso a personas con baja visión.
- Rotulados en sistema braille, esto facilita su uso por parte de personas ciegas que usen el braille como sistema de lecto-escritura.
- En caso de que la persona con discapacidad visual no sepa braille, marcar los bidones o contenedores con algún tipo de textura especial, que facilite a la persona poder identificar que bidones o contenedores tienen agua.
- En el caso de que la persona con discapacidad tenga un perro guía, mantener raciones de agua para el perro.

Alimentación, se recomienda:

- Mantener raciones de emergencia, comida deshidratada u otro tipo de alimento no perecedero.
- Si la persona requiere de algún alimento especial, guardarlo bajo las condiciones que este requiera para no deteriorarse.
- Es preferible que no requieran de preparación.
- No incluir alimentos a los que se ha comprobado ser alérgico.
- Deben encontrarse en un lugar accesible para una persona usuaria de silla de ruedas o con algún otro tipo de discapacidad de movilidad reducida.
- Se recomienda que los paquetes de alimentos estén rotulados con letra grande, indicando su contenido, esto facilita su uso a personas con baja visión.
- Se recomienda que los paquetes estén rotulados en sistema braille, esto facilita su uso por parte de personas ciegas que usen el braille como sistema de lecto-escritura.

Primeros Auxilios

El gobierno de los Estados Unidos de Norteamérica, a través de la FEMA (Agencia Federal para el Manejo de Emergencias), recomienda tener un botiquín de emergencia con los siguientes artículos: