



Centro Mujer y Salud

Edificio Principal
Oficina A-234
Recinto de Ciencias Médicas
Río Piedras, PR 00935

(787)758-2525
Exts. 1368, 2284

Línea directa
(787)753-0090

centromujerysalud.rcm.upr.edu

Dra. Edna Pacheco-Acosta
Directora
Editora BoletínA

Dra. Yiselly Vázquez-Guzmán
Directora Asociada
Editora Asociada BoletínA

Sa. Alexandra Fontánez Gago
Asistente de administración

Preparación huracanada

La desigualdad por género tiene un efecto particular y agrandado en la manera en que los hombres y las mujeres reciben el impacto directo de un desastre, y también los efectos posteriores.
(Fernós, González, Reyes & Vicente, 2018)

¿Cuáles son los mayores riesgos?



- Las **amenazas de los huracanes** incluyen vientos fuertes, lluvias torrenciales, marejadas ciclónicas, inundaciones, corrientes de resaca y tornados.
- La **pérdida de servicios básicos**, como el agua potable y la energía eléctrica, son también serios problemas que pueden afectar la salud y seguridad de las personas.
- El azote de los huracanes Irma y María en septiembre de 2017 hizo evidente la necesidad de prepararnos adecuadamente para estos eventos atmosféricos, desde una mirada de la perspectiva de género.
- Este análisis nos lleva a considerar las necesidades de las mujeres, así como las responsabilidades de mujeres y hombres, antes y después de los desastres (Fernós, González, Reyes & Vicente, 2018).

¿Cómo puedes protegerte ante un huracán?

- Protegerse** significa tener recursos de información, preparar la casa o lugar de trabajo, desarrollar un plan de comunicación de emergencia y saber qué hacer cuando se acerca un huracán.

Vivienda



- Asegura la propiedad. Protege los techos y ventanas. Recoge cualquier objeto que tengas en el patio.
- En caso que vivas en una zona inundable, o si la casa no es lo suficientemente fuerte, busca un refugio seguro.
- Busca un lugar seguro para las mascotas.

Suministros



- Compra alimentos no perecederos, como la comida enlatada, para toda la familia. Haz un menú para 10 días.
- Recuerda tener disponible agua para tomar- 1 galón por persona, por día.
- Incluye alimentos para mascotas en tu lista de suministros.

Salud e higiene



- Almacena agua para bañarte y limpiar. Para desinfectarla, puedes echar ocho gotas de cloro por cada galón.
- Mantén tus medicamentos al alcance, asegura que tienes la dosis de por lo menos 10 días.
- Ten cuidado al preparar o consumir alimentos que estuvieron expuestos a cambios de temperatura.

Comunicación



- Es probable que se afecten las comunicaciones telefónicas, haz un plan de comunicación con tu familia para coordinar puntos de encuentro, luego del huracán.
- Un radio de baterías puede ser una alternativa para escuchar noticias.



Referencias:
Centers for Diseases Control and Prevention (2018)
Departamento de Salud (2018)
Federal Emergency Management Agency (2018)

La temporada de huracanes en el Caribe se extiende del 1 de junio al 30 de noviembre. Para este año, investigadores de la Universidad de Colorado pronostican 13 tormentas, de las cuales 5 podrían convertirse en huracanes.