



# Voluntarios, ¡manténgase a salvo!

Guía sobre seguridad  
para voluntarios

[www.ifrc.org](http://www.ifrc.org)

Salvar vidas, cambiar mentalidades.



Federación Internacional de Sociedades  
de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

*La Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja desea sentido de expresamente agradecer a la Cruz Roja Británica por su apoyo y compromiso con esta publicación*

© **Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja, Ginebra, 2012.**

Se puede realizar copias de todo o parte de este documento para uso no comercial, siempre que se cite la fuente. La Federación Internacional agradecerá que todas las solicitudes a este respecto se dirijan a la Secretaría de la Federación Internacional ([secretariat@ifrc.org](mailto:secretariat@ifrc.org)).

Las opiniones y recomendaciones expresadas en esta guía no representan necesariamente la política oficial de la Federación Internacional ni de las Sociedades Nacionales de la Cruz Roja o de la Media Luna Roja. Las designaciones y mapas utilizados no suponen la expresión de ninguna opinión por parte de la Federación Internacional ni de las Sociedades Nacionales con respecto a la condición jurídica de algún territorio o de sus autoridades. Todas las fotografías utilizadas en este estudio son propiedad de la Federación Internacional salvo indicación en contrario.

Apartado postal 372  
CH-1211 Ginebra 19  
Suiza  
Teléfono: +41 22 730 4222  
Fax: +41 22 733 0395  
Correo electrónico: [secretariat@ifrc.org](mailto:secretariat@ifrc.org)  
Sitio web: [www.ifrc.org](http://www.ifrc.org)

**Voluntarios, ¡manténgase a salvo!**  
**1223700 06/2012 SP 1,000**

**Voluntarios,  
¡manténgase a salvo!**

Guía sobre seguridad  
para voluntarios



La *Estrategia 2020* expresa la determinación colectiva de la Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja (la Federación Internacional) de avanzar en la búsqueda de soluciones de los grandes retos que enfrentará la humanidad en el próximo decenio.

Esta estrategia atiende a las necesidades y vulnerabilidades de las diversas comunidades con las que trabajamos y se guía por los derechos y las libertades fundamentales inherentes a todas las personas, con el propósito de beneficiar, en última instancia, a quienes tornan su mirada hacia la Cruz Roja y la Media Luna Roja para ayudarles a construir un mundo más humano, digno y pacífico. Durante los próximos diez años, la Federación Internacional se centrará colectivamente en la consecución de los siguientes objetivos estratégicos:

- 1. salvar vidas, proteger los medios de sustento y apoyar la recuperación a raíz de desastres y crisis;**
- 2. posibilitar una vida sana y segura;**
- 3. promover la inclusión social y una cultura de no violencia y paz.**

*El servicio voluntario ocupa un lugar central en la construcción de la comunidad. Promueve la confianza y la reciprocidad. Fomenta un buen espíritu ciudadano.*

*En las Sociedades Nacionales, las personas que prestan servicios voluntarios se comprometen a respetar los Principios Fundamentales y los emblemas de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja, y lo hacen a su libre albedrío, sin esperar obtener beneficios materiales o pecuniarios. Nuestros voluntarios prestan servicios a las personas vulnerables, y trabajan en pos de un mundo más humano y pacífico. Aportan, con regularidad u ocasionalmente, su tiempo, sus capacidades, su diversidad y sus aptitudes, ofreciendo servicios humanitarios en ámbitos como la movilización de recursos y en funciones administrativas, directivas o de asesoramiento.*

*Las Sociedades Nacionales velan por mejorar la calidad, las normas, las capacidades y la forma de conservar a los voluntarios, mediante la creación de un entorno acogedor y de inclusión social. Ese entorno propicia la formación, la supervisión, la evaluación periódica y el reconocimiento de los voluntarios; las pólizas de seguros, los equipos y el apoyo psicosocial; y una estructura de apoyo local para respaldar sus actividades.*

*En vista de que la evolución de las condiciones de vida inciden en las modalidades para prestar servicio voluntario, la Federación Internacional aboga en favor de políticas jurídicas, sociales y económicas que alienten y valoren en mayor medida el servicio voluntario en la sociedad.*

# Índice

Prefacio .....	4
Agradecimientos .....	6
¿Por qué es necesaria la Guía sobre seguridad para voluntarios? .....	8
Propósito, objetivo y destinatarios .....	10
Procedimientos de seguridad: la perspectiva de los voluntarios .....	12
Características esenciales de los procedimientos de seguridad para la protección de los voluntarios .....	14
Análisis y evaluación de las condiciones de seguridad locales .....	18
La rana en la olla .....	19
Los siete pilares de la seguridad adaptados al entorno de los voluntarios .....	20
Factores que propician incidentes relacionados con la seguridad .....	24
Seguridad vial .....	25
Salud personal .....	30
Control del estrés .....	38
Mantenerse a salvo en caso de desastres naturales, y emergencias o crisis .....	42
El servicio voluntario en la Cruz Roja y la Media Luna Roja .....	49
Política sobre servicio voluntario .....	53
Política de la juventud .....	57
Anexo: Voluntarios, manténganse a salvo: autoevaluación .....	60
Documentos de referencia .....	63

***Antes de emprender cualquier actividad, los voluntarios deberán leer y completar el formulario de autoevaluación (anexo 1) y, en caso de duda o inquietud acerca de su seguridad o bienestar, deberán comunicarse con su supervisor.***

## Prefacio

Los voluntarios desempeñan un papel vital en el seno de las comunidades y son los primeros en acudir para prestar ayuda cuando ocurre una emergencia o un desastre. Por ende, su seguridad debe ser una meta prioritaria de la Federación y, en ese contexto, tengo el agrado de presentar la Guía sobre seguridad para voluntarios, que fue elaborada por la Unidad de Seguridad de la Federación Internacional, junto con el Departamento de Actividades de la Juventud y Fomento del Servicio Voluntario, en colaboración con colegas de las zonas, las Sociedades Nacionales y nuestros dedicados voluntarios.

Más de trece millones de voluntarios de la Cruz Roja y la Media Luna Roja prestan servicios en todo el mundo. La complejidad de las emergencias contemporáneas y de los riesgos que afrontan los voluntarios, imponen la necesidad de que tanto las Sociedades Nacionales como los gobiernos promuevan un entorno de trabajo propicio para la protección, el reconocimiento y el incentivo de los voluntarios y del servicio voluntario.

Las recomendaciones que se brindan en esta guía tienen por objeto proteger a los voluntarios y garantizar que gocen de un acceso seguro a las comunidades donde prestan servicios. Estas dos metas forman parte integrante de la Política sobre servicio voluntario y de la Política de la juventud, aprobadas por la Asamblea General, en noviembre de 2011. Fueron, asimismo, incentivos esenciales de la campaña mundial “Encuentra al voluntario en ti”, que se llevó a cabo el año pasado.

El informe anual 2011 de la Unidad de Seguridad refleja que el año pasado no falleció ningún miembro del personal en el cumplimiento de sus funciones bajo el mandato de seguridad de la Federación. No obstante, se informó de la muerte de otros miembros del personal de la Cruz Roja y la Media Luna Roja que prestaban servicios para el Movimiento a causa de delitos, conflictos o accidentes viales.

Se puede prever y, por ende, prevenir, muchos incidentes relacionados con la seguridad. En esta guía se aborda las situaciones habituales que los voluntarios y los jóvenes suelen afrontar durante su labor en las comunidades, por ejemplo, los accidentes viales, la violencia en el ámbito doméstico y escolar, y los delitos comunes

## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

Guía sobre seguridad para voluntarios – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

(los hurtos y los robos con o sin efracción), así como los problemas de salud (la calidad del agua y los alimentos, el estrés, la diarrea y el paludismo), y se describen las medidas que cabe adoptar antes, durante y después de un desastre.

La guía proporciona también orientación básica acerca de los procedimientos de seguridad que deben observar los voluntarios y brinda a las autoridades de las Sociedades Nacionales —los directivos, los jefes y los miembros de los órganos de gobierno— pautas para fomentar una cultura de seguridad y reforzar la seguridad de los voluntarios durante las operaciones.

Aliento a todas las Sociedades Nacionales a que distribuyan esta guía a los voluntarios y a los miembros del personal como parte del material de información básica que se les entrega al inicio de su colaboración para velar por que los dedicados y desinteresados voluntarios que día a día prestan servicios en la Cruz Roja y la Media Luna Roja cuenten con el entorno más seguro posible.

Atentamente,



Bekele Geleta,  
Secretario General  
Federación Internacional  
de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

## Agradecimientos

Dejamos constancia de nuestro agradecimiento para con todas las personas que contribuyeron a la elaboración de esta guía:

**Secretaría de la Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja:**

*Unidad de Seguridad:* Lars Tangen, Karl Julisson y John Dyer

*Departamento de Servicios en Casos de Desastres:* Simon Eccleshall y Hakan Haray

*Departamento de Preparación de la Comunidad y Reducción del Riesgo de Desastres:* Mohamed Mukhier y Marjorie Soto

*Departamento de Salud:* Stefan Seebacher y Panu Saaristo

*Unidad de Asuntos Jurídicos:* Elise Baudot y Priya Pillai

*Departamento de Recursos Humanos:* Hannele Haggman

*Departamento de Actividades de la Juventud y Fomento del Servicio*

*Voluntario:* Geri Lau, Oscar Zuluaga y Elke Mattahaei

*Oficina Zonal para Europa:* Alberto Monguzzi, Giovanni Zambello, Flavio Ronzi

*Oficina Zonal para Asia y el Pacífico:* Alex Torres, funcionario responsable del servicio voluntario

*Oficina Zonal para América:* Andreas Sandin, funcionario responsable del servicio voluntario

*Delegación para el Norte de África:* Amelia Marzal, funcionaria responsable de desarrollo institucional

**Centro de Información sobre Apoyo Psicosocial, Federación Internacional:** Lasse Nørgaard

**Dibujos e ilustraciones:**

Dibujos de la serie “Manténgase a salvo”: Pierre Wazem, 2007

Dibujos de la serie “Servicio voluntario”: Lyudmila Bouros, 2010

Ilustraciones de Rod Shaw para el Centro del agua, la ingeniería y el desarrollo (WEDC): WEDC y la Federación Internacional, 2011

Medios visuales elaborados para el proyecto sobre la promoción de la higiene: grupo temático sobre el agua, el saneamiento y la higiene, 2009

**Voluntarios de la Cruz Roja y la Media Luna Roja:**

Dr. Jorge Ivan Lopez, doctor en Medicina, director de proyectos educativos, Universidad de Antioquía, Colombia

## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

Guía sobre seguridad para voluntarios – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

Ian Courtenay, expresidente de la Comisión de la Juventud, Sociedad de la Cruz Roja de Belice

Anca Zaharia, Cruz Roja de Rumanía

Veronica Oboreceanu, voluntaria de la República de Moldova;

Dr. Álvaro Ocampo, voluntario de Ecuador;

Sra. Amira Ben Ali, voluntaria de la Media Luna Roja Tunecina.

