

‘Héroes con manta y comida caliente’: las Unidades de Emergencia Social de Cruz Roja

- **Hasta marzo de 2023, Cruz Roja tendrá en marcha la campaña de información y seguimiento a la población ‘Yo me protejo’, con consejos para paliar los efectos del frío**

21 de diciembre de 2022. Las olas de frío y de calor son especialmente sufridas por las personas más vulnerables. Con las bajadas de temperaturas, las **personas en situación de calle** sufren acusadamente las consecuencias. Para paliar todos los efectos que provoca en ellos y ellas esta situación, Cruz Roja cuenta con las Unidades de Emergencia Social (UES), encargadas de **repartir entre las personas sin hogar comida caliente, ropa de abrigo si fuera necesario y lo más importante para estas personas: atención.**

El seguimiento diario que hace el voluntariado de Cruz Roja, **durante todo el año**, de las personas en situación de calle es uno de los aspectos más valorados por quienes se encuentran en esta situación, y es que **“no tiene precio que se acuerden de ti cuando no se acuerda nadie”**, afirma y sufre Víctor, uno de los usuarios que Cruz Roja atiende en Ciudad Real. Como él, son **más de 16.783 personas las atendidas en el año 2022**, un número similar al del 2021, cuando se intervino con más de 16.000 personas, casi la mitad, de los cuales un 22% eran mujeres. Víctor, que antes de encontrarse en la calle era fisioterapeuta, ahora agradece la visita diaria que le hacen los voluntarios y voluntarias de Cruz Roja, aunque le despierten a última hora de la tarde, **“que vengan a verte y te traigan cosas, nadie sabe lo que vale más que el que lo sufre...no sé ni cómo explicarlo”**.

A él le atienden Luís, Esperanza y Mercedes, pero los grupos se realizan en función del voluntariado que hay disponible cada día; eso sí, nunca falta quien haga ronda diaria que lleve una dieta variada en la que se incluya un caldo o leche caliente para cenar. El recorrido es fijo y siempre a la misma hora **“así pueden saber, aproximadamente, por dónde pasaremos”**, ya que al vivir en la calle no existe un punto de encuentro en el que atenderles, sino que son las propias personas voluntarias de Cruz Roja las que **recorren las calles de las ciudades en su búsqueda.**

“Sobre todo necesitan que alguien les escuche, incluso que los mimen, porque cuando les das un trato especial se vienen arriba”, destaca Mercedes en una de las frías noches de invierno en las que lleva la cena junto a Esperanza, **“nos cuentan que han hecho en el día, y llegas a conocer por qué se encuentran en esa situación”**, algo que Luis califica como **la necesidad más humana** de estas personas **“y es que a veces**

no hay quien hable con ellos en todo el día, y entablar esa conversación es un apoyo humano, y si no estamos nosotros, no hay nadie que se preocupe por ellos”.

Detrás de esa conversación, además se encuentra la tarea de **identificar posibles problemas de salud, conducta, o cualquier otra situación** que el voluntariado de Cruz Roja tiene presente en todo momento en las **38 provincias** en las desarrolla este proyecto. Además, existen **759 plazas disponibles en alojamientos temporales** para los momentos críticos en 16 provincias, y **31 centros de días** con los que poder ofrecer servicio de ducha, lavandería o comedor cuando se necesita. En otras ocasiones, Cruz Roja facilita el transporte hasta plazas y alojamientos gestionados por otras entidades y administración con el mismo fin, ya que colabora con otras ONG y administraciones públicas de todos los niveles pertenecientes a la red de atención de personas sin hogar.

Hacerlo posible es tarea de las **15.000 personas voluntarias** de todo el territorio nacional comprometidas con las personas sin hogar, que realizan la atención de manera individualizada en el mismo lugar en el que se encuentran; suelen tener diferentes horarios, y abarca la atención nocturna en invierno, y las horas centrales de calor en verano.

