



# COMUNIDADES PREPARADAS PARA DESASTRES: ADULTOS MAYORES

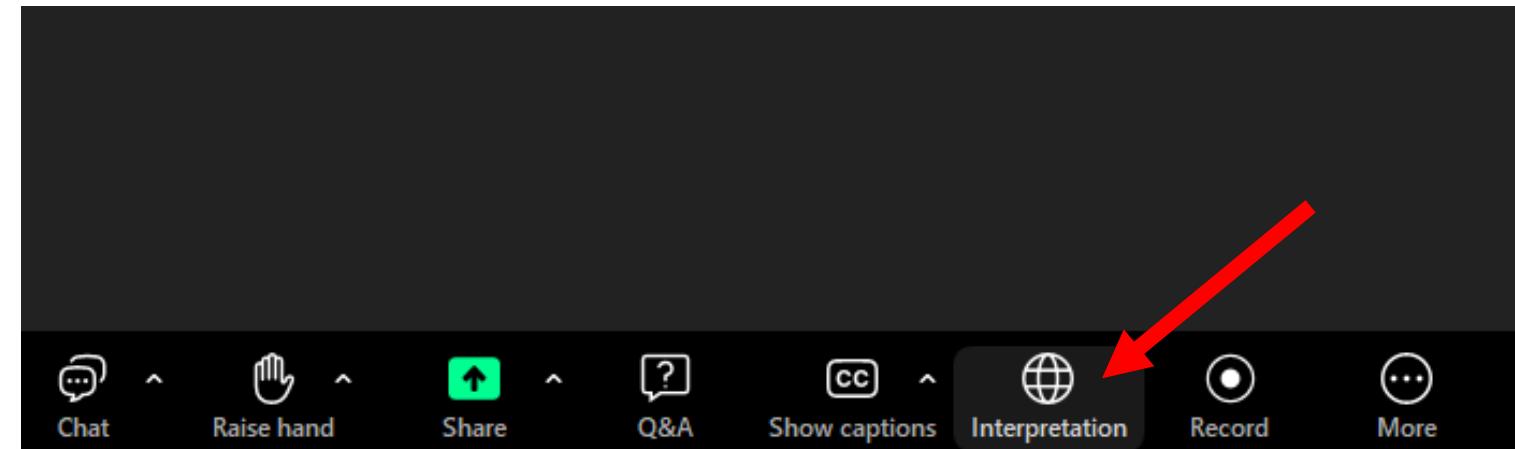
21 de mayo de 2025

De 10:00 a. m. a 12:00 p. m. Hora del Pacífico



Esta sesión será presentada en inglés con traducción al español, vietnamita, ruso y chino y con interpretación al lenguaje de señas americano.

- Para elegir el idioma de interpretación de su preferencia, por favor dar clic en el ícono del globo terráqueo situado en la parte inferior de su pantalla. A continuación, puede dar clic en el idioma de su preferencia.



- ✓ Para evitar interrupciones y ruidos de fondo, hemos silenciado los micrófonos de los participantes.
- ✓ Al final del evento, tendremos una sesión de preguntas y respuestas durante la cual los ponentes responderán a sus preguntas. Puede formular sus preguntas en el buzón de preguntas y respuestas durante todo el evento.
- ✓ Se enviará una evaluación por correo electrónico después de la sesión. Apreciamos sus comentarios, ya que nos ayudarán a mejorar las sesiones futuras.
- ✓ Si bien no esperamos que exista problema alguno durante la presentación, en caso de que el ponente experimente problemas de conectividad importantes, haremos todo lo posible para re establecer la conexión o pasar al siguiente tema de la agenda.



# Mensaje de bienvenida

Phil Warnock

Oregon Association of Area Agencies on  
Aging and Disabilities



OREGON  
**HEALTH**  
AUTHORITY

21 de mayo de 2025

# Guía sobre el uso de medicamentos en caso de desastres

Heidi Murphy

Analista de Operaciones y Políticas

Políticas y Programas Farmacéuticos de la Autoridad de  
Salud de Oregon (OHA, Oregon Health Authority)

# Agenda

---

¿El lugar donde vivo influye en cómo debo prepararme?

Razones principales para prepararse

Cómo se manejan y se distribuyen los medicamentos durante desastres a gran escala

¿Cómo comenzar con la preparación de medicamentos?

¿Cómo puede ayudarme la tarjeta de descuento de recetas ArrayRx a prepararme?

¿Cuáles son mis derechos en relación con los medicamentos?

¿Cómo debo almacenar mis medicamentos de forma segura?



# El lugar en donde vive influye en cómo debe prepararse

---



- Riesgos en áreas rurales y fronterizas
- Desafíos en entornos urbanos
- Impactos en diversos entornos

# Razones principales para prepararse

Problemas en la cadena de suministro:

<https://www.fda.gov/emergency-preparedness-and-response/supply-chain/supply-chain-news-reports-and-publications>

Problemas de salud que impiden viajar

Tormentas de nieve o eventos climáticos que afectan los viajes

Requisito de autorización previa de su seguro médico

Es mejor considerar qué escenario es más probable que ocurra en el área donde vive y prepararse para ello.

Tabla 1. Resumen de los eventos peligrosos y la priorización de riesgos

Hazard	2009-2017 Occurrences	Casualties	Property & Crop Damage	Risk Prioritization
Avalanche	-	-	-	6
Drought	1	-	-	-
Earthquake	2	-	-	4
Flood	10	1 Fatality	-	3
Landslide	-	-	-	5
Severe Weather	43	-	\$100,100,000 Property	2
Wildfire*	33	-	\$18,193,000 AUM value \$16,400,000 in loss to ranchers	1

# Cómo se manejan y se distribuyen los medicamentos durante desastres a gran escala

OHA ha instruido a las Organizaciones Coordinadoras de Cuidado (CCOs, Coordinated Care Organizations) para que se aseguren que los miembros tengan reemplazos adecuados para equipos médicos duraderos, suministros y medicamentos recetados.

Para los miembros de las CCO: coordinar el reemplazo a través de la CCO del miembro.

Para los miembros del Plan de Salud de Oregón con servicio por tarifa (Oregon Health Plan Fee for Service ): las farmacias pueden solicitar la entrega urgente o emergente.

[DMAP.RxQuestions@oha.oregon.gov](mailto:DMAP.RxQuestions@oha.oregon.gov)



# ¿Cómo comenzar con la preparación de medicamentos?



- Empiece hablando con su proveedor de atención médica sobre la posibilidad de obtener medicamentos para varios días y sobre sus objetivos de preparación.
- Es posible que su seguro médico no pague por medicación adicional- ¡La tarjeta de descuento ArrayRx (ArrayRx Discount Card) es una opción que lo puede ayudar a cubrir este costo!
- Renueve sus medicamentos no controlados tan pronto como sea posible.
- Los farmacéuticos pueden aplicar un código de excepción por “desastre natural” para anular la advertencia de “renovación anticipada” emitida por el seguro, permitiendo así adquirir el medicamento antes de tiempo.
- Evite guardar medicamentos en exceso que puedan caducar antes de usarlos.

