

# Preparación para Emergencias

## Lista de verificación para Empacar

### Medicinas

- Insulina de acción prolongada (por ejemplo, Lantus, Basaglar) incluyendo la insulina de respaldo
- Insulina de acción rápida (por ejemplo, Humalog/Novolog)
- Medicamentos contra las náuseas (si son recetados por el proveedor)
- Kit de glucagón
- Todos los demás medicamentos recetados

### Suministros para la diabetes

- Glucómetro, baterías, tiras reactivas y lancetas
- Tiras reactivas de cetonas
- Alimentos y bebidas impercederas
- Jeringas o agujas para plumas y contenedor para la eliminación de objetos punzantes
- Toallitas con alcohol
- Abrelatas manual si se llevan alimentos enlatados
- Tabletas de glucosa u otros carbohidratos impercederos de acción rápida

### Suministros para bomba y monitoreo continuo de glucosa (CGM por sus siglas en inglés)

- Si es usuario de una bomba: suministros de la bomba de insulina e insulina de respaldo
- Si es usuario de CGM: suministros de CGM, glucómetro de respaldo y suministros para prueba
- Baterías y cargador. Considere un cargador portátil si su bomba/CGM tiene una batería recargable

### Documentos en bolsa impermeable

- Información de contacto de la clínica de diabetes y la farmacia
- Lista de suministros para la diabetes
- Información de contacto de Emergencia para familiares y amigos
- Lista de medicamentos recetados (con dosis o configuración de la bomba)
- Tarjetas de Seguro médico y de prescripción

### Observación:

Debe de llevar un mínimo de 2 semanas de suministros

### Consejo:

Guarde la insulina en una hielera impermeable o en una bolsa refrigerante (por ejemplo, FRIO Pack®).

### Recursos adicionales:

Para más información sobre preparación para emergencias, visite:

American Diabetes Association  
[diabetes.org](http://diabetes.org)

Juvenile Diabetes Research Foundation  
[jdrf.org](http://jdrf.org)

Federal Emergency Management Agency (FEMA)  
[fema.gov](http://fema.gov)

Red Cross  
[redcross.org](http://redcross.org)

**Diabetes Line**  
**832-822-3670**



**YADP**  
Young Adult Diabetes Program



This program is supported by a generous grant from MD Anderson Foundation.

© 2024 Texas Children's Hospital. All rights reserved. DIAB-19605-24