Las ‘Unidades de emergencia social’

Además de realizar la atención diaria, Cruz Roja se mantiene **siempre alerta para la detección de nuevos casos**: se realiza una búsqueda directa de las personas que se encuentran en la calle, teniendo en cuenta que el espacio público tiene diferente uso según el género, por lo que se cuenta con unidades especialistas en esta realidad.

La entrega de productos de **alimentarios, higiene masculina y femenina, vestuario, elementos de abrigo como mantas o sacos de dormir, sanitario y preventivo de la COVID-19**, o la cobertura de necesidades básicas son las atenciones más destacadas que se desarrollan los 365 días del año en todas partes.

En el caso de detectar casos susceptibles de atención más específica (sanitaria, social, etc..) se realizan las derivaciones oportunas para su correcta ayuda, disponiendo de protocolos diferenciados en función del tipo de vulnerabilidad y los riesgos a los que se enfrenta, ya que no es lo mismo hablar de mujeres, personas con discapacidad o personas con síntomas compatibles con la COVID-19.

Más allá de la atención, los equipos de las ‘Unidades de emergencia social’ informan y orientan sobre todos los recursos existentes de los que pueden hacer uso para obtener más servicios y atenciones, contándoles a cuáles tiene derecho, con especial relevancia a los de atención de emergencia por situación de violencia de género o de protección a la mujer ante situaciones de exclusión residencial.

Recursos fijos: la reinserción de las personas sin hogar

De manera paralela, existen una serie de puntos de referencia a la que pueden acudir las personas sin hogar a realizar sus demandas. Desde estos espacios, se desarrolla un trabajo más profundo de atención social, seguimiento y acompañamiento, para iniciar procesos de cambio de roles, empoderamiento, etc. En general, se realizan actividades de **información, orientación, mediación, asistencia, o capacitación, y en paralelo además se entregan ayudas económicas o de bienes básicos** abarcando las áreas social, económica, sanitaria, la vivienda, el desarrollo personal, el ámbito jurídico, la relación formativa o el empleo, con un plan personalizado con objetivo de menor a mayor exigencia, y en función de las capacidades, necesidades y contexto de cada persona.

Cabe destacar que desde la implantación del ingreso mínimo vital es muy importante la labor de información, asesoramiento y facilitación de trámites para el acceso al mismo, así como a otras rentas o prestaciones económicas a las que pudieran tener derecho.

‘Yo me protejo’, la campaña para toda la sociedad

Cada año, el intenso frío y las bajas temperaturas ponen en riesgo la salud de muchas personas.

La campaña **‘Yo me protejo’** de Cruz Roja se renueva con el mensaje esencial que transmite a la población general y a sus usuarios y usuarias, para **mejorar los hábitos saludables y evitar conductas de riesgo en la población vulnerable** relacionados con el impacto negativo de las bajas temperaturas.

La campaña se ha iniciado este 19 de diciembre y estará activa **hasta finales de marzo de 2023**, en función de las necesidades que se consideren en cada ámbito territorial.

A través de llamadas telefónicas, además de facilitar consejos, Cruz Roja también quiere conocer la situación de **pobreza energética** de las personas a las que se dirige para poder darles una respuesta inmediata a quienes indiquen ‘falta de recursos para mantener la temperatura’; forma parte de su compromiso habitual, pero se incrementa en el marco del plan Cruz Roja **Reacciona** (dotado de 8 millones de euros iniciales) ante la crisis actual provocada por la inflación, la crisis de Ucrania o los efectos medioambientales.

Ésta es una muestra del trabajo transversal que Cruz Roja realiza en todas sus áreas, detectando problemas que van desde el área de Inclusión Social, hasta el de la Salud, pasando por Marca y Comunicación que difunde a través de sus medios y redes sociales los principales consejos y pautas a tener en cuenta durante las olas de frío.