# ¿Qué es la tarjeta de descuento ArrayRx?



No age or income restrictions

No membership fee

All FDA-approved prescriptions are eligible for discounts

Discounts on over-the-counter medications without a prescription, includes diabetes test supplies

Members receive competitive ArrayRx negotiated discounts

Card can be used nationally

# ¿Cómo funciona la tarjeta de descuento?

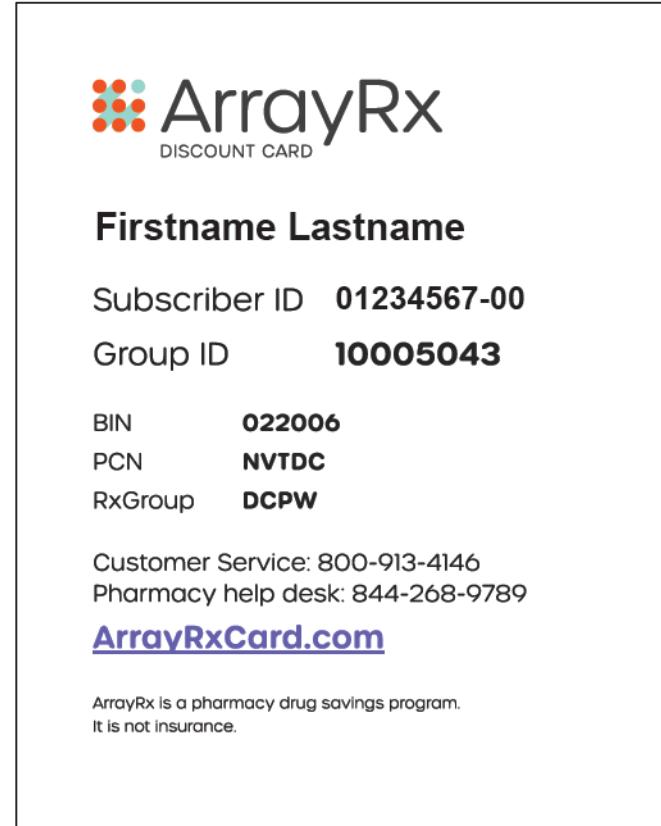
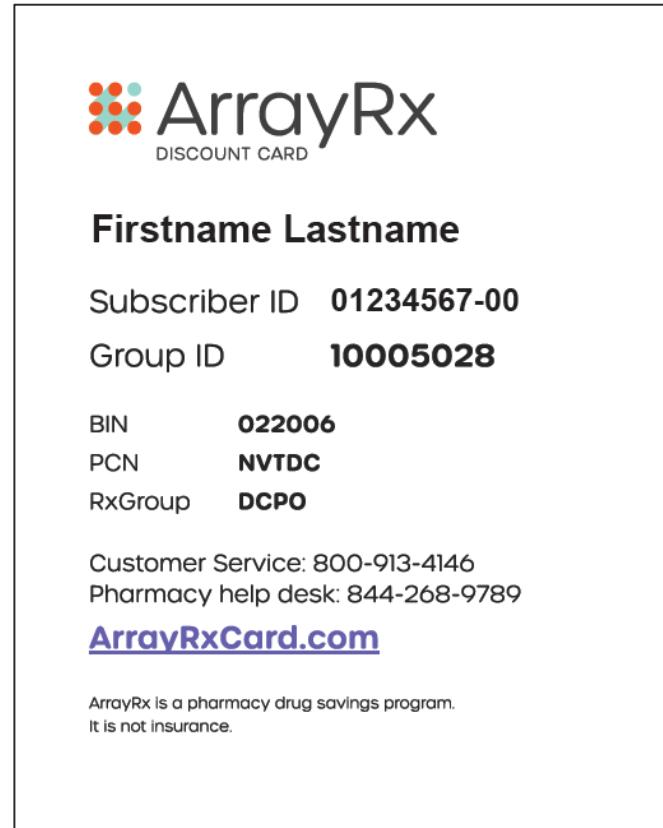
---

- Regístrese en línea en ArrayRxCard.com y obtenga su tarjeta de descuento digital.
- Si no tiene acceso a internet o una dirección de correo electrónico, llame al 1-800-913-4146 y se le enviará una tarjeta por correo postal..
- Use herramientas en línea para encontrar farmacias participantes y consultar los precios en farmacias cercanas.
- Muestre su tarjeta en el mostrador en la farmacia participante y pague a un precio con descuento.
- Ahorre hasta un 80% en medicamentos con receta.
- La tarjeta de descuento no se puede usar para realizar los copagos del seguro.
- La tarjeta de descuento no aplica a deducibles del seguro.



# Ejemplos de tarjetas

---



# ¿Cuáles son mis derechos en relación con los medicamentos?

---

Derecho a recibir orientación sobre las recetas.

Derechos individuales sobre los medicamentos: La OHA ha instruido a las CCOs para que se aseguren que los miembros tengan reemplazos adecuados para equipos médicos duraderos (DME, Durable Medical Equipment), suministros, medicamentos recetados y prótesis dentales completas o parciales tan pronto como se identifique la necesidad.

Para medicamentos recetados bajo el modelo de tarifa por servicio (FFS, Fee-for-Service), las farmacias pueden solicitar la dispensación urgente/emergente según lo indicado en la Regla Administrativa de Oregon (OAR, Oregon Administrative Rule) 410-121-0060.



# ¿Cómo almaceno mis medicamentos de forma segura?

¡La humedad y el calor destruyen los medicamentos más rápido!



Consultar	Consulte con su proveedor de atención médica o farmacéutico(a) para determinar la mejor solución de almacenamiento para sus medicamentos.
Evitar	Evite guardar medicamentos en exceso que puedan caducar antes de usarlos. Rote su suministro, utilizando el método de primero en entrar, primero en salir.
Guardar	Guarde los medicamentos en sus contenedores originales
Almacenar	Almacene los medicamentos en un lugar fresco y seco; un ropero es mejor que el baño. No los almacene en el congelador o en un coche caliente.

# ¡Una llamada a la acción!

---



Organice su suministro de medicamentos. Hable con su proveedor de atención médica sobre la posibilidad de aumentar el suministro de su medicamento por más días.



Regístrese para obtener la tarjeta de descuento de recetas ArrayRx y ahorre dinero en sus medicamentos.

# Recursos

---

- Tarjeta de descuento de recetas ArrayRx: Regístrese en línea en <https://www.ArrayRxCard.com>, reciba su tarjeta de descuento de recetas o llame al 1-800-913-4146 si no tiene acceso a internet o una dirección de correo electrónico.
- Investigación en fechas de caducidad de los medicamentos:  
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11117793/#:~:text=Patients%20experienced%20symptoms%20such%20as,been%20reported%20in%20recent%20years>.
- Lista de medicamentos en escasez según la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, Food and Drug Administration): <https://www.fda.gov/emergency-preparedness-and-response/supply-chain/supply-chain-news-reports-and-publications>
- Strategic Relocation (Reubicación estratégica), libro de Joel Skousen
- Reemplazo de DME, suministros, medicamentos recetados y dentaduras completas o parciales perdidos por las inundaciones en todo Oregon: <https://www.oregon.gov/oha/HSD/OHP/Announcements/Flooding-Replacements0325.pdf> [DMAP.RxQuestions@oha.oregon.gov](mailto:DMAP.RxQuestions@oha.oregon.gov)

# Gracias

---

Heidi Murphy  
503-580-9928  
[Heidi.R.Murphy@oha.oregon.gov](mailto:Heidi.R.Murphy@oha.oregon.gov)



# GUÍA DE MEDICAMENTOS PARA DESASTRES

Amy Cervan, Doctora en Farmacia (PharmD)