## ¿Por qué es necesaria la Guía sobre seguridad para voluntarios?



Los voluntarios desempeñan actividades en entornos de distinta índole y, por consiguiente, es fundamental que estén familiarizados con las condiciones de seguridad del lugar para mantenerse a salvo y reducir al mínimo los eventuales riesgos, de manera que ello aumente su capacidad para brindar asistencia humanitaria en todo momento. Cabe organizar los procedimientos que les permitirán mantenerse a salvo en función de tres hipótesis en relación con la seguridad.

- » **Primera hipótesis** – alerta de baja intensidad durante las actividades habituales (situación normal): medidas para garantizar la seguridad y el bienestar de los voluntarios mientras llevan a cabo sus actividades ordinarias, incluidas las situaciones relacionadas con la salud, los incidentes en lugares públicos, los accidentes viales, la delincuencia local y los problemas socioeconómicos.
- » **Segunda hipótesis** – operaciones de emergencia (situación durante o después de un desastre): medidas para mantenerse a salvo durante las crisis, las emergencias y los desastres.
- » **Tercera hipótesis** – alerta de alta intensidad (situación durante conflictos o disturbios internos): medidas para mantenerse a salvo durante los disturbios internos, las protestas, la agudización de la violencia y los conflictos, situaciones que exponen a los voluntarios a mayores riesgos, como las minas antipersonal, los explosivos, la posibilidad de secuestros, los abusos de índole sexual y la intensificación de actividades ilícitas.

## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

¿Por qué es necesaria la Guía sobre seguridad para voluntarios? – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

En esta guía se aborda únicamente las dos primeras hipótesis relativas a la seguridad de los voluntarios. A quienes se desempeñan en zonas de conflicto o de alto riesgo (tercera hipótesis) se aconseja consultar las recomendaciones adicionales que se brindan en el manual *Stay safe – Manténgase a salvo: Guía de la Federación Internacional para una misión más segura*, o solicitar el asesoramiento del Comité Internacional de la Cruz Roja (CICR).

Nota: En ciertas ocasiones, las condiciones de seguridad se deterioran en forma radical cuando ocurren al mismo tiempo varios acontecimientos, como desastres, conflictos, protestas, contaminación ambiental o epidemias. En todos los casos resulta esencial que la filial local cuente con un eficaz sistema para la gestión de los voluntarios y que reciba el apoyo firme y la orientación precisa de parte de la oficina central de la Sociedad Nacional.

## Propósito, objetivo y destinatarios



### Propósito

La Guía sobre seguridad para voluntarios es una “herramienta de prevención” cuyo propósito es incrementar la seguridad y el bienestar de los voluntarios y del personal de las Sociedades Nacionales de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja, así como de las personas vulnerables a quienes presta servicios la Federación Internacional.

### Objetivo

El objetivo de esta guía consiste en aportar información sobre procedimientos de seguridad sencillos para prevenir incidentes de seguridad antes, durante y después de las actividades humanitarias, proteger a los voluntarios, brindar acceso a las personas vulnerables y prestar servicios de manera eficiente.

### Destinatarios

Esta guía constituye un documento básico en el que se explica los procedimientos de seguridad que deben seguir los voluntarios. Debería ser puesta en práctica tanto por las autoridades de las Sociedades Nacionales —los funcionarios directivos, los supervisores y los miembros de los órganos de gobierno de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja en los ámbitos local y nacional— como por los propios voluntarios, a fin de promover una cultura de seguridad y reforzar las condiciones de seguridad para la labor de los voluntarios durante las operaciones.

En toda formación inicial de los colaboradores se debería distribuir un ejemplar de este manual (como parte del material básico) y aportar explicaciones al res-

## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

¿Por qué es necesaria la Guía sobre seguridad para voluntarios? – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

pecto a CADA UNO de los voluntarios que ya sea se incorporen recientemente o colaboren ya con la organización para garantizar que estén familiarizados con los conceptos inherentes a los procedimientos de seguridad que deben observar en su trabajo con las filiales locales.

Esta guía también debe formar parte del material de introducción que se entregue al personal remunerado de las Sociedades Nacionales a fin de velar por que entiendan plenamente la naturaleza institucional de la Cruz Roja y la Media Luna Roja, conozcan mejor la función y las actividades de los voluntarios, y sepan cómo velar por su seguridad.

## Procedimientos de seguridad: la perspectiva de los voluntarios



### Intereses de los voluntarios respecto de su propia seguridad

1. Sentir que la organización a la que pertenecen se preocupa por ellos y les brinda todo el respaldo necesario, incluido apoyo psicológico, equipo y materiales específicos apropiados, la instrucción y la formación necesarias, el transporte, el alojamiento y la alimentación -cuando corresponda-, un seguro de accidentes, y asistencia administrativa, jurídica o de otra índole.
2. Saber que la Sociedad Nacional tiene planes y normas claras relativas a la seguridad y conocer los riesgos, las amenazas y los peligros inherentes, así como las estrategias y las medidas adoptadas para mitigarlos.
3. Sentirse cómodos, respetados, aceptados e integrados (lo que aumenta la autoestima y el sentimiento de seguridad) y desempeñarse en un ambiente laboral cordial, lo cual disminuye el estrés y permite la eficiente prestación de servicios humanitarios de calidad.
4. Estar familiarizados con los procedimientos de seguridad concebidos para los voluntarios que participan directamente en programas humanitarios, evaluaciones o apreciaciones, y con las decisiones relativas a estos.
5. Recibir información acerca de los procedimientos de seguridad, así como ser supervisados y recibir instrucción en forma periódica.
6. Tener la certeza de que sus familiares y seres queridos están a salvo y no sufren necesidades, sobre todo, cuando ocurre un desastre o una emergencia, o en el caso de tensiones o conflictos.
7. Tener la certeza de que gozan de condiciones de vida seguras y decentes, lo que ofrece un ambiente adecuado para su participación dinámica.
8. Tener un acceso más seguro a las personas necesitadas (afectadas y vulnerables).

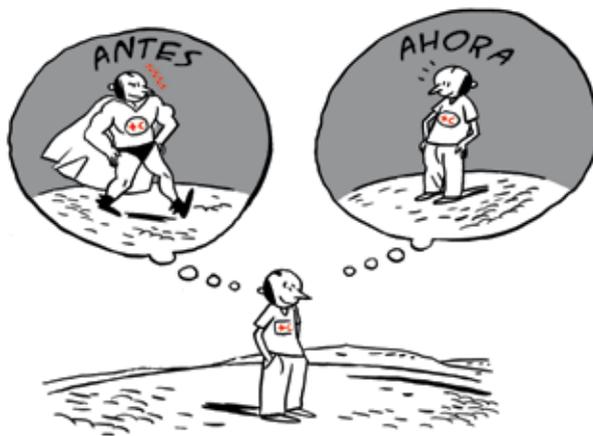
## Medidas para garantizar que los voluntarios gocen de acceso seguro a las personas necesitadas

- » Consolidar las buenas prácticas relativas a la formación de quienes colaboran con la Cruz Roja y la Media Luna Roja.
- » Garantizar que los voluntarios y las comunidades respeten y cumplan plenamente los Principios Fundamentales.
- » Difundir información sobre el uso correcto de los emblemas de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja.
- » Adoptar una metodología clara para los casos en que el acceso sea difícil o complicado.
- » Demostrar flexibilidad y capacidad para adaptarse a las circunstancias.
- » Establecer y observar procedimientos operativos normalizados.

### “La seguridad es un estado mental”

**Seguridad personal o seguridad de las personas** – la condición en la que se está a salvo de sufrir o causar daño, lesiones o pérdidas; protegido de fallas, daños, errores, accidentes, lesiones u otros actos o hechos de naturaleza física, social, espiritual, financiera, política, emocional, ocupacional, psicológica, educacional o de otra índole, de sus consecuencias, o de cualquier otro acontecimiento que podría considerarse indeseable.

**Seguridad física** – la condición o el estado de estar a salvo y libre de peligro; las medidas adoptadas para protegerse contra el sabotaje, la delincuencia y los ataques.



## Características esenciales de los procedimientos de seguridad para la protección de los voluntarios

La seguridad de los voluntarios reposa sobre los elementos que se describe a continuación:

### Enfoque individual

- » entender los Principios Fundamentales y los valores humanitarios;
- » conocer el uso correcto de los emblemas de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja;
- » tener un conocimiento básico de las condiciones de seguridad: familiarizarse con los diversos factores que determinan la situación local;
- » la conducta o el comportamiento personal;
- » la aptitud, las destrezas y los conocimientos; y
- » el grado de cumplimiento de las normas y los procedimientos de seguridad vigentes.

### Enfoque institucional

**Ambiente de la organización (cultura de seguridad):**



- » un plan de seguridad sólido y normas y procedimientos operativos vigentes que los interesados entiendan a cabalidad;
- » una sólida gestión de la seguridad y un apoyo adecuado;
- » la disponibilidad de información y las relaciones externas con las principales partes interesadas;
- » apoyo psicológico y asistencia para controlar el estrés;
- » es recomendable que todos los voluntarios (y el personal de las Sociedades Nacionales) realicen el curso de formación en línea sobre seguridad personal (*Stay safe, personal security*), que se encuentra disponible en <https://ifrc.csod.com/client/ifrc/default.aspx>;

## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

Características esenciales de los procedimientos de seguridad para la protección de los voluntarios - Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

- » formación en el campo de la seguridad, incluidos los cursos de formación en línea disponibles en la plataforma de la Federación Internacional: <https://ifrc.csod.com/client/ifrc/default.aspx>;
- » un código de conducta que rija la labor de todos los voluntarios, quienes deberán firmarlo tras haber recibido una explicación pormenorizada; y
- » una póliza de seguro que brinde cobertura a los voluntarios.

## Reuniones de información

La Sociedad Nacional debe poner en práctica un sistema que permita brindar a los voluntarios información sobre cuestiones relacionadas con la seguridad y actualizarla, que explique las condiciones de seguridad del país y de las zonas específicas donde se llevan a cabo las operaciones, y que aborde las amenazas que puedan afectar contra la labor de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja, sobre la base de análisis de la seguridad y evaluaciones de la vulnerabilidad, las amenazas y los riesgos.



