Las emergencias por calor y tú: Parte 2

ASAN
AUTISTIC SELF ADVOCACY NETWORK

THE PARTNERSHIP
FOR INCLUSIVE DISASTER STRATEGIES

Acceso al idioma

- Interpretación en español
- Interpretación en lengua de señas estadounidense (ASL)
- Subtítulos CART en inglés y español

Acceso al idioma

Para escuchar la interpretación:

- Haz clic en el icono del globo terráqueo, "Interpretation".
  - Elija el canal de su idioma.
  - Si utiliza un teléfono o una tableta, haga clic en "done" o listo.
- Si no puede oír al intérprete en su canal, por favor pida ayuda en el chat o levante la mano.

Acceso al idioma

Si no puede acceder al chat y necesita apoyo técnico, por favor escríbanos a priya@disasterstrategies.org.

Acceso al idioma

Los intérpretes de lengua de señas estadounidense ya están destacados.

Para ajustar el tamaño de las diapositivas y los cuadros de Zoom:

- Arrastre el divisor que separa a los presentadores y intérpretes de las diapositivas.

Acceso al idioma

Para acceder a los subtítulos en inglés de CART:

- Haga clic en el botón situado en la parte inferior de la pantalla con el icono "CC" para iniciar los subtítulos.
- Haz clic en el enlace del chat.

Para acceder a los subtítulos en español de CART:

- Haz clic en el enlace del chat.

Palabras de bienvenida

Agenda:

- Introducción: ¿por qué el calor y la discapacidad?
- Kit de herramientas de seguridad
- Informe de políticas
- Documento sobre autismo y cambio climático
- Preguntas y respuestas

Introducción al proyecto

Recursos de Enfriando la Crisis

Informes de políticas y hojas informativas en:

- Lenguaje formal
- Lenguaje sencillo
- Lectura fácil

Encuéntralos aquí: **https://disasterstrategies.org/2026-enfriando-la-crisis/**

¿Qué son las emergencias por calor?

- Las **emergencias por calor** son situaciones donde el calor extremo y la humedad crean un riesgo para la salud de las personas.
- Heat.gov dice que el "**calor extremo**" es cuando hay 2 días o más con temperaturas por encima de 90°F (32°C).

¿Para quién es más peligroso el calor extremo?

- El calor hace que sea difícil para el cuerpo de la gente mantenerse fresco.
- Cuando la gente suda, pierden agua y **electrolitos**.
    - Los electrolitos son sustancias quimicas que tu cuerpo necesita para funcionar.
- Más personas mueren por el calor que cualquier otros tipo de emergencias del clima.

¿Para quién es más peligroso el calor extremo?

- Algunas personas tienen más riesgo por el calor que otras:
  - Personas mayores
  - Niñes
  - Personas con discapacidad
  - Personas que trabajan afuera
  - Personas sin vivienda
  - Personas en instituciones o prisiones
  - Personas que viven en lugares muy calientes

Hojas informativas de seguridad

¿Por qué las personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo están en más riesgo?

- Condiciones de salud / medicamentos
- Condiciones de vida
  - Vivienda inestable, hogares comunitarios o instituciones
- Trabajos de alto riesgo
  - Trabajo al aire libre
  - Poco acceso a lugares frescos (como en almacenes)

¿Por qué las personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo están en más riesgo?

- Discapacidades de comunicación
  - Difícil comunicar molestia por el calor
  - Cambios de comportamiento llamados “difíciles”

¿Por qué las personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo están en más riesgo?

- Conocimiento sobre los peligros del calor
  - Personas
  - Apoyantes/cuidadores
  - Proveedores
- Falta de información accesible

Pasos para mantenerse segure

- Hacer un plan para mantenerse segure durante el calor
  - Saber cómo te vas a comunicar
- Mantenerse hidratade
- Usar protector solar
- Buscar atención médica si te sientes mal

Cómo mantenerse fresque

- Cómo acceder al aire acondicionado
  - Encontrar un centro de enfriamiento
  - Ayudas estatales para tener aire acondicionado en el hogar
- Otras estrategias para mantenerse fresque

Dónde conseguir ayuda

- Centros de Vida Independiente
- 211 y 311
- Organizaciones de derechos de las personas con discapacidades (para problemas relacionados con el calor en instituciones)
- Consejos Estatales sobre Discapacidades del Desarrollo
- Líneas directas para desastres

Enfriando la crisis: Un informe de políticas

Por qué creamos este informe

El calor extremo es una emergencia mortal:

- El calor extremo es la principal causa de muerte relacionada con el clima en los Estados Unidos
- Las personas con discapacidades se ven afectadas de manera desproporcionada
- Las personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo enfrentan riesgos adicionales

Por qué creamos este informe

Sin embargo, muchas veces se planifica para las emergencias por calor sin tomar en cuenta a las personas discapacitadas.