Directora Ejecutiva de Farmacia

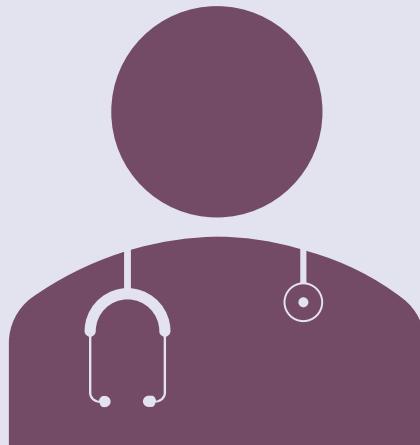
Rogue Community Health

# INTRODUCCIÓN



- Algunos puntos clave de mi presentación de hoy:
  - **Hacer un plan de preparación de medicamentos** - Pasos para garantizar el acceso ininterrumpido a los medicamentos esenciales.
  - **Estrategias inteligentes de almacenamiento y caducidad**- Cómo guardar los medicamentos de forma segura, entender las fechas de caducidad y saber si racionar es una opción viable.
  - **¿Por dónde empezar?** - El papel de los farmacéuticos, médicos y aseguradoras en la planificación de medicamentos para emergencias.
  - **Sistemas de apoyo durante un desastre** - Recursos disponibles para ayudar con la cobertura de medicamentos y el acceso en situaciones de emergencia.
  - **Lecciones aprendidas de desastres reales** - Aprendizajes prácticos de emergencias pasadas para mejorar nuestra preparación.

# PREPARACIÓN PARA CUBRIR LAS NECESIDADES DE MEDICAMENTOS DURANTE EMERGENCIAS



El estar preparado comienza con tener una lista de verificación y un plan

Arme su kit de emergencia ANTES de que ocurra una emergencia o un desastre, ya sea para su hogar o para una evacuación

Conozca los riesgos en su área

- Temperaturas extremas y cortes de energía
- Incendios
- Inundaciones

---

# CONSIDERACIONES ESPECIALES PARA ADULTOS MAYORES



Manejo de afecciones crónicas durante emergencias.

Comunicarse con sus cuidadores y proveedores de atención médica

Abordar los desafíos cognitivos y de movilidad en el manejo de medicamentos.

Aislamiento social

# HACER UN PLAN DE PREPARACIÓN DE MEDICAMENTOS

---

- **Haga una lista de medicamentos**

- Incluya todos los medicamentos que toma actualmente, las dosis y la frecuencia con la que los toma
- Guarde una lista de cualquier alergia que tenga, o si ha tenido reacciones adversas a medicamentos o alimentos
- Guarde esta lista en su kit, también es buena idea compartirla si tiene cuidadores

- **Almacene lo esencial**

- Trabaje con su farmacéutico y su médico de cabecera para mantener un suministro mínimo de 7 a 14 días de medicamentos esenciales.
- Tenga a la mano algunos medicamentos de venta libre no críticos, como analgésicos, medicamentos para alergias y antidiarreicos.
- Rote su inventario regularmente para asegurarse de que los medicamentos no caduquen.

- **Planifique las renovaciones de sus medicamentos**

- Establezca recordatorios para las renovaciones y evitar quedarse sin medicamentos.
- Conozca las políticas de renovación de emergencia de su farmacia.

- **Identifique farmacias de respaldo**

- Algunas farmacias pueden ofrecer servicios de entrega durante emergencias.
-



---

## TENGA UN PLAN . . . Y MANTÉNGALO

- Recordatorios de renovación
  - ¿Nuevos medicamentos? Actualice su lista de medicamentos y de artículos esenciales almacenados
  - ¿Cambió de cuidadores, tuvo un doctor nuevo, cambió de farmacias, se mudó su amigo/a, adquirió un nuevo animal de apoyo?
-

---

# GUÍA DE ALMACENAMIENTO Y CADUCIDAD DE MEDICAMENTOS

¿Los medicamentos siguen siendo efectivos después de su fecha de caducidad?

¿Hasta cuándo pueden usarse los medicamentos después de la fecha de caducidad?  
Consideraciones caso por caso

Estrategias de almacenamiento seguras:  
Opciones de almacenamiento alternativas en caso de cortes de energía o evacuaciones.

	Proprietary Name proper name	Beyond Use Date per pen or vial
Rapid	A [REDACTED] <i>insulin lispro</i>	28 days
	B [REDACTED] <i>insulin glulisine</i>	28 days
	F [REDACTED] * <i>insulin aspart</i>	28 days
	H [REDACTED] * <i>insulin lispro</i>	28 days
	I [REDACTED] <i>insulin lispro-aabc</i>	28 days
	K [REDACTED] <i>insulin aspart</i> U [REDACTED] (OTC)	28 days
	L [REDACTED] <i>regular insulin human (OTC)</i>	31 days
Short	M [REDACTED] <i>regular insulin human</i>	40 days
	N [REDACTED] <i>regular insulin human (OTC)</i>	28 days
	O [REDACTED] <i>regular insulin human (OTC)</i>	42 days
	P [REDACTED] <i>insulin isophane human (OTC)</i>	28 days
Intermed.	Q [REDACTED] <i>insulin isophane human (OTC)</i>	31 days
	R [REDACTED] <i>insulin isophane human (OTC)</i>	14 days
	S [REDACTED] <i>insulin glargin</i>	42 days
	T [REDACTED] <i>insulin glargin</i>	28 days
	U [REDACTED] <i>insulin glargin</i>	28 days

Consideraciones especiales... Insulina, por ejemplo

O tabletas de Nitroglicerina . . .



# RACIONAMIENTO DE MEDICAMENTOS

## Riesgos

- Reducción de la eficacia
- Aumento de efectos secundarios
- Complicaciones para afecciones crónicas

## Mejores prácticas

- Antes de decidir ajustar su dosis, consulte con un farmacéutico o un médico
- Busque la ayuda de un farmacéutico o proveedor de atención médica para buscar alternativas en caso de que medicamento no esté disponible
- Aproveche los recursos comunitarios



---

## POR DÓNDE EMPEZAR: FARMACÉUTICO, MÉDICO O PROVEEDOR DE SEGURO MÉDICO

- Farmacéutico
  - Médico de cabecera u otros proveedores de atención médica
  - Proveedor de seguro
-



# FARMACÉUTICOS

- Su primer punto de contacto para preguntas relacionadas a los medicamentos
- Pueden ayudarle a identificar los medicamentos esenciales que debe almacenar y a sugerir alternativas cuando hay escasez
- Puede ofrecer consejos sobre cómo almacenar los medicamentos y cuestiones relacionadas a la caducidad

---

# CÓMO LOS FARMACÉUTICOS PUEDEN AYUDAR DURANTE UN DESASTRE O EMERGENCIA

---

Sus medicamentos se envían por correo, pero usted ha sido desplazado o no le es posible recibir correspondencia en su domicilio...

---

Oregon permite que los farmacéuticos proporcionen reposiciones de emergencia para medicamentos esenciales durante desastres declarados.

---

Aplicación de vacunas en los refugios



---

# MÉDICOS



- Pueden revisar su historial médico para priorizar los medicamentos esenciales
- Pueden proporcionar recetas para suministros adicionales o medicamentos para uso en emergencias
- Pueden proporcionar la documentación requerida para reposiciones de emergencia, si es necesario
- Pueden ayudar a obtener equipo DME, como baterías de respaldo, tanques de oxígeno, etc.

# PROVEEDORES DE SEGUROS MÉDICOS

Pueden aclarar su cobertura para reposiciones de medicamentos en emergencia.

