

¿Cómo prepararme ante un evento catastrófico y manejar la condición?

Todos en Puerto Rico deben estar informados y hacer preparativos para enfrentar la temporada de Huracanes. Usualmente la cercanía de un Huracán es un estresor. Los estresores en ocasiones desestabilizan a la persona con epilepsia provocando un mayor número de convulsiones. Por lo tanto familiares y amigos deben estar pendientes de las necesidades particulares del paciente, ofrecerle el apoyo necesario para reducir la tensión al máximo posible.

En caso del paso de un Huracán, familiares y amigos deben desarrollar un plan de contingencia sobre cómo manejar las convulsiones del paciente o posibles complicaciones.

Recomendaciones:

1. Al paciente:

- a. Escuchar boletines oficiales emitidos por la Agencia Estatal para el Manejo de Emergencias, Servicio de Meteorología o cualquier organismo de gobierno designados en ese momento. No hacer caso a rumores.
- b. Seguir las instrucciones de las autoridades en relación a los servicios básicos de luz, agua y almacenamiento de alimentos, entre otros. Conseguir material impreso que se distribuya con instrucciones.
- c. Asegure sus medicinas, tarjeta de plan médico y documentos importantes.
- d. Mantenga preparado un bulto o maleta para en caso de que tenga que moverse de su hogar en el cual pueda incluir medicamentos para la epilepsia y cualquier otra condición de salud. Debe incluir además ropa cómoda para por lo menos 3 días así como algunos efectos de aseo personal. Colóquele algún distintivo para que se le facilite identificarlo.
- e. No altere la forma de tomar sus medicamentos, estos cambios podrían causarle problemas o complicaciones.
- f. Mujeres embarazadas del séptimo mes en adelante deben hacer preparativos necesarios para un parto de emergencia.
- g. Garantizar tener los medicamentos antiepilépticos para dos semanas por lo menos.

2. A familiares:

- a. Explicarle la situación de emergencia en forma sencilla a niños y jóvenes y junto a ellos hacer preparativos asignándole tareas de acuerdo a su capacidad.
- b. Oriente con anticipación al envejecientes con epilepsia señalando detalladamente el plan que se tiene en la familia para la seguridad de todos. Tome en consideración si tiene alguna otra condición o impedimento que requiera de algún equipo especial.

3. Indicadores para llevar a un paciente a Sala de Emergencias ya que durante esos momentos hay muchas personas solicitando servicios en dichas salas.

1. Convulsiones de 5 minutos o más de duración.
2. Convulsiones repetidas sin recuperar la conciencia.
3. Golpes, contusión o herida abierta a consecuencia de una convulsión.
4. Mujeres embarazadas.

**** Si usted ha seguido estas recomendaciones y su situación está bajo control dedique su tiempo a ayudar a su familia y a otros miembros de la comunidad. ***

4. Recomendaciones Generales

- a. Si en su comunidad o vecindario no conocen su condición ¿Cómo pueden ayudarle? Promueva la orientación y la educación a estos para evitar que su condición pueda ser confundida con otra. La Sociedad Puertorriqueña de Epilepsia puede ayudarle en ese aspecto.
- b. Comuníquese con la Agencia Estatal para el Manejo de Emergencias de su pueblo e inscribábase en el registro para envejecientes y personas con impedimentos de la Comisión de Derechos Ciudadanos del Gobierno de Puerto Rico.



Sociedad Puertorriqueña de Epilepsia

1100 Marginal Ruiz Soler

Bayamón, PR 00959-7365

Oficinas Centrales

Tel. (787) 782-6200

Fax. (787) 782-3991

Región de Caguas Tel. (787) 930-2702 /Región de Arcibo Tel. (787) 643-7433/

Región de Yauco– Mayagüez Tel. (787) 643-9599/ Región de Ponce Tel. (787) 633-0041/

Región de Aguadilla Tel. (787) 643-8776/ Región de Isabela Tel. (787) 643-8776/

Región de Fajardo Tel. (787) 635-0044.