¡Tenemos que cambiar esto!

¿Para quién es esta guía?

Este informe fue escrito para:

- Defensores de los derechos de las personas con discapacidades
- Abogades de derechos de las personas con discapacidades
- Responsables de políticas públicas
- Profesionales de salud pública
- Cualquier persona que quiera entender mejor y abordar los riesgos del calor extremo para las personas con I/DD.

Cómo está organizado el informe

El informe comienza explicando el problema y luego presenta cómo podemos cambiarlo.

Entendiendo el problema:

- Definiciones y términos
- Lo que sabemos sobre cómo el calor afecta de manera desproporcionada a las personas discapacitadas
- Por qué el calor puede ser más peligroso para las personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo

Cómo está organizado el informe

Cambiando el problema:

- Políticas y factores estructurales que aumentan el riesgo
- Conclusión y llamado a la acción

Primero, explicamos el problema

En la Sección II: Falta de conocimiento, analizamos por qué el calor extremo no se toma tan en serio como otros desastres.

Primero, explicamos el problema

En la Sección II cubrimos:

- Falta de información en los mensajes de salud pública
- Falta de información sobre el calor específica para personas con discapacidades
- Poco conocimiento sobre este tema entre responsables de políticas públicas y defensores de derechos
- Las consecuencias de dejar fuera de la planificación a las personas con discapacidades intelectuales

Luego, explicamos algunas de las razones por las que el calor es peligroso

La Sección III cubre factores relacionados con la discapacidad y el ambiente, como:

- Sensibilidad al calor
- Movilidad
- Comunicación
- Medicamentos
- Equipos médicos que dependen de la electricidad
- Salud mental
- Apagones

El corazón del informe

La Sección IV: Políticas, factores estructurales y dinámicas sociales analiza importantes factores de riesgo:

- Interseccionalidad
- Exclusión de las personas con discapacidades
- Pobreza
- Estar sin vivienda
- Escuelas sin suficiente enfriamiento
- Entornos congregados segregados
- Prisiones y cárceles

¿Cómo son las recomendaciones?

Algunos ejemplos incluyen:

- Información sobre el calor que sea accesible y útil
- Centros de enfriamiento accesibles
- Transportación accesible
- Fondos para equipos de enfriamiento
- Planificación para el calor liderada por personas discapacitadas

¿Cómo son las recomendaciones?

- Roles remunerados para que las personas con I/DD participen en la toma de decisiones
- Protecciones contra el calor en las escuelas
- Protecciones más fuertes en entornos congregados
- Colaboraciones comunitarias entre organizaciones de personas con discapacidades y el gobierno

Qué esperamos que hagan con estos recursos

Léanlos. Compártanlos. Úsenlos.

Úsenlos en:

- La planificación para el calor
- El trabajo de salud pública
- La defensa de los derechos de las personas con discapacidades
- El manejo de emergencias
- El desarrollo de políticas
- Las conversaciones comunitarias

Qué esperamos que hagan después

Y lo más importante:

Incluyan a las personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo en la toma de decisiones.

El informe pide específicamente que las personas discapacitadas tengan roles de liderazgo y participen en la toma de decisiones durante todo el proceso de planificación e implementación para las emergencias por calor.

Calor, discapacidad y seguridad climática

Hari Srinivasan

Cuando las alertas de calor no son suficientes

- El calor es cada vez más peligroso
- El calor afecta de distintas maneras a las personas discapacitadas
- ¿Cómo se ve la seguridad real?

El calor ya está aquí

- En la casa, el trabajo y la escuela
- En autobuses/guaguas y trenes
- El calor puede hacer que te enfermes muchísimo

La presentación de hoy se basa en mi artículo

- Silent Signals (señales silenciosas)
- Autismo, discapacidad y seguridad ante el cambio climático
- Investigación y experiencia vivida



Cuando el cielo se volvió naranja

- Crecí en San Francisco
- El humo de los incendios forestales cambió la vida diaria
- Era peligroso respirar el aire



¿A dónde van les autistas disca?

- Un poema que escribí durante la temporada de incendios forestales (en mi blog)
- "¿A dónde voy si esto me pasa?"
- "¿Cómo te preparas para las sensibilidades sensoriales y la ansiedad?"