Explicar las políticas para obtener suministros adicionales o renovaciones anticipadas

Proporciona información sobre las redes de farmacias disponibles durante desastres

# MÁS ALLÁ DE LA ASISTENCIA DE SEGUROS

**Criterios de elegibilidad del paciente y proceso de registro:1-855-793-7470**

The Emergency Prescription Assistance Program, or EPAP, allows enrolled pharmacies to process claims for prescription medications, certain medical supplies, vaccinations, and some forms of medical equipment for eligible people who live in a federally identified disaster area.

***EPAP is only available when it is activated.***

EPAP helps people affected by a disaster who do not have health insurance. The program provides access to:



Prescription  
Medicine



Medical  
Equipment



Medical  
Supplies

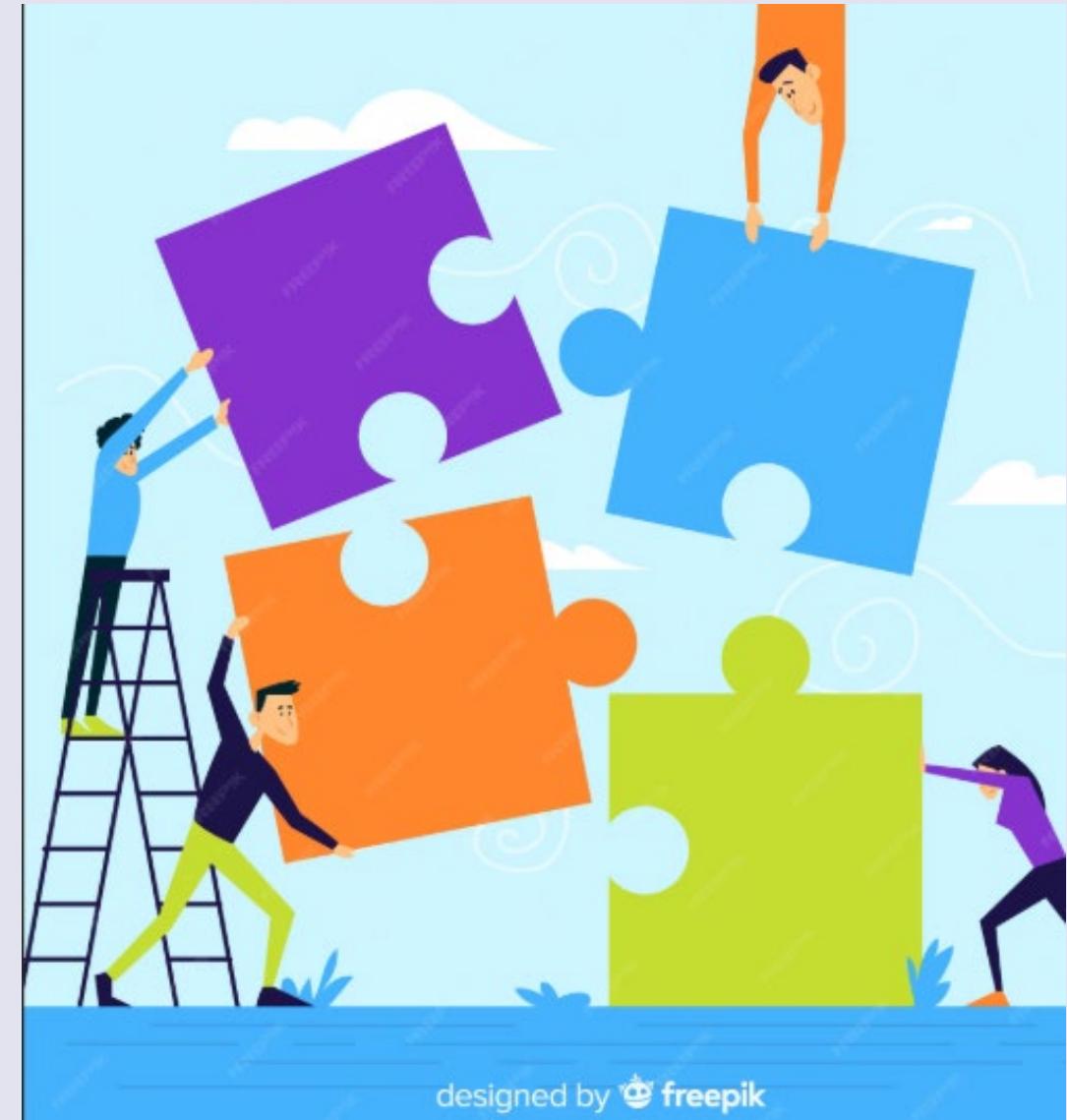


Vaccinations

---

## AGENCIAS QUE APOYAN LA CADENA DE SUMINISTRO DE MEDICAMENTOS, LAS FARMACIAS Y LA PLANIFICACIÓN PARA EMERGENCIAS

- HealthcareReady
- Consejo Nacional de Programas de Medicamentos con Receta (NCPDP, National Council for Prescription Drug Programs)
- Junta de farmacias de Oregon (Oregon Board of Pharmacy)
- Asociación de Farmacéuticos del Estado de Oregon (Oregon State Pharmacist Association )



designed by freepik

# MÁS ALLÁ DE LOS MEDICAMENTOS



Wrapzilla Designs



dreamstime.com



dalascienceskills.org



---

# LECCIONES APRENDIDAS

- Incendio de Almeda
- Personas desplazadas albergadas en el Jackson County Fairgrounds
  - Varios farmacéuticos de organizaciones comunitarias estuvieron presentes para ayudar a los pacientes a manejar la pérdida de medicamentos
  - Muchas personas reubicadas recientemente desde California



---

# RECURSOS

<https://www.ready.gov/plan-form>

[https://www.ready.gov/sites/default/files/2020-03/commuter\\_emergency\\_plan.pdf](https://www.ready.gov/sites/default/files/2020-03/commuter_emergency_plan.pdf)

<https://www.fema.gov/locations/oregon>

<https://oralert.gov/>

<https://healthcareready.org/rxopen/>

[https://www.redcross.org/content/dam/redcross/get-help/how-to-prepare/Older\\_Adults\\_Disaster\\_Prep\\_1Pager\\_11012022.pdf](https://www.redcross.org/content/dam/redcross/get-help/how-to-prepare/Older_Adults_Disaster_Prep_1Pager_11012022.pdf)

<https://www.ready.gov/shelter>

<https://www.ncoa.org/older-adults/benefits/disaster-assistance/>

---

# CONTACTO

- Amy Cervan, Doctora en Farmacia (PharmD)
  - Directora Ejecutiva de Farmacia
  - Rogue Community Health
  - [acervan@roguech.org](mailto:acervan@roguech.org)



# Cuando ocurre un desastre: Proteja sus finanzas y evite las estafas durante desastres

Craig Vattiat

Coordinador de Educación y Participación del Consumidor

División de Regulación Financiera de Oregon (DFR, Oregon Division of  
Financial Regulation )



# Misión de DFR

Garantizar el acceso de los habitantes de Oregon a productos y servicios justos a través de la educación, regulación y asistencia al consumidor.



