

Acción Cruz Roja visita
Papa Francisco
Colombia 2017

Comunicado #15 de Prensa

Cruz Roja Colombiana presenta Kit de Recomendaciones para la visita del Papa Francisco

KIT BÁSICO PARA EVENTOS MASIVOS



RECUERDA LLEVAR ESTA MALETA A TODOS LOS EVENTOS MASIVOS, LA ESPERA PUEDE SER LARGA Y ES MEJOR ESTAR BIEN PREPARADO.

Medellín, Colombia, 04 de septiembre de 2017.

La Cruz Roja Colombiana, en cumplimiento de su misión de institucional, recomienda a todas las personas que van a asistir a los diferentes actos religiosos en el marco de la visita del Papa Francisco, tener en cuenta algunas recomendaciones para garantizar su seguridad y bienestar, evitando posibles afectaciones de salud, teniendo en cuenta la afluencia masiva de personas a los diferentes escenarios donde el Papa compartirá con los colombianos en Bogotá, Villavicencio, Medellín y Cartagena.

La Cruz Roja Colombiana en conjunto con sus Seccionales presenta su Kit de Recomendaciones para la visita del Papa, los asistentes pueden presentar los siguientes síntomas: Golpe de calor, insolación, hipotermia, mal de altura, lipotimias, deshidratación, descompensación de enfermedades crónicas.

Además, se pueden presentar las siguientes eventualidades: Colapso emocional; traumatismos; intoxicaciones, enfermedades transmitidas por alimentos, desplome de tarimas o estructuras de montaje; disturbios, protestas, manifestaciones, estampidas, pérdida de personas, lesiones por accidentes de tránsito y/o desastres naturales.

Consulte a continuación el Kit de Recomendaciones.

Kit de Recomendaciones para la visita del Papa Francisco

RECOMENDACIONES DE SALUD

1. Si tiene síntomas de gripa use tapabocas que cubra nariz y boca. Al toser o estornudar cúbrase la nariz y boca con pañuelo desechable o el antebrazo.
2. Es importante llevar documento de identidad.
3. Quienes deban seguir tratamientos deben llevar sus medicamentos para tomarlos durante la jornada.
4. Tener cuidado con la exposición al sol. Aplíquese protector solar cada 5 horas. Cúbrase con gorras o sombreros.
5. Lleve ropa abrigada, impermeables y otras prendas que lo protejan del sol, el viento, la lluvia y el frío.
6. Para cuidarse de los mosquitos use ropa de color claro que cubra la mayor parte de su cuerpo. Use repelente en las áreas expuestas de cara, cuello, brazos y piernas.
7. Se recomienda estar vacunado contra fiebre amarilla.

RECOMENDACIONES GENERALES

1. Procure acudir en grupos familiares o de amigos
2. **No llevar niños menores de 7 años.**
3. Llevar **ropa y calzado cómodo.**
4. No llevar recipientes, envases metálicos y/o de vidrio.
5. No se permite el ingreso de sombrillas. Sí de ponchos plásticos y sombreros para el sol.
6. No se permite el ingreso de mascotas.
7. Cuide sus objetos personales.
8. Ponga la basura en su lugar o guárdela hasta encontrar una caneca.

9. Mantenga la calma y respete a los que están a su lado.
10. Coopere con los encargados de la seguridad del evento.
11. Si va acompañado, coordine un punto de encuentro. Aléjese de posibles discusiones o peleas.
12. Identifique las vías de evacuación.
13. Sea prudente al ingresar al recinto, no corra y mantenga la calma.
14. Ubique los puntos de atención y emergencias, en la zona del evento encontrará lugares de atención en salud física y psicosocial.