Es importante que los voluntarios entiendan el funcionamiento del sistema de gestión de incidentes y los cauces jerárquicos de notificación establecidos para garantizar su seguridad.

## Compromiso personal

- » Todos los voluntarios de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja deben cumplir plenamente con los Principios Fundamentales, la política sobre servicio voluntario y las normas de seguridad de la Sociedad Nacional.
- » Es necesario informar acerca de las condiciones de seguridad y del entorno político, social, religioso y cultural a todos los voluntarios, quienes deberán comportarse de manera pertinente, mantenerse al tanto de la situación que los rodea y actuar en consonancia.

## Formación

- » Antes de que los voluntarios inicien cualquier tarea, deben recibir formación básica en materia de seguridad y primeros auxilios y luego beneficiar de formación en forma continua.
- » Esta formación podría abarcar, por ejemplo, la difusión de los Principios Fundamentales y los valores humanitarios, el uso correcto de los emblemas de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja, las telecomunicaciones, las recomendaciones para conducir en forma segura, las medidas para protegerse de las minas y los incendios, los primeros auxilios y el idioma local.
- » Es recomendable que todos los voluntarios (y el personal de la Sociedad Nacional) realicen el curso de formación en línea sobre seguridad personal (Stay safe personal security) que se encuentra disponible en <https://ifrc.csod.com/client/ifrc/default.aspx>.
- » En caso de necesidad, los voluntarios pueden solicitar formación o información adicional sobre los temas mencionados anteriormente.

## Normas y procedimientos de seguridad

- » Las normas de seguridad deben ser de cumplimiento obligatorio en todos los lugares donde las Sociedades Nacionales lleven a cabo operaciones y deben incluir tanto a los voluntarios como a todo el personal remunerado que trabaja para la Sociedad Nacional.
- » Todos los voluntarios deben tener un seguro contra accidentes, dependiendo de las actividades de la Sociedad Nacional y de su capacidad para cubrir dicha póliza.
- » La Sociedad Nacional debe llevar un registro actualizado de la ubicación y los datos de contacto de todos los voluntarios que se desempeñan en el terreno.
- » Se debe comunicar a los voluntarios el nivel de seguridad vigente (según corresponda) así como las consecuencias para su propia seguridad y la de las actividades que realizan.

## **Incidentes de seguridad**

- » Los voluntarios deben informar a los superiores jerárquicos directos de toda infracción de las normas de seguridad, incluido el código de conducta, y, en particular, cualquier forma de abuso. Es altamente recomendable que todas las Sociedades Nacionales se doten de un código de conducta y que pongan en marcha sistemas adecuados que permitan denunciar y comunicar estos incumplimientos.
  
- » Todos los voluntarios deben saber qué hacer en caso de accidentes o incidentes relacionados con la seguridad.

## Análisis y evaluación de las condiciones de seguridad locales



Los voluntarios forman parte de las comunidades locales y, por consiguiente, pueden ayudar a analizar y evaluar todos los factores que afectan el entorno local y, por ende, su seguridad y bienestar, por ejemplo:

1. los problemas de salud, como la calidad del agua, las condiciones de higiene y saneamiento, los accidentes, las enfermedades, los golpes de calor, las condiciones climáticas de frío intenso, la presencia de mosquitos, el estrés, las enfermedades de transmisión sexual, las epidemias, etc.;
2. los incidentes de seguridad en las escuelas, las casas, los departamentos, los parques, los restaurantes, los bares, los centros comerciales, los mercados al aire libre, los bancos, los cajeros automáticos y los sitios de interés religioso, así como los casos de delincuencia local, los delincuentes, las pandillas, los hurtos y los robos con violación de domicilio;
3. las calles y los caminos: los problemas de tránsito, los accidentes y la inseguridad vial;
4. la violencia contra las mujeres, los niños, los ancianos, las minorías, los usuarios de drogas ilícitas, las personas con SIDA o seropositivos, y la violencia doméstica;
5. los factores relacionados con la diversidad: las tradiciones y las diferencias culturales, los actos contra las minorías, los inmigrantes, los refugiados o los desplazados, así como los casos de discriminación, xenofobia o estigmatización;
6. los problemas socioeconómicos (la falta de oportunidades) y los problemas laborales: las condiciones de trabajo, los tipos de contrato, el ambiente laboral, las amenazas, las oportunidades, etc.; y
7. las relaciones con la policía, las fuerzas armadas y demás actores —formales o informales— del ámbito de la seguridad.

## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

Análisis y evaluación de las condiciones de seguridad locales – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

Los voluntarios pueden dialogar en grupos acerca de estos asuntos a nivel de las filiales tomando en cuenta las condiciones que reinan en la región y en el país, así como su percepción acerca de la situación política y económica. Se debe determinar si son conscientes de sus estados de ánimo y si conocen las medidas que deberán adoptar en cada caso (consultar la autoevaluación).

Durante las etapas de planificación y gestión, cabe recordar que las circunstancias podrían cambiar repentinamente. Por lo tanto, es conveniente mantenerse familiarizado con el entorno circundante y estar al tanto de los aspectos que podrían afectar la seguridad.

Ser consciente de la seguridad significa entender que existen amenazas que podrían convertirse en realidad y perjudicarle a usted, a sus colegas o a los recursos utilizados en la operación, ya sea en forma intencional o accidental.

## La rana en la olla



Cuenta una vieja fábula que si se mete una rana en una olla de agua hirviendo, la rana saltará de inmediato fuera de ella para escapar del peligro. Pero si se mete la rana en una olla llena de agua templada y agradable, y se la va calentando despacio hasta que empieza a hervir, la rana solo se dará cuenta del peligro cuando ya sea demasiado tarde.

**El instinto de supervivencia de la rana le permite detectar los cambios repentinos.**

Esta historia ejemplifica que cualquier persona puede meterse en apuros. Se utiliza con frecuencia como una advertencia de que las personas deben mantenerse atentas a los pequeños cambios que ocurren en el entorno y no apenas a los cambios repentinos. Nos advierte que debemos prestar atención continuamente tanto a los peligros obvios como a aquellos que puedan estar gestándose de manera paulatina.

## Los siete pilares de la seguridad adaptados al entorno de los voluntarios

### 1. Aceptación

Es importante que todas las partes nos acepten como agentes neutrales, imparciales y humanitarios desde el punto de vista de la política, las operaciones y la cultura.

La aceptación también es necesaria desde el punto de vista individual. Los voluntarios tienen que acatar los Principios Fundamentales del Movimiento Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja, las normas y los reglamentos de la Sociedad Nacional, la política sobre servicio voluntario y el código de conducta que los rige.

Los voluntarios deben beneficiar de una estrategia de difusión y comunicación que, de manera dinámica, permita mantenerles informados de las actividades de su filial de la Cruz Roja o de la Media Luna Roja, de la labor de organización en su conjunto, de las actividades de los demás voluntarios y de los planes para el futuro. Los voluntarios deben consultar directamente con las comunidades locales y adaptar las actividades conforme sea necesario para garantizar su aceptación. Los voluntarios realizan un seguimiento continuo de la situación local y conocen los factores que probablemente podrían dificultar esta aceptación de parte de las comunidades locales.

### 2. Identificación

Es importante la clara identificación de la Cruz Roja y la Media Luna Roja. Esta se realiza, sobre todo, a través de sus emblemas. Por lo tanto, las Sociedades Nacionales deben garantizar que los uniformes de los voluntarios y todas sus instalaciones y vehículos estén claramente identificados con su logotipo, de conformidad con la legislación nacional sobre el uso del emblema.

Los voluntarios deben portar en todo momento alguna credencial o algún documento de identidad con fotografía, o usar un uniforme reconocido. Los voluntarios desempeñan una función fundamental en la difusión de información



## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

Los siete pilares de la seguridad adaptados al entorno de los voluntarios – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

sobre el uso de los emblemas y deben impedir todo uso indebido o incorrecto. Los voluntarios deben utilizar esa identificación —uniformes y emblemas— únicamente mientras lleven a cabo actividades en nombre de la Sociedad Nacional.

Si fuera necesario agradecer o dar visibilidad a los donantes o patrocinadores, se incluirá sus nombres y logotipos únicamente en materiales impresos, como panfletos o folletos. Se evitará incluirlos en automóviles, edificios, uniformes y objetos metálicos o que se encuentren al aire libre.

Para su seguridad, es recomendable que **NO** use uniformes o equipos similares a los de la policía, las fuerzas armadas o los cuerpos de seguridad, a fin de evitar las confusiones y las percepciones negativas, y para mantener una imagen transparente e independiente de la Cruz Roja y la Media Luna Roja. También conviene evitar el uso de botas militares, cascos del ejército, condecoraciones de los cuerpos de seguridad y vestimenta para camuflaje.

No coloque jamás otros emblemas en los uniformes de los grupos de voluntarios o de la Sociedad Nacional. Evite llevar insignias metálicas en los uniformes, pues podrían causar accidentes, u otros emblemas o logotipos pertenecientes a otros donantes o instituciones.

## 3. Información



Es necesario actualizar la información en forma continua y adoptar mecanismos eficaces para transmitirla, especialmente la información que podría repercutir en la seguridad.

Los voluntarios también deben recopilar y transmitir toda la información factible relacionada con la seguridad. Se deberá notificar, representar en un gráfico y analizar todo incidente de seguridad que pudiera ocurrir, y adoptar las medidas adecuadas para subsanar las deficiencias.

Es conveniente mantener una buena relación con los medios de difusión; sin embargo, en caso de ser contactados, los voluntarios tienen que seguir las normas establecidas al respecto por la Sociedad Nacional.

## 4. Normas

Los voluntarios están obligados a cumplir las normas y los procedimientos de seguridad cuyo propósito es mitigar los riesgos y peligros, y garantizar la seguridad del entorno laboral. Las normas y los procedimientos pueden ser específicos para una región o un país y dependen de los planes formulados por la Sociedad Nacional sobre la base del análisis (gráfico) de la seguridad.

## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

Guía sobre seguridad para voluntarios – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

En zonas de conflicto o de desastre, las normas deben estar armonizadas con las de la Federación Internacional o con las normas que rigen las operaciones del Comité Internacional de la Cruz Roja.

## 5. Conducta

La seguridad depende en gran medida de las características personales de los voluntarios, en particular, en lo que respecta a su sentido de solidaridad y respeto para con otros voluntarios y el personal remunerado de la Sociedad Nacional, así como de la adopción de conductas apropiadas.