# ¿Qué supervisa la DFR?

- Seguro
- Servicios hipotecarios
- Anualidades
- Seguridades
- Préstamos estudiantiles
- Bancos y cooperativas de crédito estatales
- Servicios de cobro de cheques
- Servicios de manejo de deudas
- Transmisores de dinero
- Casas de empeño
- Prestamistas de salario y prestamistas de título
- Finanzas para consumidores
- Agencias de cobro
- Distribuidores de estructuras prefabricadas
- Transparencia en los precios de los medicamentos
- Intermediarios de datos
- Y más

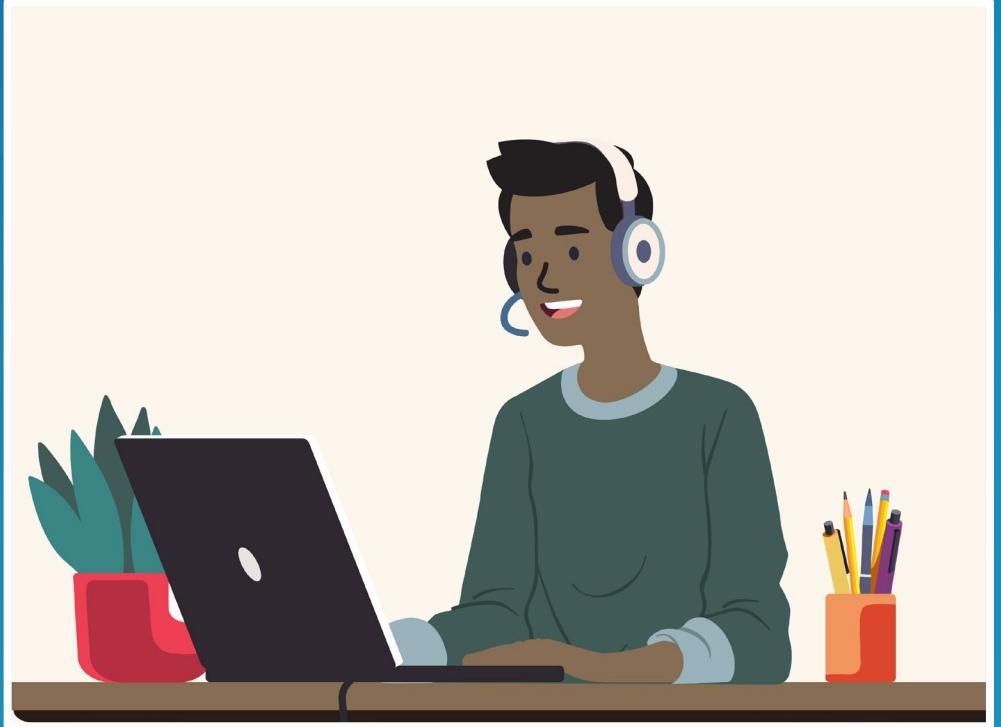


# Ayudan al consumidor

- Ayuda con preguntas generales
- Verifique que los agentes y compañías tengan licencia
- Manejo de quejas específicas

En 2024 los defensores de DFR:

- Ayudaron a 17, 836 consumidores de Oregon
- Resolvieron 5,445 quejas
- Recuperaron más de \$8.9 millones a través de nuestro proceso de quejas



Sitio web: [dfr.oregon.gov](http://dfr.oregon.gov)  
Teléfono: 888-877-4894  
(llamada gratuita)

# Acciones para la preparación financiera

Tome medidas para estar mejor preparado cuando ocurra un desastre

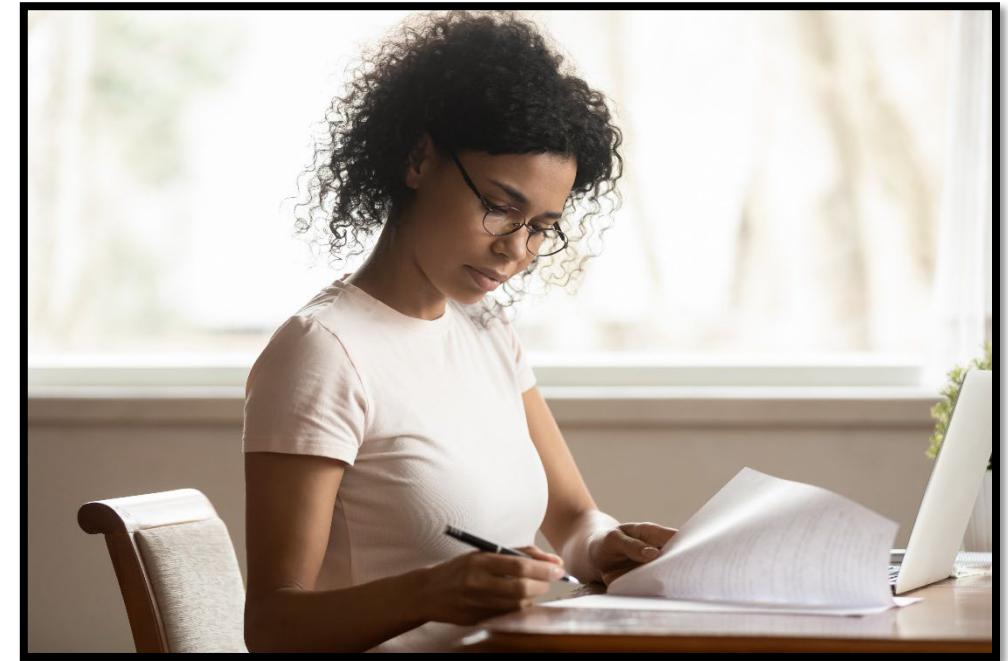
# Preparación financiera para desastres

- No se deje llevar por la idea de que “nunca pasa nada”: prepárese desde ahora
- Reduzca los riesgos: evalúe y atienda los peligros
- Evalúe sus necesidades de seguro y encuentre la cobertura apropiada
- Haga un inventario de su hogar
- Prepare su mochila de emergencia y reúna sus documentos e información financiera
- Comprenda cómo funciona el proceso de reclamaciones y qué debe hacer después de un desastre
- Manténgase alerta a las estafas durante los desastres



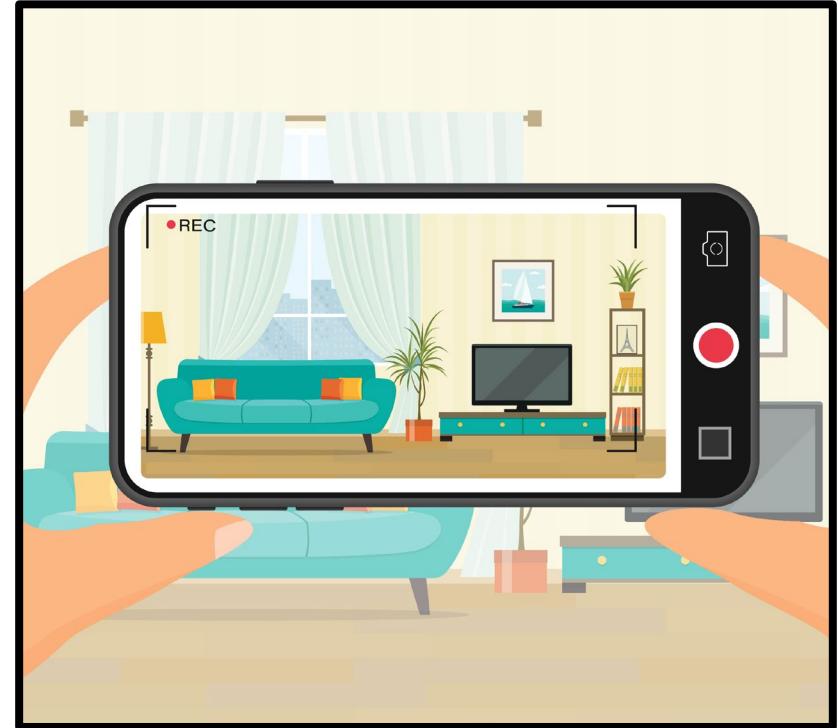
# Evalúe sus necesidades de seguro y encuentre la cobertura apropiada