ALIMENTACIÓN E HIDRATACIÓN

1. **Llevar hidratación y alimentos suficientes para la jornada**, y tome abundante líquido, en especial agua potable pues los recorridos y la espera son largos. Quienes van a llegar desde la noche anterior deben consumir al menos un litro y medio de líquido.
2. Los líquidos se deben llevar en **envases plásticos** ya que estarán prohibidos los **envases de vidrio**. Tenga en cuenta la capacidad y el peso de estos elementos para su desplazamiento. Evite llevar bebidas y alimentos que requieran refrigeración.
3. Se recomienda llevar alimentos que tengan un alto aporte de calorías tales como tortas, dulces, galletas u otros productos de panadería, maní, frutas (naranjas, manzanas, peras, mandarinas, bananos, entre otros), bocadillos, chocolatinas, granolas, pasas y cereales, arequipes, alimentos empacados.
4. Para cuidar la alimentación lávese las manos con agua y jabón antes de manipular alimentos y después de usar el baño. Utilice gel antibacterial. Lave las frutas y verduras con agua potable antes de consumirlas. Consuma bebidas embotelladas y compradas en sitios reconocidos.

SEGURIDAD VIAL

1. Descanse frecuentemente si debe manejar largas distancias, no olvide utilizar siempre el cinturón de seguridad.
2. Utilice el casco si se desplaza en motocicleta y chaleco reflectivo si se desplaza en la noche.
3. Este atento a las señales en la carretera y mantenga una distancia prudente.
4. No conduzca bajo los efectos del alcohol o drogas.
5. No utilice el teléfono móvil cuando conduzca.
6. Hágase visible como peatón o ciclista.
7. Mantenga su vehículo en buen estado.
8. Lleve el kit de carretera, botiquín, extinguidor y tenga a la mano los números de emergencias.

PRIMEROS AUXILIOS

¿Qué es un Golpe de Calor?

Se produce cuando la temperatura del cuerpo aumenta rápidamente.

Señales más comunes

1. Cambios en el estado mental o de comportamiento, tales como confusión, agitación o balbuceo.
2. Piel caliente, seca, sudoración excesiva y pulso acelerado.
3. Náuseas y vómitos.

4. Enrojecimiento de la piel.
5. Respiración rápida y dolor de cabeza.
6. Desmayo, que puede ser el primer signo en los adultos mayores.

¿Qué hacer en caso de un Golpe de Calor?

1. Solicite ayuda y llame al número único de emergencias 123.
2. Retire a la persona del lugar y ubique a la persona en un lugar con adecuada ventilación.
3. Enfríe a la persona con agua a temperatura ambiente.
4. Si no hay alteración de la consciencia ofrezca agua a la persona.

¿Qué es un desmayo?

Es la pérdida parcial o total del conocimiento durante algunos minutos.

Señales más comunes

1. Debilidad repentina.
2. Palidez.
3. Sudoración fría.
4. Visión borrosa.
5. Caída repentina al suelo.
6. Respiración superficial.
7. Pulso débil.
8. Pérdida de la consciencia.

¿Qué hacer en caso de un desmayo?

1. Solicite ayuda y llame al número único de emergencias 123.
2. Verifique que la persona responda y respire.
3. Ubique a la persona en un sitio con buena ventilación.
4. Desabotone la ropa para facilitar la respiración.
5. Si la persona vomita coloque a la persona de medio lado.
6. No de nada de beber ni comer.

¿Qué es una Convulsión?

Son movimientos anormales y generalizados debido a una inactividad eléctrica anormal del cerebro.

Señales más comunes

1. Caída de la persona al suelo.
2. Pérdida de la consciencia.
3. Movimientos anormales.
4. Salida de espuma por la boca.

¿Qué hacer en caso de convulsiones?

1. Solicite ayuda y llame al número único de emergencias 123.
2. Evite que los espectadores rodeen a la persona
3. Retire del área alrededor de la persona cualquier objeto con los cuales la persona se pueda hacer daño.
4. Voltee a la persona suavemente hacia un lado. Esto la ayudará a respirar.
5. Ponga la cabeza de la persona sobre algo suave y plano, como una chaqueta doblada.
6. No introduzca nada en la boca de la persona, ni inmovilice sus extremidades.
7. Suéltele la corbata o cualquier cosa que tenga alrededor del cuello que pueda dificultar su respiración.
8. Tome el tiempo que dure la convulsión.

¡Porque a esta hora hay alguien de la Cruz Roja trabajando por Colombia!



Cruz Roja Colombiana
Seccional Antioquia

Juntos
protegiendo la vida.