Los voluntarios deben conocer sus propias fortalezas y debilidades, así como sus reacciones ante diferentes circunstancias, y jamás deben suscitar situaciones problemáticas a causa de su comportamiento. Tienen que respetar las diferencias culturales, incluidas las costumbres, los códigos de vestimenta y demás aspectos delicados. La regla de oro es mantener una conducta correcta, amable, imparcial y neutral.

Conviene evitar los uniformes y las vestimentas similares a los de la policía, el ejército o las fuerzas militares o los cuerpos encargados de la seguridad pública para evitar, a su vez, las confusiones y las percepciones negativas, y preservar la independencia de las Sociedades Nacionales y su neutralidad.

Los voluntarios representan a la Sociedad Nacional, de manera que su conducta tiene claras repercusiones en la imagen, la visibilidad y la reputación de la institución.

También deben garantizar su propio bienestar físico y psicológico, y solicitar ayuda cuando la necesiten.



## 6. Comunicación

Para garantizar la seguridad de los voluntarios, es indispensable contar con un sistema de comunicación confiable e independiente.

Se deberá establecer redes de comunicación eficaces para el seguimiento y el control de los desplazamientos del personal, proporcionar información sobre las condiciones de seguridad en la zona de operaciones y actuar con prontitud ante cualquier situación crítica. También resultará de utilidad la información sobre la red de colaboración.



**El uso de aparatos de radiocomunicación, teléfonos móviles, internet y demás dispositivos tecnológicos no aumenta necesariamente la seguridad de los voluntarios; todo depende del uso correcto de estos recursos**

## 7. Protección

Es fundamental tomar medidas para garantizar la protección de los voluntarios y la protección y el mantenimiento de los equipos, las instalaciones y los vehículos, incluida la utilización de sistemas de protección pasiva, como las barreras, las alarmas y los guardias de seguridad, según exijan las circunstancias.

Estas medidas deben incluir pólizas de seguro para los voluntarios y autorización para que gocen de acceso prioritario a las instalaciones, las aulas, los depósitos y los estacionamientos durante la noche y los fines de semana.

## Factores que propician incidentes relacionados con la seguridad



1. Un conocimiento limitado o insuficiente de las condiciones de seguridad o la falta de conciencia sobre las pautas básicas de seguridad.
2. La falta de respeto por el emblema de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja o las normas internacionales sobre asistencia humanitaria.
3. La ausencia de información y la falta de coordinación dentro de la organización o con otros asociados esenciales.
4. Una gestión de la seguridad deficiente: falta de orientación, formación, instrucción y asesoramiento.
5. Los problemas personales: las conductas irrespetuosas o provocativas, la falta de capacidad para controlar el estrés de manera eficaz, los problemas de salud, las relaciones inapropiadas, etc.
6. El aumento de los delitos relacionados con la pobreza.
7. Los desastres naturales, las emergencias y las crisis.
8. El colapso de las estructuras del Estado.
9. Una percepción errónea del propósito de la asistencia humanitaria.
10. La naturaleza del conflicto armado y la participación de las víctimas en él (los voluntarios deben acatar los sistemas de seguridad especialmente establecidos por la Federación o el CICR).

## Seguridad vial



La mayoría de los incidentes de seguridad que afectan a los voluntarios, al personal remunerado y a quienes brindan asistencia humanitaria en el terreno en nombre de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja suelen estar relacionados con el uso de vehículos. Estos incidentes abarcan tanto los accidentes de tránsito como el robo de vehículos y la sustracción de equipos o provisiones de su interior.

### **Conductas que conviene adoptar y evitar cuando utilice un vehículo de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja:**

Las recomendaciones siguientes hacen hincapié en la importancia de asumir conductas seguras en la conducción de vehículos.

#### **Conductas que conviene adoptar:**

- ☑ cerciórese de tener consigo una licencia o un documento de conducir válidos;
- ☑ obedezca las normas de seguridad vial y respete la ley de tránsito local y los límites de velocidad;
- ☑ verifique que el vehículo está en buen estado y correctamente equipado antes de usarlo;
- ☑ antes de partir, verifique que todas las radios y los equipos de comunicación funcionen correctamente;
- ☑ informe a sus colegas todos sus movimientos: le convendrá adoptar una rutina fija de modo que cualquier cambio inesperado denote una señal de alarma;
- ☑ use siempre el cinturón de seguridad y estacione en lugares seguros;
- ☑ use siempre un casco al andar en motocicleta;
- ☑ recurra a los servicios de un chofer local cuando sea posible;
- ☑ deténgase en los puestos de control o cuando se lo ordenen o lo amenacen; y
- ☑ notifique de inmediato los accidentes en los que haya estado involucrado.

## Conductas que conviene evitar:

- ☒ no conduzca si ha bebido alcohol, si está cansado o enfermo, o si está tomando algún medicamento fuerte;
- ☒ no olvide cerrar con llave su vehículo en ningún lugar y en ningún momento;
- ☒ no oponga resistencia a los robos ni recoja a personas que soliciten ayuda para llegar a algún lugar;
- ☒ no transporte armas o equipo militar en los vehículos de la Cruz Roja y la Media Luna Roja;
- ☒ no traslade a personas no autorizadas en los vehículos de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja;
- ☒ no use teléfonos móviles o radios cuando conduzca;
- ☒ no conduzca fuera de las zonas urbanas cuando haya oscurecido; y
- ☒ no conduzca si no está familiarizado con el modelo del vehículo (4 x 4), la potencia del motor o las condiciones de los caminos.

## La seguridad y el uso de los vehículos

Antes de usar un vehículo tenga presente lo siguiente...

- » Para no convertirse en una víctima, es conveniente analizar los incidentes de seguridad ocurridos y familiarizarse con las técnicas utilizadas por los secuestradores o ladrones locales —por ejemplo, cortes de caminos, atracos junto a la señal 'Pare', vehículos detenidos, accidentes simulados o vehículos de emergencias falsos—.
- » Antes de conducir, piense y planifique de antemano: elija el recorrido más conveniente para su destino.
- » De ser posible, lleve consigo fotocopias de los principales documentos del vehículo y deje los originales en la oficina de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja.
- » Evite los sistemas de cierre de puertas centralizado pues, cuando esté subiénd-



## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

Factores que propician incidentes relacionados con la seguridad – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

dose al vehículo en mercados o lugares atestados, por ejemplo, no podrá controlar bien quién ingresa a él.

- » Cerciórese de que el vehículo tenga la póliza de seguro correcta y haya recibido un buen servicio de mantenimiento.

Mientras conduce recuerde lo siguiente ...

- » Conduzca por caminos transitados, con buena iluminación y en buen estado, y evite las zonas peligrosas.
- » De ser posible, no viaje solo: un número mayor de personas representa una mayor seguridad. En general, los delincuentes están a la búsqueda de presas fáciles.
- » En caso de ser posible, evite viajar en vehículos durante la noche o cuando el tránsito probablemente sea lento, por ejemplo, durante las horas de mayor congestión.
- » Jamás adopte una rutina fija para conducir.
- » Siempre mantenga suficiente distancia entre su vehículo y el que esté adelante, para poder maniobrar y adelantársele en caso de necesidad.
- » Al acercarse a los semáforos, modifique la velocidad para no permanecer detenido ante la luz roja o para reducir al mínimo esta espera.
- » Si lo amenazan o lo atacan, esté preparado para huir de inmediato con su vehículo, haciendo sonar la bocina y llamando la atención.
- » Mantenga las ventanillas cerradas y las puertas, trabadas, incluso mientras conduce. En climas tropicales, asegúrese de que el aire acondicionado del vehículo funcione correctamente.
- » En zonas de alto riesgo, los conductores deben concentrar el ciento por ciento de la atención en conducir, es decir que, mientras estén al volante, no deben hablar con los pasajeros, escuchar la radio ni soñar despiertos.

## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

Guía sobre seguridad para voluntarios – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

- » Antes de prestar ayuda a algún conductor de vehículo que parezca perdido, sin importar si se trata de un hombre o de una mujer, piénselo muy seriamente: jamás recoja a quienes soliciten transporte en alguna vía.



## Pautas de seguridad generales

- » No guarde elementos valiosos en su vehículo ni deje objetos de valor a la vista.
- » Permanezca particularmente alerta al acercarse a su vivienda y al alejarse de ella, pues suele ser el lugar preferido por los delincuentes para los atracos.
- » Si lo secuestran con su vehículo, explique quién es usted y qué es lo que la Cruz Roja y la Media Luna Roja está haciendo por la comunidad. Intente quejarse por perder su vehículo, pero no ofrezca resistencia. Entregue todo excepto la vida.

## En caso de accidente...

Si alguno de los vehículos de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja se ve envuelto en un accidente, adopte las medidas que se enuncian a continuación:

- » Evite que ocurran más accidentes —de ser necesario, salga del camino— y utilice el triángulo reflector para advertir a los demás. Siempre denuncie los accidentes.
- » Asista a los heridos, si los hubiere, y mantenga el control: permanezca tranquilo y no ceda al pánico.
- » Llame a la oficina local de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja, informe de su ubicación y describa el accidente: quién, dónde, cuándo, qué y necesidades o intenciones futuras.

## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

Factores que propician incidentes relacionados con la seguridad – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

- » De ser posible, comuníquese con la estación de policía más cercana a fin de obtener un informe policial del accidente para la compañía de seguros.
- » Si tiene que abandonar el vehículo, de ser posible, quítele las antenas, las radios, las banderas, los emblemas y los autoadhesivos.
- » Notifique a su superior jerárquico directo y rellene el formulario de notificación de incidentes.
- » Evite firmar papeles o documentos sin haber obtenido antes asesoramiento jurídico, sobre todo, respecto de la admisión de culpa o responsabilidad. NO acuerde nada con la otra parte acerca del pago de indemnizaciones sin haber consultado antes con sus colegas especializados en seguridad y asuntos jurídicos.
- » En el caso improbable de que un accidente dé origen a una situación que ponga en peligro su vida —linchamiento, una población airada y violenta, etc.—, trate de huir a la mayor brevedad. Sin embargo, intente escapar solo si tiene la absoluta certeza de que lo logrará. De lo contrario, explique quién es usted y lo que la Cruz Roja y la Media Luna Roja hacen en beneficio de la comunidad local: apele a los sentimientos de compasión de la muchedumbre.

## Salud personal

Para poder desempeñarse eficientemente, le resultará fundamental mantenerse en buen estado de salud durante sus actividades como voluntario y tendrá mayor probabilidad de no enfermarse si está bien preparado —por ejemplo, si ha recibido todas las vacunas necesarias, y si toma ciertas precauciones, como hervir el agua que beberá—.