- Investigue sobre los tipos de pólizas y coberturas disponibles
- Revise su página de declaración
- Reúnase anualmente con su agente para hablar sobre los niveles de cobertura
- Revise si hay alguna brecha en su cobertura
- Haga los cambios necesarios

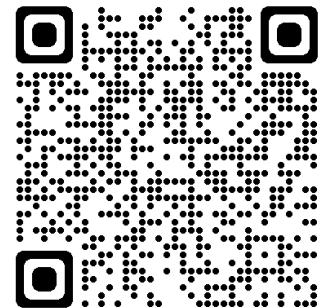


# Haga un inventario de su hogar

- ¿Qué es? Un inventario de su hogar es un registro de sus posesiones
- Puede ayudar a agilizar y maximizar el pago de su reclamación, además de evaluar si tiene suficiente cobertura.
- ¿Cómo?:
  - Use un teléfono para tomar fotos o videos de sus pertenencias
  - Use una aplicación u otro medio para documentarlo
  - Guarde o tome fotos de sus recibos



Sitio web DFR  
Prepárese ahora  
(Prepare Now)



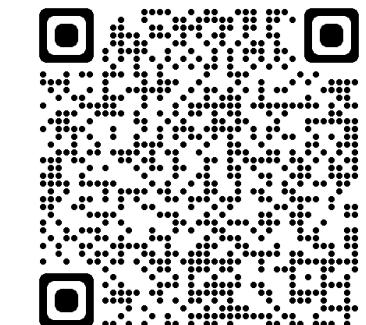
# Arme un kit financiero de primeros auxilios

- Reúna y guarde de forma segura copias de sus registros financieros y de identificación
- Separe dinero en efectivo para emergencias
- Guarde la información de contacto de las compañías de servicios públicos y los proveedores de servicios financieros
- Utilice la lista de verificación de preparación financiera de DFR:  
[dfr.oregon.gov/preparenow](http://dfr.oregon.gov/preparenow)

- |   |  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Identificaciones: licencias de conducir, seguridad social, pasaportes</li><li>• Actas de matrimonio/divorcio</li><li>• Actas de nacimiento</li><li>• Pólizas de seguro</li><li>• Títulos y registros de propiedad</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Documentos de préstamos e hipotecas</li><li>• Documentos de impuestos sobre la propiedad</li><li>• Declaraciones de impuestos</li><li>• Testamentos, directivas médicas anticipadas, poderes notariales</li><li>• Registros veterinarios, licencias para mascotas, información del microchip</li></ul> |
|---|--|

# Trabaje con su compañía de seguros

1. Tenga una copia de su póliza
2. Antes de hacer un reclamo, evalúe los costos/beneficios
3. Contacte a su compañía de seguros
4. Reduzca los daños: revise la sección de las responsabilidades del titular de la póliza.
5. Tome fotos, no se deshaga de nada
6. Guarde todos los recibos: alojamiento, comida, madera contrachapada, etc..



# Consejos para el proceso de liquidación



- Hay muchos factores que influyen en el tiempo de liquidación
- No se sienta apresurado o presionado para aceptar un acuerdo de liquidación
- Solicite aclaraciones cuando sea necesario
- Manténgase organizado y tome notas
- Solicite comunicación por escrito

# Tenga en cuenta: Ajustadores públicos y cesión de beneficios

- ¿Cuáles son los tipos de ajustadores y qué es lo que los consumidores deben saber sobre los ajustadores públicos?
- ¿Qué es una cesión de beneficios y qué es lo que deben saber los consumidores sobre firmar una?



# Trabajar con un contratista

- Tenga cuidado con las ofertas no solicitadas, con quienes aseguran estar aprobados por la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias (FEMA, Federal Emergency Management Agency) o de proveedores que vienen de fuera del estado
- Pida recomendaciones a sus amigos y familia
- Confirme que cuenten con licencia, seguro y fianza, y verifique si existen quejas en su contra
- Solicite tres cotizaciones por escrito con los detalles del trabajo que se realizará y asegúrese de resolver todas sus dudas
- Lea el contrato antes de firmarlo
- No realice el pago completo hasta que el trabajo haya sido terminado satisfactoriamente y no pague en efectivo



Verifique la licencia o presente una  
queja  
[oregon.gov/ccb](http://oregon.gov/ccb)

# Prevención de estafas

Cómo detectar y evitar estafas

# Los estafadores se aprovechan de la confusión y la disruptión

- Los desastres interrumpen la normalidad y generan desorientación.
- Ellos crean un sentido de urgencia, desesperación y confusión.
- Los estafadores aprovecharán este entorno y la vulnerabilidad de la víctima.



# Seis señales de que es una estafa - tácticas comunes

1. Lo contactan “de la nada”
2. Pretenden ser una organización que usted conoce
3. Lo presionan para que actúe de inmediato
4. Le dicen que lo mantenga en secreto
5. Insisten que el pago se realice de una manera específica: mediante transferencia bancaria, tarjeta de regalo o criptomonedas
6. Hacen que suene demasiado bueno para ser cierto



# Cuidado con las estafas comunes

- Estafas de contratistas
- Estafas de organizaciones benéficas falsas o recaudación de fondos
- Falsos representantes de gobierno, servicios públicos y seguros
- Falsos programas de ayuda
- Estafas de bienes raíces y alquileres
- Aumento excesivo de precios



# Identificar y manejar la desinformación y la información falsa



- Verifique la información en fuentes confiables incluyendo agencias de gobierno, organizaciones sin fines de lucro y canales de noticias
- Sea escéptico ante ofertas no solicitadas
- Evite dar clic en enlaces desconocidos
- Asista a las reuniones comunitarias o asambleas locales organizadas por los oficiales de respuesta ante desastres
- Tómese su tiempo para considerar la información y verificarla con su familia y amigos
- Informe a los demás

# Recursos: Publicación sobre cómo evitar estafas relacionadas con desastres



Aprenda más sobre:

- Tácticas de estafas más comunes
- Cómo verificar la licencia de un contratista
- Dónde reportar estafas durante desastres



Guía de Estafas en Desastres del  
Departamento de Regulación  
Financiera y Servicios al Consumidor y  
Negocios  
(DFR and CCB's Disaster Scams Guide)

# Reporte estafas o prácticas comerciales indebidas

- Repórtelas a la Comisión Federal de Comercio (FTC, Federal Trade Commission), al Departamento de Justicia (DOJ, Department of Justice) y a la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias (FEMA, Federal Emergency Management Agency)
  - reportfraud.ftc.gov
  - justice.oregon.gov/consumercomplaints
  - Línea directa para reportar fraudes relacionados con desastres de FEMA: 1-866-720-5721
- Si le pagó a un estafador, comuníquese con su banco, la compañía de transferencias electrónicas, el proveedor de tarjetas de regalo, etc., y pídale que reviertan el cargo o detengan el pago.
- Reporte estafas o levante quejas relacionadas con la construcción en oregon.gov/ccb
- Si le proporcionó al estafador información personal vaya a identitytheft.gov
- Haga un reporte policial

# Contacte a un defensor del consumidor

Teléfono:

**888-877-4894 (llamada gratuita)**

Correo electrónico:

**dfr.insurancehelp@dcbs.oregon.gov**

**dfr.financialserviceshelp@dcbs.oregon.gov**

En línea:

**dfr.oregon.gov**



Department of Consumer  
and Business Services

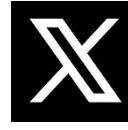
# Síganos en #OregonDFR



@Oregon Department of Consumer and Business Services  
(Departamento de Servicios para Consumidores y Negocios)



@Oregon Department of Consumer and Business Services



@OregonDCBS



@oregon\_dcbs



Suscríbase @Oregon Division of Financial Regulation  
(División de Regulación Financiera de Oregon)



# YOUR NEW JOB

STARTING YOUR  
FINANCIAL FUTURE



# Publicaciones de DFR

CONSUMER PROTECTION

A consumer's guide to  
**RENTERS INSURANCE**

DFR | Division of Financial Regulation  
Department of Consumer and Business Services

CONSUMER PROTECTION

Problems with  
your insurance or  
financial services?

