

# LISTA DE COTEJO PARA PERSONAS CON DISCAPACIDADES



Esta lista de cotejo incluye aparatos médicos, suministros y aparatos de tecnología de asistencia para personas con discapacidades físicas. Empaque los artículos que necesitará para usted en su **MOCHILA DE EMERGENCIA**. Puede que necesite artículos o aparatos adicionales a los de esta lista para cubrir sus necesidades individuales y las de su familia.

## ARTÍCULOS PARA MOCHILA DE EMERGENCIA

Si tiene una discapacidad de movilidad y usa una silla de ruedas o escúter, debe considerar tener algunos o todos estos artículos en su **MOCHILA DE EMERGENCIA**:

- Frisa termal (*supervivencia*)
- Frisa de fuego (*supervivencia*)
- Kit para prender fuego
- Inversor (*de 12 V*)
- Calentador /abanico de 12 voltios
- Segueta
- Poncho / capa
- Termómetro
- Estetoscopio
- Máquina para tomar la presión
- Kit de ileostomía, urostomía y artículos para cuidar heridas
- Atomizador (*para personas que no sudan*)
- Kit para reparar silla de ruedas (*como mínimo incluya una herramienta de usos múltiples, cuchilla "Swiss Army", juego de llaves Allen (estándar o métricas), llave inglesa pequeña y cajas de bolas*)
- Contacto para la compañía de reparación de silla de ruedas
- Guantes fuertes para rodar
- Kit de herramientas mecánicas pequeño
- Bomba eléctrica de 12 voltios pequeña (120 psi) para el auto, bicicleta y otros equipos
- Bomba de aire para bicicleta y kit de reparar gomas
- WD-40
- Lupa
- Tijeras
- Kit de costura pequeño (*aguja y varios hilos*)
- Libreta y lápiz / bolígrafo

## APARATOS DE COMUNICACIÓN

- Computadora y programas de computadora
- Tableros y aparatos de comunicación (*electrónicos y de otro tipo*)

- HERRAMIENTA DE COMUNICACIÓN VISUAL** (*provista en el Manual de Preparación para Emergencias*)

## APARATOS DE HACER SEÑALES

- Aparatos de alerta electrónica (*vibrador de cama, luz parpadeante, alerta de humedad, alerta de persona que deambula*)

## APARATOS / DISPOSITIVOS DE MOVILIDAD

- Bastón, andador o muletas\*
- Silla de ruedas manual\*
- Silla de ruedas eléctrica\*
- Cargador de batería de silla eléctrica /escúter\*
- Asiento y cojín de espalda /cubierta de silla de ruedas (*bomba de aire si es de aire*)\*
- Gomas /tubo de goma adicionales
- Grúa portátil / hamaca para grúa
- Tabla de transferencia
- Silla para ducha / banco de transferencia
- Silla de desalojo (*Esto debe pedirse como acomodo y ser parte de su plan de cuidado, si vive o trabaja en un edificio multipisos*)

\*Nota: Considere guardar sus bastones, andadores, muletas, sillas de ruedas / escúteres viejos junto con sus cargadores de batería, cojines y coberturas como repuesto.

## APARATOS PRÓTESIS / ORTESIS

- Extremidades artificiales (*baterías adicionales para electricidad si es necesario*)
- Abrazaderas: piernas y/o manos\*\*
- Zapatos especiales (*cabotes adicionales*)
- Plantillas de zapatos especiales\*\*

\*\*Nota: Considere guardar extremidades artificiales, abrazaderas y plantillas de zapatos viejas de repuesta.

## DISPOSITIVOS DE ASISTENCIA TECNOLÓGICA

- Utensilios para comer con modificaciones especiales
- Botellas de agua especiales
- Tabla para falda / bandeja para silla de ruedas
- Abridor de latas fácil de abrir (*con un toque, con una mano*)

- Calentador / abanico de 12 voltios
- Inversor de corriente para convertir la corriente de DC a AC
- Considere maneras alternas de operar los aparatos de tecnología de asistencia, movilidad u otros aparatos médicos (*generador solar, viento, gas / propano, etc.*)

## MÉDICOS

- Chapas médicas (*brazalete de collar o de tobillo*)
- Aparatos de alerta médica
- Necesidades de dieta especial
- Empaque suficientes medicamentos con receta y suplementos sin receta para 10 días
- Medicamentos y suministros médicos adicionales
- EpiPen
- Insulina (*recuerde refrigerarla /mantenerla fría*)
- Casco / casco deportivo (*para protección*)
- Aparatos respiratorios (*como máquinas de BiPAP, CPAP, concentradores de oxígeno, etc.*)
- Tanques de oxígeno

## Otros medicamentos o suministros médicos:

- \_\_\_\_\_

## Productos y suministros de intestinos y vejiga (como artículos para ileostomía y urostomía):

- \_\_\_\_\_

## Cuidado de heridas y suministros:

- \_\_\_\_\_

## Artículos /aparatos adicionales:

- \_\_\_\_\_