En esta guía encontrará información sobre diversos temas y problemas que podrían surgir en el transcurso de la labor humanitaria, a saber:

1. el seguro para los voluntarios;
2. las vacunas;
3. el programa de apoyo psicológico;
4. el uso indebido de alcohol y otras drogas ilícitas;
5. el VIH y las infecciones de transmisión sexual;
6. el paludismo;
7. el agua, los alimentos y la diarrea; y
8. la protección de la piel.



### 1. Seguro para los voluntarios

Es recomendable que las Sociedades Nacionales cuenten con un sistema de seguro de accidentes que ofrezca cobertura a todos los voluntarios. Todo voluntario deberá cerciorarse de estar cubierto por algún seguro que lo ampare si llega a sufrir algún accidente, enfermedad, discapacidad o lesión. Si se enferma o tiene algún problema de salud, en la filial de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja debería hallar fácilmente información sobre la atención que puede recibir en las inmediaciones.

En 2005, la Secretaría de la Federación Internacional, por medio de su compañía de seguros, puso en marcha un programa mundial de seguro contra accidentes para ofrecer cobertura a los voluntarios. Mediante el pago de apenas un franco suizo por voluntario por año, este seguro brinda cobertura básica en caso de fallecimiento o de lesiones graves que requieran un tratamiento urgente. Actualmente, no existe un seguro mundial para las lesiones o los accidentes leves sufridos durante la prestación del servicio voluntario, pero la Federación debería tener

## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

Salud personal – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

como meta ampliar la cobertura brindada a fin de incluir una gama más amplia de lesiones.

En 2011, cincuenta y tres Sociedades Nacionales tenían su propio sistema de seguro para los voluntarios. Solo 25.000 voluntarios de treinta y una Sociedades Nacionales han recibido cobertura en virtud del programa de la Federación, lo cual quizá se deba a que se desconoce la existencia de este programa o a que las Sociedades Nacionales no cuentan con fondos suficientes para solventar el costo que entraña brindarle a cada voluntario la cobertura del seguro básico.

Se puede obtener mayor información, dirigiéndose a [insurance.unit@ifrc.org](mailto:insurance.unit@ifrc.org) o a través de la extranet de la Federación (FedNet), donde hallará un resumen de la cobertura y los formularios de afiliación, entre otros datos.

## 2. Vacunas

Actualice regularmente sus vacunas. Guarde los certificados de vacunación en un lugar seguro y conserve una fotocopia en otro lugar.



## 3. Programa de apoyo psicológico

El trabajo con la Cruz Roja y la Media Luna Roja lleva implícito un cierto grado inevitable de estrés. Sin embargo, siempre y cuando haya un equilibrio entre las actividades recreativas y el estrés, este puede convertirse en un factor favorable para mejorar el desempeño. No obstante, las condiciones en que se llevan a cabo las operaciones suelen ser muy exigentes, por lo que los voluntarios necesitan dotarse de medios para impedir que el estrés se torne perjudicial. Es beneficioso

---

## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

Guía sobre seguridad para voluntarios – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

reconocer las señales de advertencia tanto en uno mismo como en los demás y estar familiarizado con las estrategias a las que se puede recurrir para aliviar las consecuencias adversas del estrés.

El Centro de Información sobre Apoyo Psicosocial ha elaborado una carpeta de información sobre la atención psicosocial de los voluntarios (*Caring for Volunteers*), donde se recomienda las medidas que cabe adoptar antes, durante y después de un desastre, y se describe la manera de ayudar a los voluntarios por medio de programas sociales. Se puede solicitar esta carpeta de información dirigiéndose a [psychosocialcentre@ifrc.org](mailto:psychosocialcentre@ifrc.org).

## 4. Uso indebido de alcohol y otras drogas ilícitas

Por diversas razones —por ejemplo, el estrés, la soledad, los sentimientos de frustración o la falta de tiempo libre—, en ciertas ocasiones los voluntarios empiezan a consumir más bebidas alcohólicas cuando participan en actividades humanitarias. Sin embargo, es un error pensar que el alcohol puede ayudar a resolver los problemas.

Por el contrario, los efectos del alcohol pueden perjudicar el desempeño de una persona, obnubilar su sano juicio y poner en riesgo su propia vida, así como la de sus colegas.



**Es ilegal consumir cualquier tipo de droga ilícita que, por ende, están terminantemente prohibidas. En algunos países, también es ilegal el consumo de alcohol, por lo que las normas internas de la Sociedad Nacional reflejarán esta disposición.**

Es sumamente aconsejable consultar el código de conducta que haya establecido la Sociedad Nacional para guiar la labor de los voluntarios.

## 5. El VIH y las infecciones de transmisión sexual

Durante su labor como voluntario, tal vez llegue a encontrarse en una situación que conlleve un alto riesgo de contagio por VIH. Ello no dependerá de quién sea, ni de dónde se encuentre, ¡sino de lo que haga!

## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

Salud personal – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

La guía de la Federación Internacional sobre el VIH (*HIV and You*) ofrece mayor información sobre la transmisión del VIH y las precauciones para evitar el contagio. Este virus, que causa el SIDA, puede transmitirse de tres maneras, a saber:

1. mediante relaciones sexuales sin un preservativo: la gran mayoría de los contagios son el resultado de relaciones sexuales entre un hombre y una mujer sin ninguna protección;
2. por medio de sangre o productos sanguíneos, sobre todo por compartir agujas o jeringas contaminadas; y
3. de una madre al hijo durante el embarazo o la lactancia.

**Recuerde que una persona puede ser portadora del VIH (seropositiva) durante muchos años sin saberlo y sin presentar ningún signo ni síntoma.**

**La utilización correcta y permanente de preservativos ofrece un mayor grado de protección.**

Es inaceptable que los miembros de la Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja estigmaticen o discriminen a las personas que viven con el VIH/SIDA, ya sea a causa de hechos reales o supuestos.

## Infecciones de transmisión sexual

Al padecer una infección de transmisión sexual, los hombres y las mujeres presentan síntomas diferentes: los hombres suelen sentir molestias —ardor al orinar, secreciones amarillentas y picazón—, mientras que en el caso de las mujeres los síntomas a veces quizá pasen inadvertidos. Es esencial realizar un diagnóstico precoz y llevar a cabo el tratamiento correcto para impedir la propagación de la enfermedad y, en el caso particular de las mujeres, para disminuir el riesgo de infertilidad.

**Las infecciones de transmisión sexual no tratadas aumentan el riesgo de que tanto los hombres como las mujeres se contagien con el VIH.**

**Además, las mujeres pueden perder la fertilidad a causa de estas infecciones. Los preservativos son el único medio eficaz que puede utilizar para protegerse a sí mismo y a su pareja y evitar contagiarse una infección de transmisión sexual. Los preservativos también brindan una protección adecuada contra el VIH y los embarazos no deseados.**

## 6. Paludismo

El paludismo es una enfermedad endémica en la mayor parte de África, muchas regiones del sudeste de Asia y algunas zonas de América Latina, que provoca la muerte de aproximadamente dos millones de personas por año e infecta a varios millones más. Es propagada por mosquitos (anófeles) que transmiten el parásito que causa la enfermedad.



Se puede observar los síntomas del paludismo incluso ocho días después de la picadura del mosquito, pero también pueden presentarse meses después de que la persona haya abandonado una zona donde el paludismo constituye una enfermedad endémica.

El síntoma más característico del paludismo es la fiebre, por lo general precedida de temblores violentos, aunque no siempre es así. Cada acceso puede durar varias horas y suele comenzar con temblores, seguidos de un período de fiebre y, finalmente, abundante sudoración. Estos signos a menudo están acompañados de dolores de cabeza, espalda y coyunturas, y de dolores generalizados en todo el cuerpo. También pueden presentarse vómitos y diarrea.

Quienes presenten síntomas similares a los del paludismo deben buscar asistencia médica de inmediato. Toda demora en recibir el tratamiento correcto puede tener consecuencias graves o, incluso, fatales.

Todavía no existe una vacuna para el paludismo y, por consiguiente, es fundamental adoptar exhaustivas medidas de prevención. Lo más importante es dormir rodeado totalmente por un mosquitero de cama impregnado con permetrina.

*La protección adecuada se completa con ciertas precauciones adicionales, como cubrirse la piel expuesta durante las noches, utilizar repelentes de insectos y tomar los medicamentos profilácticos recomendados por el médico.*

*Si comienza a tener síntomas similares a los del paludismo pese a haberse protegido correctamente, busque atención médica de inmediato.*

## 7. Agua, alimentos y diarrea



El agua y los alimentos contaminados son dos de las causas más habituales de la diarrea y pueden también transmitir la hepatitis A y la fiebre tifoidea. Por ello, es necesario ingerir siempre alimentos completamente cocidos, que conviene servir aún calientes. En climas tropicales, se debe manipular con sumo cuidado las sobras de alimentos preparados y tan pronto como se hayan enfriado lo suficiente, se los debe guardar en

un refrigerador que funcione bien durante dos días como máximo.

Las intoxicaciones alimentarias son causadas por bacterias que crecen en los alimentos y suelen manifestarse pocas horas después de haber ingerido los alimentos. Se caracterizan por el inicio repentino de diarrea abundante y vómitos, y, a veces, fiebre. No suelen durar mucho tiempo —uno o dos días a lo sumo—, pero el estado de debilidad del enfermo puede prolongarse un poco más. En esos casos se puede comer frutas y hortalizas crudas una vez quitada la cáscara o la piel, pero conviene evitar el consumo de lechuga o verduras que no se puede pelar.

En los climas tropicales, evite los bufés ofrecidos por los restaurantes y los hoteles, ya que el riesgo de intoxicación es alto en vista de que es difícil saber el tiempo que los alimentos han permanecido expuestos al calor y si se ha observado adecuadas normas de higiene en su preparación.

En todo caso, conviene evitar el consumo de jamón, salamis, la mayonesa, las natillas (flan), la crema y los huevos. No ingiera ningún tipo de carne cruda, o poco o mal cocida. Si en el curso de un viaje decide comer en un restaurante, elija un lugar con muchos comensales y opte por algún plato local bien cocido. Evite las ensaladas, puesto que se ignora si se ha lavado correctamente los ingredientes.

### **Agua (en sitios donde el agua para beber no es salubre)**

El agua para beber se debe hervir y filtrar, o bien se la debe potabilizar con tabletas purificadoras especiales. Cuando utilice un filtro, recuerde limpiarlo periódicamente según las instrucciones.

Cuando deba desplazarse en el terreno, recuerde llevar consigo un suministro de agua potable o salubre. Las bebidas calientes, como el té y el café, no presentan riesgos, pero evite la leche, la crema y los helados, a menos que tenga la certeza de que están pasteurizados.