We can help

dfr.oregon.gov

DFR | Division of Financial Regulation  
Department of Consumer and Business Services

CONSUMER PROTECTION

**OREGON INVESTOR GUIDE**

Strategies for Investing Wisely and  
Avoiding Financial Fraud

DFR | Division of Financial Regulation  
Department of Consumer and Business Services

Ayúdenos a mejorar

Use el código QR o el  
enlace para acceder a  
nuestra encuesta de  
satisfacción ¡Gracias!



Enlace:  
[dcbspage.org/dfrfeedback](http://dcbspage.org/dfrfeedback)

---

# El papel de la conexión comunitaria en la preparación para emergencias

Presentado por:

Christy da Rosa, Trabajadora Social Clínica con Licencia (Trauma Informed Oregon)

Ruby Nomani (Living Islands)

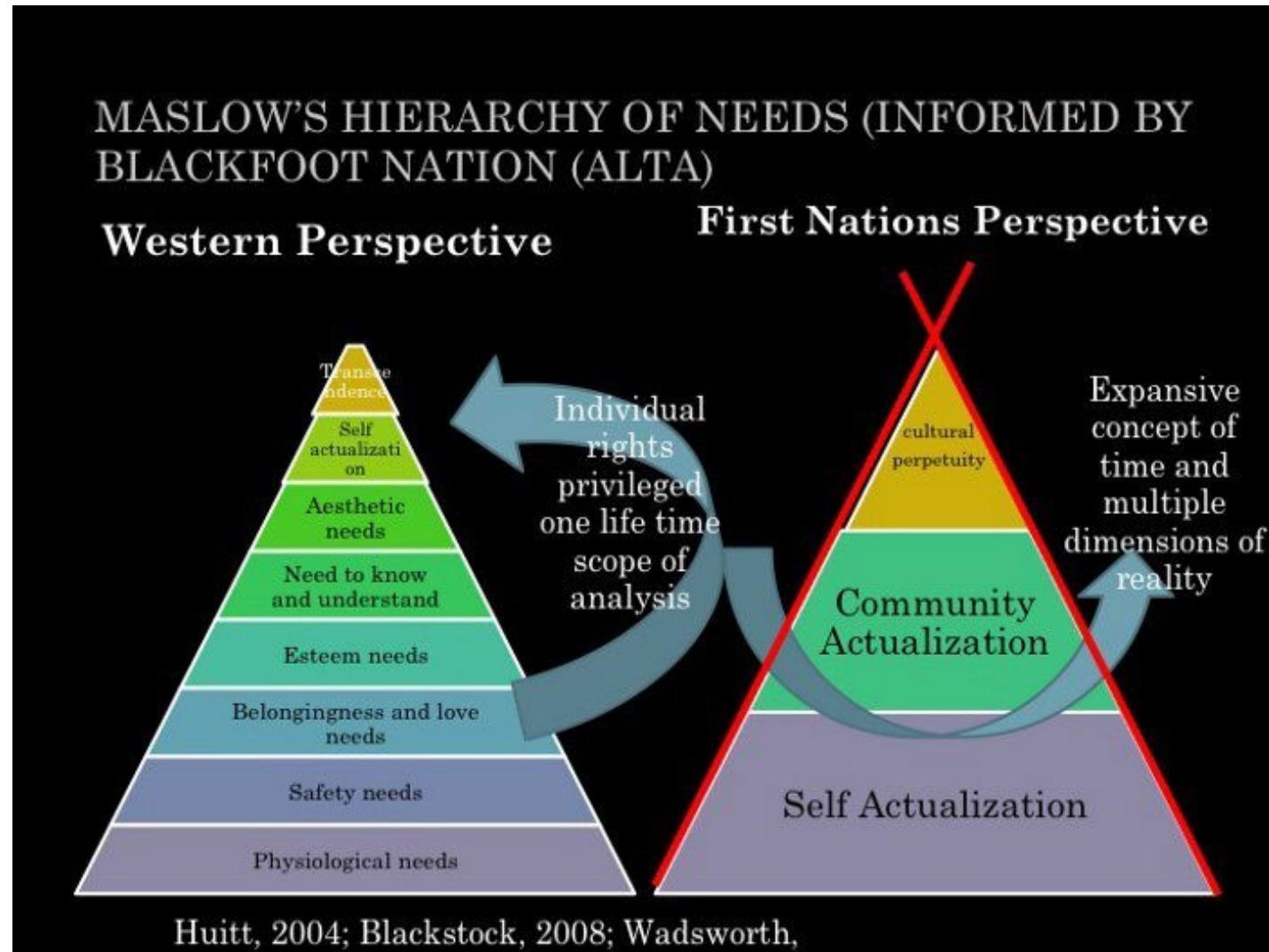


# Lecciones de los programas de supervivencia

¿Cómo podemos fortalecer la autoestima, el propósito, la corrección y las habilidades para resolver problemas?

