

Para la buena salud

Cómo manejarse ante emergencias y desastres naturales

Los desastres naturales, que afectan a todas las regiones de los Estados Unidos, tienen consecuencias directas e indirectas en la salud. Cada año mil personas o más resultan heridas o muertas a causa de desastres tales como tornados, terremotos, huracanes, inundaciones y tormentas de invierno. Las condiciones ambientales resultantes de los desastres también pueden afectar la salud. La contaminación del agua y de los alimentos, así como la falta de higiene, pueden causar enfermedades. El peligro de incendios, los escombros y las inundaciones pueden ocasionar lesiones y muerte. Por último, los desastres naturales también pueden afectar la salud mental y emocional de aquellas personas que los padecieron.

¿Por qué es importante estar preparados?

Aunque no es posible controlar los fenómenos naturales que ocasionan los desastres, las personas pueden tomar precauciones para atenuar sus efectos. Es preciso tomar numerosas decisiones importantes antes y durante una situación de desastre. Las personas deben estar informadas para poder tomar decisiones correctas. Estar bien informado sobre estos fenómenos y saber qué hacer antes, durante y después de los desastres, puede ayudar a disminuir las lesiones, las pérdidas y el daño ocasionados por los mismos. Cuando se trata de desastres es fundamental ser proactivo en lugar de reactivo.

Reimpreso con autorización de Aetna IntelliHealth® y la Escuela de Medicina de Harvard (www.intelihealth.com). El contenido médico fue revisado por la Facultad de la Escuela de Medicina de Harvard. Copyright 1996 – 2005. Si desea información adicional, la encontrará en el sitio web de información de salud para el consumidor de Aetna, Aetna IntelliHealth®, en <http://www.intelihealth.com/IH/IHTIH/WSIHW000/9273/21335.html> Este mensaje sólo tiene propósitos informativos, no constituye consejo médico, y no pretende sustituir la atención médica apropiada que brinda un médico.

Aetna es el nombre comercial que se utiliza en los productos y servicios proporcionados por una o más de las compañías subsidiarias del grupo Aetna. Entre las compañías Aetna que ofrecen, aseguran o administran cobertura de beneficios se incluyen: Aetna Health Inc., Aetna Health of California Inc., Aetna Health of the Carolinas Inc., Aetna Health of Illinois Inc., Aetna Health Insurance Company of New York, Corporate Health Insurance Company y/o Aetna Life Insurance Company.

¿Por qué debe educarse a los niños sobre los desastres naturales?

Los niños son afectados por los desastres naturales tanto o más que los adultos. Es importante que los niños sepan que pueden contribuir con las actividades de preparación de sus familias. Darles información sobre los desastres naturales y enseñarles a prepararse y a permanecer seguros durante los eventos les ofrece esta oportunidad. Cuanto más mentalizados estén antes de que ocurra un desastre, mejor podrán manejar la situación en caso de que surja alguna emergencia.

La educación para los niños sobre desastres naturales puede integrarse fácilmente en los programas generales de educación sanitaria que ofrecen las escuelas, ya que éstos abarcan no sólo las dimensiones físicas de la salud, sino también las sociales y emocionales. El National Council for Health Education (Consejo Nacional de Educación Sanitaria) diseñó un programa integral denominado Growing Healthy®, cuyo objetivo es motivar y asistir a los estudiantes a cuidar y mejorar su salud, y les permite desarrollar las aptitudes y actitudes necesarias para solucionar problemas relacionados con la salud y tomar decisiones informadas. El programa busca promover la formación de aptitudes, que ayudan a los jóvenes a evitar conductas de alto riesgo. La enseñanza de las consecuencias que tienen los desastres naturales sobre la salud incluye:

En Aetna, creemos que no hay nada más importante que su salud. Por eso nos complace entregarle información que lo ayudará a controlar su salud.

Siga leyendo para aprender más.

salud personal, vida en familia, prevención y control de enfermedades, salud mental y emocional, prevención y seguridad de lesiones, salud comunitaria y salud ambiental. También es útil para que los niños desarrollen habilidades importantes y tomen decisiones que los lleven a estar sanos y salvos, tanto ellos como sus familias.

Visite su sitio web personal de autoservicio para suscriptores

Su sitio seguro para suscriptores en Internet, Aetna Navigator™, está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Utilícelo para realizar transacciones comunes relacionadas con sus planes médicos, dentales, medicamentos con receta o planes de cuentas flexibles de gastos (FSA) de Aetna. Puede enviar mensajes en línea a Servicio al Cliente de Aetna, y tener acceso a información de reclamaciones, cobertura e información general de salud, así como a herramientas de apoyo para la toma de decisiones. Regístrese e ingrese a Aetna Navigator en www.aetna.com.

Queremos que usted sepaSM



www.aetna.com