En general, es necesario beber una mayor cantidad de agua en los climas cálidos, sobre todo, si tiene diarrea o fiebre. También puede resultar beneficioso agregarle

## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

Guía sobre seguridad para voluntarios – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

al agua sales de rehidratación oral a fin de recuperar las sales perdidas al sudar. Asimismo, se deben beber mayores cantidades de líquidos para prevenir la deshidratación.

### Diarrea

La diarrea es el problema de salud más habitual de los voluntarios. Puede ser causada por bacterias, virus o parásitos intestinales y la mayoría de los episodios son breves y no requieren ningún tratamiento especial además de la reposición de las sales minerales y los líquidos perdidos.

Se puede compensar la pérdida de líquidos bebiendo agua con sales de rehidratación oral, jugos de frutas, caldos o algún té suave. Conviene evitar los productos lácteos y las bebidas alcohólicas, ya que podrían empeorar los síntomas. Asimismo, la cafeína y el alcohol pueden agravar la deshidratación. Opte por alimentos livianos, como arroz frito, plátanos (bananas), papayas, papas (patatas), pan seco o bizcochos y, en lugar de hacer pocas comidas abundantes, es conveniente que ingiera varios platos pequeños a intervalos más frecuentes.

Si la diarrea dura más de un día, si está acompañada de fiebre o si usted observa sangre en las heces, busque atención médica y solicite un análisis de heces para determinar la causa.



### 8. Protección de la piel

La exposición a los rayos ultravioletas del sol puede provocar insolación o un golpe de calor agudo, sobre todo en el caso de las personas de tez clara. Si se expone a la luz solar de manera gradual, se adaptará más fácilmente: use un sombrero, lleve gafas de sol y aplíquese una crema solar con factor de protección alto.

En climas calurosos y húmedos, las heridas pequeñas, como los cortes, los rasguños, los raspones y las picaduras de insectos, podrían infectarse y tardar varios días en curarse. Es importante que no las descuide: siempre desinfecte y cubra la zona afectada con una gasa durante el día pero, de ser posible, deje la herida descubierta durante la noche para facilitar la cicatrización.

## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

Salud personal – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

Reemplace la gasa una vez al día como mínimo y verifique que la zona alrededor de la herida no esté inflamada —enrojecida y caliente al tacto—; en caso contrario, consulte a un profesional de la salud para que le coloque un vendaje.

***Tenga cuidado al manipular animales, sobre todo monos, perros y gatos, para evitar mordidas que podrían transmitirle alguna enfermedad grave, como la rabia o la peste.***

## Control del estrés

Todas las personas sentimos o padecemos los efectos del estrés de una u otra manera. El estrés es una consecuencia normal —la reacción natural del cuerpo ante un reto físico o emocional— y puede constituir un factor positivo al activar el cuerpo, la mente y la energía de quien lo padece. Se suele definir como la capacidad de un individuo para movilizar todos los recursos de su organismo de manera que pueda reaccionar apropiada e inmediatamente ante una situación.



Sin embargo, si fuera demasiado difícil controlar o afrontar los factores causantes del estrés, se agotarán los recursos de los que dispone el cuerpo y la persona terminará sufriendo formas perjudiciales o disfuncionales de estrés.

**El estrés básico** es el estrés “de fondo” o subyacente. Puede ser provocado por distintas fuentes de tensión, ya sean de origen individual, emocional, familiar o social, y puede intensificarse conforme se modifican las circunstancias de la vida cotidiana.

**El estrés acumulativo** aparece tras una exposición prolongada a factores que causan estrés, tanto laborales como no laborales, y puede originar un estado de extenuación conocido como “agotamiento laboral” (burnout). Los factores del estrés acumulativo incluyen desde una larga relación sentimental o problemas económicos hasta la soledad y una presión laboral excesiva durante un plazo extenso.

**El estrés traumático** se debe a situaciones ajenas a la rutina cotidiana que hacen sentir que la vida se encuentra amenazada. También puede padecer estrés traumático quien es testigo o víctima de actos de violencia, hechos brutales, algún desastre natural, el secuestro de rehenes, el fallecimiento de un colega o situaciones emocionales extremas. Si no se lo trata correctamente, puede causar un síndrome de estrés postraumático, una patología que requerirá la derivación a un especialista en salud mental.

### Algunas de las principales causas del estrés:

- » Condiciones de vida arduas y un entorno difícil: aislamiento, falta de privacidad, condiciones climáticas extremas.

## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

Control del estrés – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

- » Diferencias culturales, situaciones con las que la persona no está familiarizada y falta de vínculos sociales: por ejemplo, el papel de las mujeres en la sociedad, los ritos sociales y religiosos, la imposibilidad de practicar los propios hábitos culturales, los procesos laborales que dependen de influencias sociales, culturales y espirituales ajenas; las restricciones impuestas por las condiciones de seguridad locales, la ignorancia, la carencia de conocimientos, etc.
- » Gran volumen de trabajo, inactividad y expectativas poco ajustadas a la realidad: temor de no poder cumplir las funciones y completar exitosamente las tareas asignadas.
- » Control limitado de alguna situación.
- » Problemas personales o familiares: por ejemplo, problemas económicos personales, problemas con el cónyuge o los familiares, problemas de salud, etc. En la medida de lo posible, es vital que cada persona afronte y resuelva este tipo de problemas.
- » Problemas de comunicación o en las relaciones personales.
- » Ser testigo o víctima de alguna tragedia.
- » Problemas de salud: salud general precaria, necesidad de adoptar precauciones adicionales durante un período prolongado, como la necesidad de tomar medicamentos todos los días, de usar permanentemente los mosquiteros de cama, de hervir y purificar el agua, o de adoptar cuidados especiales para la higiene.

## Los signos del estrés acumulativo

La clave para identificar el estrés acumulativo radica en observar los cambios en la conducta de la persona.

Síntomas físicos: cansancio excesivo, diarrea, constipación, dolores de cabeza, espalda o abdomen; trastornos del sueño, cambios en el apetito.

Signos emocionales: ansiedad, frustración, culpa, estado de ánimo cambiante, pesimismo u optimismo infundado, irritabilidad, episodios de llanto, pesadillas, apatía, depresión.

## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

Guía sobre seguridad para voluntarios – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

Signos mentales: olvidos, falta de concentración, desempeño deficiente en las tareas, actitud negativa, pérdida de la creatividad y la motivación, aburrimiento, autocríticas negativas, pensamientos paranoides.

Signos observados en las relaciones personales: sensación de aislamiento, aislamiento social real, resentimiento, intolerancia o actitudes molestas hacia los demás, soledad, problemas matrimoniales, conductas antisociales.

Cambios en la conducta: mayor consumo de alcohol, tabaco o drogas; modificación de los hábitos alimentarios o las conductas sexuales, aumento de los comportamientos riesgosos, hiperactividad, tendencia a evitar ciertas situaciones, actitudes cínicas.

## Síntomas del agotamiento laboral

El agotamiento emocional es la característica sobresaliente de este síndrome, que aparece cuando los síntomas del estrés acumulativo se intensifican y se tornan crónicos.

Los síntomas principales son los siguientes:

- » trastornos del sueño crónicos, problemas somáticos y extenuación;
- » deterioro de las capacidades mentales, pérdida de la memoria y disminución de la eficiencia;
- » menor autoestima y obsesión con el fracaso;
- » desilusión profunda y, en ocasiones, rechazo de los valores; y
- » ataques de pánico o episodios paranoides, y depresión severa.



## Medidas para prevenir el estrés acumulativo

- » Cuidese: SEA REALISTA respecto de sí mismo.
- » Conózcase a sí mismo: sea consciente de sus recursos y limitaciones, así como de sus reacciones ante el estrés.

## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

Control del estrés – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

- » No sea excesivamente crítico con sus colegas, ya sean voluntarios o personal remunerado.
- » Esté alerta ante los posibles cambios en las conductas de los demás.



- » Reconozca la importancia de disponer de sistemas de apoyo adecuados, apóyese mutuamente con sus colegas, demuestre a otros voluntarios que se preocupa por ellos y escúchelos, pída apoyo a sus colegas de la filial y de la Sociedad Nacional.
- » Siga una dieta equilibrada y evite el consumo excesivo de alcohol.
- » Manténgase en forma: necesita tener tiempo suficiente para descansar, recuperarse, y entablar y mantener relaciones con otras personas.
- » Contemple tiempo para llevar a cabo las actividades que disfruta.

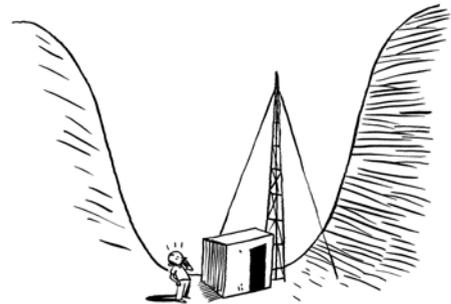


## Medidas para mantenerse a salvo en caso de desastres naturales, emergencias o crisis



En la mayoría de los desastres, crisis y emergencias, se deben tener en cuenta los factores que se expone a continuación:

En la mayoría de casos, las **telecomunicaciones** plantearán dificultades, pues los sistemas de telefonía —tanto fija como móvil— suelen ser los primeros que dejan de funcionar o se saturan. Por lo tanto, en zonas donde las catástrofes naturales son habituales, conviene disponer de alguna forma de comunicación auxiliar, como teléfonos satelitales o sistemas de radiocomunicación, y estar familiarizado con el uso de esos dispositivos. Aprenda a utilizar el equipo de comunicación y verifique que funciona correctamente cada vez que vaya a salir de su base de operaciones.



Los medios de **transporte y desplazamiento** pudieran verse afectados, pues las carreteras podrían haber quedado destruidas o estar bloqueadas por personas que tratan de huir. En estos casos, se deberá recurrir a otros medios de transporte, sin jamás hacer caso omiso de las medidas de seguridad.

## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

Medidas para mantenerse a salvo en caso de desastres naturales, emergencias o crisis – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

Cumpla con los procedimientos de radiocomunicación y respete los canales dedicados exclusivamente para las emergencias y las operaciones

Cuando transmita información, hable siempre despacio y de manera clara.

Elabore una lista de los números de emergencia de las principales instituciones con las que se deba establecer contacto.

Viaje en vehículos identificados con el emblema de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja.

Los voluntarios no deben desplazarse en vehículos que utilicen la policía, las fuerzas armadas o los cuerpos de seguridad.