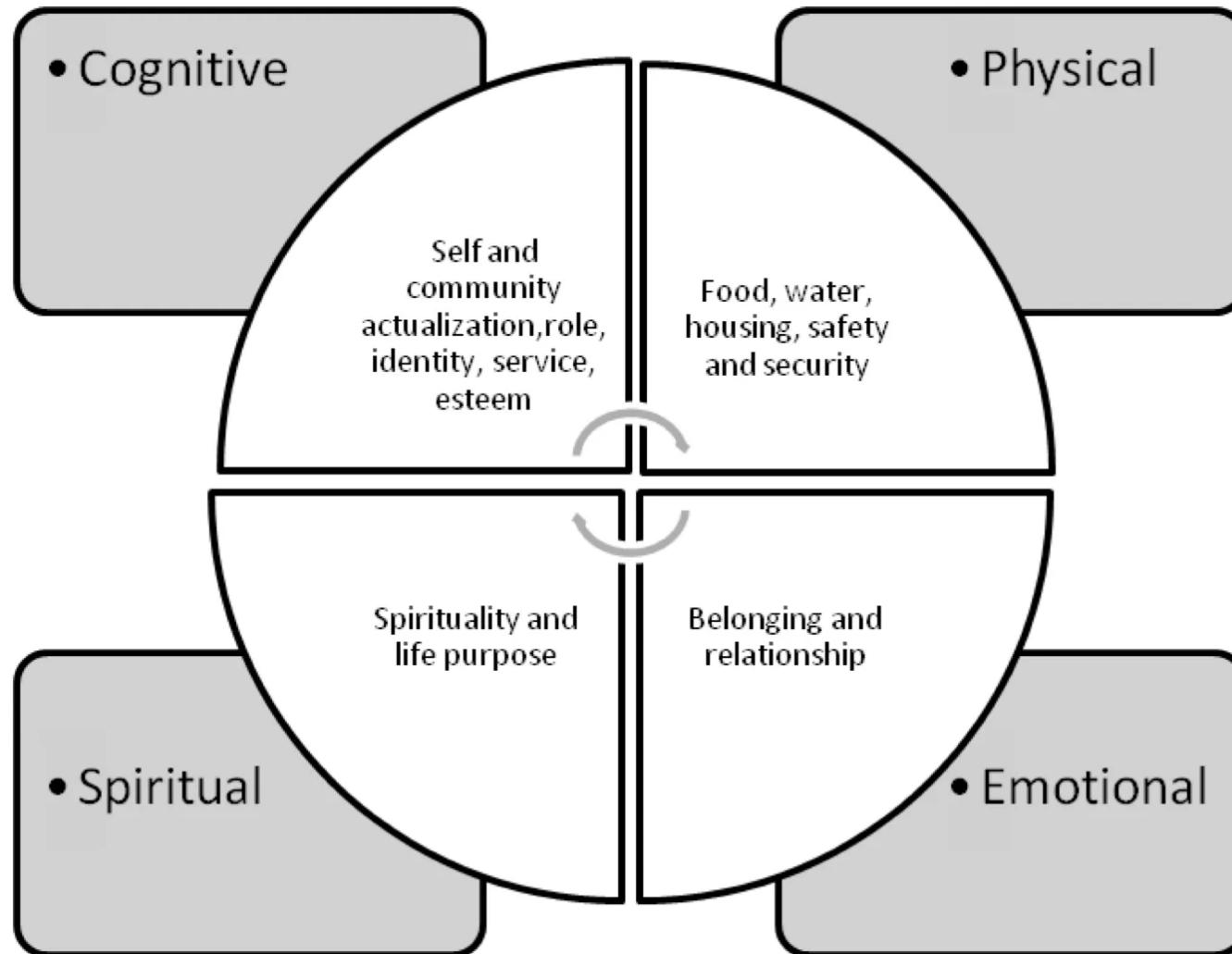


# Reimaginando la preparación: Más allá de los suministros físicos



Blackstock (2011)

# El carácter relacional de la preparación



Blackstock (2019)

# Aislamiento social: La emergencia escondida

- El aislamiento social entre los adultos mayores es una preocupación de salud pública (Smith et al., 2020).
- Estos problemas son comunes y están estrechamente relacionados con un riesgo elevado de mortalidad, comparable al de fumar o la obesidad (C. Behavioral & Loneliness in Older Adults, 2020).
- Aproximadamente el 25% de los adultos mayores de 65 años que viven en la comunidad están socialmente aislados, con factores de riesgo como vivir solos, la pérdida de seres queridos, afecciones crónicas y discapacidades sensoriales (C. Behavioral & Loneliness in Older Adults, 2020).

# El poder de la conexión comunitaria

La investigación demuestra que los adultos mayores con niveles más altos de apoyo social y participación comunitaria tienen más probabilidades de estar preparados para emergencias (Kim & Zakour, 2017).

Sin embargo, los adultos mayores socialmente aislados, especialmente aquellos que viven en áreas rurales, son los menos preparados y los más vulnerables ante los desastres (Staley et al., 2011).

Las organizaciones comunitarias y las asociaciones intersectoriales pueden desempeñar un papel vital en la llegar a los adultos mayores desatendidos y en brindarles apoyo durante las crisis, lo cual reduce el aislamiento social y mejora la preparación ante emergencias (Smith et al., 2020).

# Actualización de la comunidad

Para abordar el aislamiento social entre los adultos mayores en la preparación ante emergencias, debemos considerar:

1. Promover la conexión social como mensaje de salud pública
2. Movilizar recursos familiares y comunitarios
3. Desarrollar soluciones tecnológicas que sean accesibles para los adultos mayores
4. Involucrar a los proveedores de atención médica en la planificación de emergencias que contemple la conexión social
5. Utilizar las redes de servicios sociales para personas mayores para llegar a los adultos mayores desatendidos
6. Implementar estrategias de conectividad a distancia cuando la proximidad física no sea posible

# PREPARACIÓN PARA EMERGENCIAS

Ayudando a nuestros adultos mayores a través de la narración de historias



01

Resumen de la Iniciativa de Preparación y Planificación para Emergencias de Toda la Comunidad (WEPPi, Whole-community Emergency Preparedness and Planning Initiative)



Cómo preparar y guardar documentos importantes en caso de emergencia

02



Cómo preparar medicamentos y remedios en caso de emergencia

03



Cómo y qué comidas preparar y almacenar de forma segura en caso de emergencia

# PUNTOS CLAVE



PREPARACIÓN

VINCULACIÓN  
SOCIAL

COCREACIÓN

CREACIÓN DE  
SIGNIFICADO

NUESTROS  
ADULTOS  
MAYORES =  
LÍDERES

Plan de acción

# GRACIAS

Christy da Rosa, LCSW  
Trauma Informed Oregon  
[cda.rosa@pdx.edu](mailto:cda.rosa@pdx.edu)  
<https://traumainformedoregon.org/>

Ruby Nomani  
Living Islands  
[ruby@livingislands.org](mailto:ruby@livingislands.org)  
<https://livingislands.org/>

# Referencias

- Behavioral, C.B., & Adults, L.I. (2020). Social Isolation and Loneliness in Older Adults.
- Blackstock, Cindy. (2019). Revisiting the Breath of Life Theory. *British Journal of Social Work*, 49, 854–849.
- Blackstock, Cindy. (2011). The Emergency of the Breath of Life Theory. *Journal of Social Work Values and Ethics*, 8, 1.
- Government of Canada (2007, December 17). Rediscovering Blackfoot Science, How First Nations Helped Develop a Keystone of Modern Psychology. *Social Sciences and Humanities Research Council*. Accessed on 30 April 2025
- Ravilochan, T. (2021, June 18). *The Blackfoot wisdom that inspired Maslow's hierarchy*. Resilience.  
<https://www.resilience.org/stories/2021-06-18/the-blackfoot-wisdom-that-inspired-maslows-hierarchy/>
- Smith, M. L., Steinman, L. E., & Casey, E. A. (2020). Combatting social isolation among older adults in a time of physical distancing: the COVID-19 social connectivity paradox. *Frontiers in public health*, 8, 403.
- Staley, J. A., Alemagno, S., & Shaffer-King, P. (2011). Senior adult emergency preparedness: What does it really mean?. *Journal of Emergency Management*, 9(6), 47-55.
- Kim, H., & Zakour, M. (2017). Disaster preparedness among older adults: Social support, community participation, and demographic characteristics. *Journal of Social Service Research*, 43(4), 498-509.



Para más información sobre cómo desarrollar su preparación personal, consulte el programa Estar Preparado por 2 Semanas (Be 2 Weeks Ready) de Oregon Department of Emergency Management (OEM):

[www.Oregon.gov/oem/Be2WeeksReady](http://www.Oregon.gov/oem/Be2WeeksReady)



B2WR | ASL | Unit 1 - Preparing to Prepare

Be 2 Weeks Ready Oregon 10 subscribers

UNIT 1

# PREGUNTAS Y RESPUESTAS

Si tiene una pregunta que no cubrimos, por favor envíela a [community.preparedness@oem.Oregon.gov](mailto:community.preparedness@oem.Oregon.gov), y lo pondremos en contacto con la persona adecuada.



Gracias a los socios quienes hicieron posible este evento



Oregon State University  
Extension Service





GRACIAS

[Community.preparedness@oem.Oregon.gov](mailto:Community.preparedness@oem.Oregon.gov)