El acceso es más que tener una puerta abierta

- ¿Las personas pueden usar el lugar?
- ¿Pueden conseguir lo que necesitan?



Poder llegar también es parte del acceso

- Transportación a un lugar seguro
- Transportación accesible
- Traer los apoyos que necesitas

Discapacidad no significa automáticamente peligro

- No automáticamente en peligro
- Alertas y lugares frescos
- Falta de apoyos
- Que no nos crean

Los consejos sobre el calor suponen un tipo de cuerpo

- Presta atención a las señales de tu cuerpo
- Saber cuándo te estás enfermando
- Actuar rápidamente

Los consejos sobre el calor suponen un tipo de vida

- Vivienda segura
- Aire acondicionado
- Dinero para la electricidad
- Tiempo y alguien a quien llamar

Mantenerse segure es como una cadena

- Estár expueste al calor
- Notar el peligro
- Hacer algo para protegerte
- Buscar apoyo

Una alerta no es un plan

- Una alerta es información
- Las personas necesitan una manera de cómo actuar
- Los apoyos deben estar listos

Nuestro cuerpo responde antes de que lo notemos

- El cuerpo mismo intenta enfriarse
- Sudamos
- Latemperatura del cuerpo puede subir
- Termorregulación

Una palabra científica: Interocepción

- Notar lo que pasa dentro de tu cuerpo
- Sentir sed
- Sentir dolor, cansancio o demasiado calor

Cuando no te das cuenta

- Estaba afuera durante un calor extremo
- No me di cuenta de que mi cuerpo estaba demasiado caliente
- Estuve cerca de tener un golpe de calor

Las personas autistas pueden sentir el calor de diferentes maneras

- Algunas sienten mucho el calor
- Algunas tardan más en notarlo
- Diferentes cuerpos, diferentes necesidades

La comunicación y los cambios de comportamiento pueden ser señales del calor

- El estrés puede hacer más difícil comunicarse
- Las personas se comunican de diferentes maneras
- Los cambios de comportamiento pueden ser una señal

Seguridad necesita más de una alerta

- Alertas del tiempo
- Comuniciones a menudo
- Planes para mantenernos fresques
- Personas de apoyo

Silent Signals muestra lo que falta en losplanes

- El calor incluye el cuerpo
- Notar el peligro
- Entender el peligro
- Recibir apoyo

Lo que planes dejan fuera

- Las personas discapacitadas son llamadas "en riesgo"
- Pero quizá se haya dejado fuera de los planes
- Se pierde información importante

El marco AAIR

- Acceso
- Agencia
- Innovación
- Recuperación

Acceso

- Alertas útiles
- Formas de mantenernos fresques
- Atención médica y servicios de emergencia

Agencia

- Una participación real en la toma de decisiones
- Ayudar a crear el plan
- Decidir qué debe pasar después

Innovación

- Aprender de las personas discapacitadas
- Aprender de las comunidades
- Apoyar nuevas ideas

Recuperación

- Mantener nuestros servicios continuando
- Reemplazar lo que perdimos
- Ayudar a las personas a reconstruir

AAIR cambia la pregunta

- No preguntar solamente "¿Quién está en riesgo?"
- Preguntar "¿Qué es lo que nos lo previene?"
- Crea más de un camino a la seguridad

La seguridad es responsabilidad compartida

- Personas discapacitadas y familias
- Ciudades y organizaciones
- Todes tenemos una responsabilidad

Cuatro preguntas para cada plan

- ¿Quién puede no recibir esta alerta?
- ¿Quién puede que no pueda actuar?
- ¿Quién puede no poder usar este lugar?
- ¿Estuvieron involucradas las personas discapacitadas?

La seguridad climática debe incluir a todes

- Diferentes cuerpos
- Diferentes maneras de comunicarnos
- Más de una manera hacia la seguridad

Preguntas y respuestas

Recursos de Enfriando la Crisis

Informes de políticas y hojas informativas en:

- Lenguaje formal
- Lenguaje sencillo
- Lectura fácil

Encuéntralos aquí: **https://disasterstrategies.org/2026-enfriando-la-crisis/**

Tus comentarios nos ayudan



https://qrco.de/bgys6B

¡Gracias por escuchar! ¿Tienen alguna pregunta?

Autistic Self Advocacy Network

https://autisticadvocacy.org/
info@autisticadvocacy.org

La Alianza para Estrategia Inclusivas ante Desastres

https://disasterstrategies.org
info@disasterstrategies.org