**Primeros auxilios y protección contra incendios:** las oficinas, los depósitos y los vehículos deben contar con un botiquín de primeros auxilios completo que permita atender a los miembros del grupo de trabajo que pudieran sufrir heridas leves.

**Visibilidad e imagen:** asegúrese de llevar consigo el uniforme, el chaleco, un documento de identidad con fotografía y la credencial, y repase los Principios Fundamentales y las normas que rigen el uso del emblema. NO use uniformes ni materiales que pudieran ser confundidos con los de la policía, las fuerzas militares o los cuerpos de seguridad pública, a fin de evitar equívocos y percepciones erróneas.

La capacidad de los **centros de atención médica** podría verse colmada por la llegada de personas gravemente heridas, por lo que deberá estar preparado para atender personalmente las lesiones leves. Lo mismo se aplica en caso de incendios: las oficinas y los vehículos deberán disponer de extintores y equipos para combatir el fuego. En las zonas propensas a las catástrofes naturales, los primeros auxilios y las principales técnicas de protección contra incendios deben formar parte de la formación básica.

En la mayoría de los casos, la situación podría superar la capacidad de las **autoridades** locales y, con una población desesperada, los delitos y la violencia podrían intensificarse. A raíz de un desastre es probable un significativo aumento de los saqueos y los atracos; convendrá tener presente esta circunstancia en la ejecución de operaciones en estos contextos. Así, las medidas de seguridad durante los traslados serán más importantes que nunca.



## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

Guía sobre seguridad para voluntarios – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

A continuación figuran algunas pautas generales sobre seguridad. Se puede consultar información sobre recomendaciones más específicas para casos de terremotos, inundaciones, huracanes, ciclones, tsunamis, aludes de lodo o erupciones volcánicas en el manual de seguridad *Stay safe – Manténgase a salvo: Guía de la Federación Internacional para una misión más segura*.

Recuerde que casi todas las zonas están expuestas a algún riesgo natural específico, por lo que todas las Sociedades Nacionales deberían analizar las amenazas y los peligros para identificar aquellos inherentes al tipo de desastre natural probable.

En algunos casos, ello puede incluir los riesgos relacionados con las inundaciones, como las mordeduras de serpientes, la eventual presencia de cocodrilos y la mayor probabilidad de contraer paludismo.

Esté preparado y anticipéase a las necesidades que pudieran surgir.

### Antes de un desastre

Evalúe el riesgo, verifique los datos y analice la situación, recopile información básica y examine diferentes hipótesis:

- » Manténgase actualizado por medio de internet, la radio y la televisión.
- » Planifique la vía de evacuación y practique cómo utilizarla. Todo plan de evacuación debe incluir información sobre las vías más seguras y los principales agentes o autoridades locales. Asegúrese de contar con más de una vía de evacuación, pues algunos caminos o carreteras pudieran quedar bloqueados. Verifique el plan de contingencia con su familia, la filial de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja y la oficina central.
- » Cerciórese de que esté claramente visible su documento de identidad, uniforme, chaleco, gorra o casco donde aparezca el emblema de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja.
- » Tenga presente la ubicación del hospital o del centro de salud más cercano y verifique la cobertura de su póliza de seguro y las fechas de caducidad.
- » Acuerde un punto de encuentro en una zona segura y cerciórese de que todos los voluntarios lo conozcan.
- » Familiarícese con los procedimientos de emergencia y evacuación.

## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

Medidas para mantenerse a salvo en caso de desastres naturales, emergencias o crisis – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

- » Esté al tanto de todas las medidas de protección vigentes en su zona de operaciones.
- » Verifique que realmente dispone del siguiente equipo de seguridad:

- ✓ una linterna con baterías adicionales;
- ✓ una radio con baterías adicionales;
- ✓ un silbato para llamar la atención de los socorristas;
- ✓ un manual y un botiquín de primeros auxilios con elementos esenciales (mosquitero de cama, repelente de insectos, mascarilla, guantes, cloro, sales de rehidratación oral, tiritas, jabón, gasa, toallitas desinfectantes, etc.);
- ✓ el chaleco y la gorra con el emblema de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja;
- ✓ botas de hule, impermeable o poncho para la lluvia, y mochila;
- ✓ un bidón plástico plegable para almacenar agua (10 litros);
- ✓ agua y provisiones para emergencias;
- ✓ herramientas básicas (pala, hacha, sogas, clavos, martillo, etc.);
- ✓ mapas de la zona y una lista de los principales contactos y números telefónicos; y
- ✓ equipo opcional, como bolsa de dormir, tienda de campaña, chaleco salvavidas, colchón portátil, etc.



## Durante un desastre

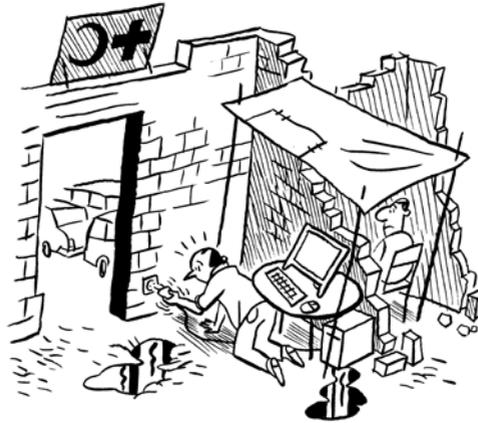


De ser posible, manténgase constantemente informado de los últimos acontecimientos por medio de la radio o la televisión.

- » Si los servicios de información locales no están disponibles, manténgase informado por medio de llamadas telefónicas.
- » No busque refugio en edificios que hayan sufrido daños.
- » Compórtese de forma honesta y demuestre disciplina y respeto ante la cultura local, incluidas las costumbres, el código de vestimenta y otros aspectos delicados.
- » Recuerde que representa a la Cruz Roja y la Media Luna Roja, lo que significa que su conducta afectará a todo el Movimiento y tal vez ponga en riesgo la seguridad de otros voluntarios.
- » Para evitar ser un blanco fácil de los delitos, trate de pasar inadvertido y esté siempre atento a su entorno y al vecindario.
- » Cuide de su bienestar físico y psicológico y pida ayuda si la necesita. Descanse y evite trabajar períodos excesivamente largos.



## Después de un desastre



- » Reúname con el resto del equipo en el punto acordado y proceda a contar a los presentes: cerciőrese de que todos los voluntarios estén allí o de que sabe dőnde y en quė condiciones se encuentran.
- » Tras una catástrofe, comuníquese de inmediato con la oficina central de la Sociedad Nacional.
- » Verifique que no tenga ninguna lesi3n f3sica y administre los primeros auxilios a quienes estén gravemente heridos.
- » Recuerde que tras la catástrofe inicial pueden ocurrir nuevos terremotos, r3plicas, inundaciones repentinas, aludes de lodo, lluvias torrenciales, etc.
- » Inspeccione el edificio para comprobar si est3 dańado e ingrese nuevamente solo si tiene la certeza de que no es peligroso. Permanezca afuera de los edificios afectados: las r3plicas, las inundaciones repentinas y las lluvias torrenciales, por ejemplo, pueden resultar letales si la estructura del inmueble ya est3 dańada o debilitada.
- » Algunos de los principales peligros que surgen tras un terremoto son el derrumbe de las edificaciones, las explosiones por fugas de gas y las electrocuciones causadas por redes de electricidad dańadas.
- » Jam3s toque los cables que hayan ca3do al suelo o cuelguen de postes, ni los objetos con los que est3n en contacto, pues pueden conducir electricidad y

## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

Guía sobre seguridad para voluntarios – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

resultar letales o causar heridas graves. Compruebe si el sistema eléctrico ha sufrido daños. Si ve chispas, si encuentra cables cortados o con la protección aislante dañada, o si nota que del recubrimiento protector de los cables emana olor a quemado, corte el suministro eléctrico desde el tablero de fusibles central o por medio de un disyuntor, pero únicamente si considera que es seguro hacerlo. Sin embargo, si para alcanzar los fusibles o el disyuntor debe atravesar una zona cubierta de agua, ni siquiera lo intente. Abandone el lugar con sumo cuidado y procure el asesoramiento de un profesional.

- » Compruebe si hay peligro de incendio y la presencia de materiales explosivos o inflamables.
- » Verifique si hay alguna fuga de gas: si siente olor a gas u oye algún sonido sibilante, salga de inmediato y advierta a los demás. Si sospecha que hay una fuga de gas, no active ni utilice los interruptores, los aparatos eléctricos, los teléfonos ni las llamas expuestas, pues las chispas pueden inflamar el gas. Si la fuga se enciende, no intente apagar el fuego.
- » Manténgase constantemente informado. De ser posible, escuche la radio o vea la televisión para enterarse de las últimas novedades.
- » En caso de ser necesario, brinde apoyo psicológico a los voluntarios y a sus familiares.



Recuerde que a menudo la radio, la televisión y las redes telefónicas serán los primeros sistemas de comunicación que dejarán de funcionar cuando ocurra una catástrofe natural. Si cuenta con un teléfono satelital, podrá realizar llamadas para comunicarse con la oficina central de la Sociedad Nacional y así mantenerse al tanto de las condiciones que existan luego del desastre y proporcionar un informe actualizado sobre su propia situación.

## El servicio voluntario en la Cruz Roja y la Media Luna Roja



Cuando Henry Dunant presenció la tragedia humanitaria que desencadenó la batalla de Solferino, el 24 de junio de 1859, alentó a las personas de la comunidad a que prestaran servicios voluntariamente para atender a las necesidades locales.

La semilla que dio origen a las Sociedades Nacionales fue la idea de que los voluntarios de todos los países debían recibir una formación sistemática de modo que estén preparados para brindar asistencia en caso de conflicto, guerra, catástrofe, crisis o emergencia.

El servicio voluntario está consagrado en uno de los Principios Fundamentales del Movimiento Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja y las Sociedades Nacionales suelen prestar sus servicios por medio de la colaboración de voluntarios.

Para ayudar a afianzar a las comunidades, los voluntarios adquieren nuevas destrezas y entablan vínculos sociales. El servicio voluntario es una forma de ayudar a las comunidades a fortalecer sus capacidades para hacer frente a las crisis. Los voluntarios incrementan el valor de las Sociedades Nacionales de muchas maneras, pero este valor agregado suele pasar inadvertido.

**Los voluntarios ya están donde son necesarios:** cuando ocurren conflictos, desastres o epidemias, los voluntarios ya se encuentran en el lugar de los hechos y, por ende, pueden actuar de inmediato. Los socorristas que vengan desde otro lugar siempre llegarán después o, quizá, demasiado tarde.