Las bajas temperaturas disminuyen las defensas y favorecen muchas enfermedades respiratorias (resfriados, gripe, bronquitis, neumonía...), y causan más mortalidad que las olas de calor. Prevenir los

efectos negativos de las bajas temperaturas es sencillo siguiendo **consejos básicos** relacionados con la **alimentación saludable, una correcta vestimenta, o la actividad dentro y fuera del hogar.**

- Si te encuentras mal, mantén la actividad que estés haciendo e intenta resguardarte mientras pides ayuda.
- Si una persona se encuentra mal:
 - Vigila las constantes vitales.
 - Cambia las ropas si están mojadas y abriga adecuadamente a la persona.
 - Proporciona bebidas calientes, nunca comidas ni bebidas estimulantes (chocolate, café, té, etc.) ni alcohol.
 - Coloca bolsas de agua caliente, debidamente aisladas para prevenir quemaduras; evita los baños y duchas calientes (implican riesgo de colapso) y no masajees las extremidades.
 - Traslada a la víctima a un centro hospitalario lo antes posible.
 - Si está inconsciente aplica los protocolos básicos de primeros auxilios para el mantenimiento de constantes y consigue ayuda médica urgentemente
- Tu alimentación e hidratación
 - Bebe líquidos calientes, incluyendo agua, siempre que no exista contraindicación médica.
 - Toma una alimentación variada y equilibrada que te aporten la energía necesaria para combatir el frío (legumbres, sopa, etc.), consumiendo diariamente fruta.
 - Evita el consumo de bebidas alcohólicas, ya que reducen la vasodilatación periférica, aumentando la pérdida de calor corporal
- Tu vestimenta
 - Protege las zonas del cuerpo más sensibles al frío intenso, por ser las más alejadas del corazón, como: mejillas, nariz, orejas y dedos de las manos.
 - Usa ropa ligera, no apretada y que transpire (en lugar de ropa ajustada a la piel, utiliza varias prendas de ropa, una encima de otra, para que circule el aire y que éste funcione como aislante).
 - Protege la cabeza, manos y pies.
 - Emplea un calzado impermeable, antideslizante, cómodo y que no te apriete.
 - En función de la actividad que vayas a desarrollar, viste ropa que también te proteja del viento y de la lluvia
- Organizando tus actividades en el exterior (calle, campo, etc.)

- Centraliza las actividades en el exterior durante las horas en las que se registren temperaturas más elevadas, evitando las exposiciones prolongadas al frío y los cambios bruscos de temperatura.
- Si tienes que hacer actividades en el exterior durante las horas de frío no olvides procurar:
 - Resguardarte del frío y la humedad.
 - Evitar la entrada de frío en los pulmones.
 - Abrigarte con vestimenta y calzado adecuados, y tomar las precauciones oportunas ante el hielo.
 - Si necesitas un bastón para caminar, cambia la pieza plástica del extremo inferior del mismo para prevenir los resbalones y caídas.
 - Beber líquidos calientes y azucarados, evitando las bebidas alcohólicas.
 - Permanecer en movimiento, pero evita realizar ejercicios físicos excesivos (porque el frío perjudica a la circulación sanguínea).
 - Evitar transitar zonas de umbría, congeladas, etc.
- En el hogar
 - Permanece en las estancias más calientes (provistas de radiador, calefacción, etc.) o donde puedas abrigarte.
 - Cierra las puertas, ventanas, persianas, toldos, cortinas... evitando que las corrientes de aire o agua entren.
 - Ventila diariamente las diferentes estancias para renovar el aire y evitar la acumulación de CO₂, si utilizas braseros o chimenea
 - Asegúrate del correcto funcionamiento de las estufas (eléctricas, de gas, etc.), mantenlas alejadas de tejidos o elementos inflamables, apágalas durante la noche.
 - Evita que la habitación se reseque en exceso; pon algún recipiente con agua.
- Durante los viajes
 - Viaja en transporte público o, si lo haces en coche, en compañía.
 - Infórmate de la situación meteorológica y del estado de las carreteras, así como de puntos para el descanso o refugio.
 - Evita, en la medida de lo posible, viajar en condiciones meteorológicas adversas.

- Revisa el vehículo previamente, asegurándote de su adecuado funcionamiento (neumáticos, frenos, luces, etc.) y de otros aspectos básicos como que el depósito está lleno, las cadenas y la batería del móvil cargada.
 - Utiliza la calefacción, pero abre las ventanas periódicamente (cada 1 o 2 horas aproximadamente) para ventilar el interior unos segundos.
 - Presta especial atención a los cambios bruscos de temperatura que se producen al entrar y salir del vehículo, bajando progresivamente la temperatura del interior.
 - Cuando hagas un viaje largo descansa, lleva líquidos azucarados y calientes.
 - Nunca dejes a niños/as ni a personas mayores en el interior de un vehículo cerrado.
- Y si habitualmente tomas medicación,
 - Sigue tomando tus medicamentos y evita automedicarte, recurriendo en caso de duda a tu personal médico de referencia.
 - Consulta a tu médico/a acerca de las medidas suplementarias que debes adoptar

RECURSOS AUDIOVISUALES

Una noche con la UES de Cruz Roja en Ciudad Real

<https://fb.watch/hwsJlagEqf/>

Preparativo UES Córdoba

<https://flic.kr/p/2iUTjvW>

Atención personas sin hogar en Alicante

<https://flic.kr/p/2iSP1H6>

Preparación de alimentos para personas sin hogar, Alicante

<https://flic.kr/p/2iSpHpv>

Albergue para personas sin hogar, Vitoria

<https://flic.kr/p/2iQcsVM>

entrega de bienes de primera necesidad a personas sin hogar

<https://flic.kr/p/2iMUsls>

atención a personas sin hogar, Alicante

<https://flic.kr/p/2ijdMCK>

voluntario con personas sin hogar

<https://flic.kr/p/2iSFQUD>

voluntarias con personas sin hogar

<https://flic.kr/p/2iNaMhH>

Sobre Cruz Roja

Cruz Roja representa el mayor movimiento humanitario, ciudadano e independiente del mundo. Lleva 158 años colaborando con entidades públicas y privadas para que la humanidad y la dignidad llegue a todas las personas en cualquier lugar y en todo momento y circunstancias.

En España, Cruz Roja cuenta con más de 256.000 personas voluntarias y más de 1.250 puntos de atención en todo el territorio, que permiten atender anualmente a casi 15 millones de personas en todo el mundo. Todo ello con el apoyo de cerca de 1,4 millones de socios, empresas y aliados en todos los sectores de la sociedad.

Cruz Roja ha lanzado el plan 'Cruz Roja **Reacciona**: una respuesta directa, inmediata y cercana ante la crisis' provocada por la pandemia, el cambio climático y el conflicto en Ucrania para responder a las crecientes necesidades de la población en el contexto de incremento sostenido de los precios de bienes y servicios básicos. En una primera fase, Cruz Roja pretende atender las necesidades de más de 100.000 personas con un presupuesto inicial de 8 millones de euros. Ante la necesidad básica urgente, Cruz Roja **Reacciona** ayuda a su cobertura inmediata con la entrega de bienes y ayudas económicas; fomenta el conocimiento de medidas que reducen el nivel de necesidad o amplía los recursos de cada persona para mejorar su situación; promueve la autonomía de las personas, a fin de que lideren su propio proceso de cambio; y busca ser una respuesta inmediata con vocación de transformación duradera, implementando acciones que consoliden los cambios.

Cruz Roja Española pertenece al Movimiento Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja presente en 192 países. Actuando siempre bajo sus siete Principios Fundamentales: Humanidad, Imparcialidad, Neutralidad, Independencia, Carácter Voluntario, Unidad y Universalidad.