**Los voluntarios trabajan a tiempo parcial,** habitualmente unas cuatro horas por semana. Por lo tanto, se necesitan diez voluntarios para llevar a cabo las tareas de un empleado remunerado a tiempo completo. En otras palabras, cuando los voluntarios, y no el personal remunerado, prestan servicios, participan diez ve-

ces más personas. Por consiguiente, a través del servicio voluntario aumenta el número de personas locales que colaboran con una Sociedad Nacional y este aspecto sirve para fortalecerla.

Además, como su participación está limitada a unas pocas horas por semana, los voluntarios pueden combinar los servicios prestados con su vida familiar y los compromisos laborales, y así continuar desempeñándose como tales año tras año.

**Los voluntarios aportan diversidad y capacidades especiales:**

Al contratar empleados, la elección se limita a quienes están a la búsqueda de un nuevo trabajo y aceptan el salario y las condiciones ofrecidos. Al captar voluntarios, la elección es mucho más amplia, pues prácticamente cualquier persona puede cumplir esta función, incluidos quienes tienen mejor formación académica, poseen alguna destreza especial o pueden trabajar en horarios fuera de lo común. Los voluntarios también pueden ser captados de entre los beneficiarios y grupos con antecedentes o características totalmente diferentes de los del personal remunerado.

La Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja dirige un llamamiento a los gobiernos y a las Sociedades Nacionales de todo el mundo para que aumenten la protección que se brinda a los voluntarios mediante la identificación y la eliminación de las brechas y los obstáculos existentes en las leyes y en las políticas sobre diversos aspectos –como la responsabilidad jurídica, los seguros, la salud y la seguridad, y mediante la adopción de sistemas eficaces de apoyo.

**Los voluntarios son un recurso sostenible:**

Los programas para voluntarios locales pueden adaptarse con poco esfuerzo a entornos cambiantes y resultan muy poco costosos de mantener. Al mismo tiempo, una organización dinámica con buenos sistemas de gestión de voluntarios puede renovar fácilmente su cuerpo de voluntarios al atraer y retener a las nuevas generaciones.

En el ámbito de las filiales, el **programa de fomento del servicio voluntario y de los jóvenes de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja** se basa en la conmemoración del Año Internacional de los Voluntarios +10, la campaña “Encuentra al voluntario en ti”, la nueva política sobre servicio voluntario aprobada por la Asamblea General en noviembre de 2011 y la resolución 4 adoptada por la Conferencia Internacional el 1 de diciembre de 2011 —Afianzar la función de auxiliares de los poderes públicos: establecer asociaciones para el fomento del desarrollo de Sociedades Nacionales sólidas y del servicio voluntario—.

## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

El servicio voluntario en la Cruz Roja y la Media Luna Roja – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

En cuanto a la Federación, su principal ventaja estratégica y comparativa radica en que es la única organización humanitaria internacional del mundo con arraigo popular y comunitario. No exporta ni importa generosidad: la comparte de manera fraterna. La Federación es una organización mundial, pero gracias a los voluntarios, también es auténticamente local.

Esto es importante, porque el dinero no puede brindar asistencia; eso solo lo pueden hacer las personas.



## Tiempo dedicado al servicio voluntario

Los voluntarios suelen dedicar su tiempo y su energía al Movimiento de la siguiente manera:

- » realizan periódicamente una actividad comunitaria durante tres o cuatro horas por semana, ya sea a la noche o durante los fines de semana;
- » dedican tres o cuatro horas por mes a tareas específicas, como en el caso de los dirigentes de la junta local (órganos de gobierno de la filial de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja); brindan asesoramiento jurídico o técnico en su campo de especialización; ayudan a terceros mediante llamadas telefónicas o comunicaciones en línea; formulan campañas humanitarias; realizan traducciones; ofrecen formación, etc.;
- » dedican tiempo y energía a proyectos cortos que duran de uno a tres meses (actividades de promoción y fomento, campañas publicitarias, pasantías, desarrollo de ideas, actualización de páginas web, etc.);
- » participan en una actividad por año (durante uno o más días), por ejemplo, algún curso de formación, alguna conferencia, la celebración del Día de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja el 8 de mayo, el Día del VIH/SIDA, campañas contra la discriminación y la violencia, actividades para la obtención de fondos y otras actividades comunitarias;



## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

Guía sobre seguridad para voluntarios – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

» el cuerpo de voluntarios puede ampliarse a gran velocidad: en momentos de necesidad, los aportes efectuados por los voluntarios pueden aumentar velozmente, pues durante las emergencias aportan más tiempo de lo que contribuirían normalmente y también es posible desplegar con rapidez a los nuevos voluntarios en el terreno si se cuenta con la capacidad de dirección y los sistemas de apoyo adecuados.



## Gestión de los voluntarios

Los jefes y los coordinadores de los voluntarios que colaboran con una filial — quienes a su vez pueden ser voluntarios o empleados remunerados— suelen trabajar la noche y durante los fines de semana en la coordinación de las tareas de los voluntarios. Para facilitar su labor, el jefe de los voluntarios también puede ser el secretario general adjunto de la filial, lo que le permitirá representar a la institución en diferentes reuniones y actividades, coordinar las actividades de la Cruz Roja y la Media Luna Roja y poner en marcha las intervenciones de emergencia en caso de crisis o catástrofes naturales. Al ocupar este cargo, los jefes de los voluntarios también están en capacidad de movilizar los recursos de la filial local según sea necesario, ya se trate de vehículos, equipos, depósitos, computadoras, u otros.

Se ha confiado a las Sociedades Nacionales la prioridad de invertir en el fomento del desarrollo de los voluntarios y garantizar su adecuada preparación para desempeñar su trabajo, a través de información pertinente y oportuna, formación y equipamiento, así como retroalimentación relativa a su desempeño, y la adopción de medidas de salud y seguridad que les benefician en función de una evaluación adecuada.



## Política sobre servicio voluntario

*Aprobada por la Asamblea General, en su XVIII período de sesiones celebrado del 23 al 25 de noviembre de 2011, en Ginebra. La política será objeto de examen por parte de la Asamblea General en su XXI período de sesiones, en 2017.*

### Introducción

El propósito de la presente política es orientar el servicio voluntario en la Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja.

En la *Estrategia 2020* se plantea a la Federación Internacional el desafío de “hacer más, hacerlo mejor y lograr más” para salvar vidas y cambiar mentalidades. Asimismo, se reconoce que las personas son el recurso más importante para su propio progreso, y que este solo puede sostenerse si ellas mismas asumen el liderazgo del proceso y se sienten identificadas con él.

En la *Estrategia 2020* también se reconoce que el servicio voluntario es uno de los ejes centrales del fortalecimiento de la comunidad y un factor que contribuye al desarrollo humano sostenible. Habida cuenta de la confianza depositada en las Sociedades Nacionales de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja para que presten servicios a las comunidades desde su seno, el servicio voluntario es la piedra angular de la constitución y el mantenimiento de Sociedades Nacionales sólidas. La capacidad y la eficacia de una Sociedad Nacional están directamente vinculadas con su habilidad para movilizar y habilitar a los voluntarios provenientes de distintos sectores de las comunidades a las que presta servicios y organizar la gestión de éstos. Esa capacidad depende, a su vez, de los valores y las actitudes que demuestra la Sociedad Nacional cuando se dirige a los miembros de las comunidades con el ánimo de inspirarlos a prestar servicios voluntarios.

Los voluntarios de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja realizan actividades en circunstancias diversas y complejas en un mundo en rápida evolución en donde las tendencias sociales, demográficas, económicas y medioambientales, así como los avances tecnológicos, transforman la estructura y la vida de las comunidades al igual que la forma en la que las personas prestan servicios voluntarios. La Federación Internacional ha asumido el compromiso de promover una cultura de servicio voluntario en la sociedad en general y a hacer de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja la opción preferida de quienes deseen prestar servicios voluntarios.

### Definición de servicio voluntario y de voluntario

Un voluntario de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja es una persona que desempeña, ocasional o regularmente, actividades de servicio voluntario para una Sociedad Nacional.

## **Voluntarios, ¡manténganse a salvo!**

Guía sobre seguridad para voluntarios – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

Los voluntarios de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja trabajan en aras de un mundo más humano y pacífico. Para lograrlo, brindan servicios directamente a las personas vulnerables e intentan prevenir y reducir la vulnerabilidad y la exclusión siempre que sea posible. Los voluntarios también desempeñan funciones de gobierno y dirección en las Sociedades Nacionales y la Federación Internacional.

El servicio voluntario en la Cruz Roja y en la Media Luna Roja está organizado por representantes acreditados de las Sociedades Nacionales y tiene por objeto promover los servicios y las actividades de las Sociedades Nacionales mediante una labor conforme, en todo momento, a los Principios Fundamentales de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja. La prestación de servicios voluntarios emana del libre albedrío de las personas y no está motivada por un deseo de obtener beneficios materiales o pecuniarios, ni resulta de presiones externas de carácter social, económico o político.

### **Protección y apoyo para los voluntarios**

Las Sociedades Nacionales cuentan con sistemas de gestión y con prácticas adecuados para supervisar, apoyar y motivar a los voluntarios. Ambas herramientas están adaptadas al contexto específico en el que los voluntarios se desempeñan y tienen en cuenta las nuevas tendencias en el servicio voluntario que, en ocasiones, pueden ir más allá de las estructuras establecidas de las Sociedades Nacionales e incluyen, por ejemplo, el servicio voluntario extraoficial, en línea, a nivel empresarial u otras formas de servicio voluntario institucional.

Las Sociedades Nacionales velan por que los voluntarios dispongan de una preparación adecuada para desempeñar su trabajo, mediante información pertinente y oportuna, formación y equipo, retroalimentación relativa a su desempeño, y medidas de salud y seguridad producto de una reflexión adecuada. Asimismo, las Sociedades Nacionales aseguran a sus voluntarios contra accidentes y les brindan apoyo psicosocial apropiado según proceda.

En ciertas circunstancias, los voluntarios pueden encontrarse directamente en situación de vulnerabilidad; en tales casos las Sociedades Nacionales velan por que se atienda debidamente sus necesidades en materia de asistencia y protección.

Las Sociedades Nacionales facilitan a los voluntarios el acceso a oportunidades de formación acreditada y desarrollo personal, para así ayudarlos a asumir en mejores condiciones las responsabilidades y funciones acordadas, así como para alentarlos a fortalecer sus habilidades y su capacidad, y a asumir ulteriormente otras funciones en la Cruz Roja y en la Media Luna Roja.

Cuando surge la necesidad o la oportunidad de que un voluntario de una Sociedad Nacional lleve a cabo un trabajo remunerado, ya sea de forma ocasional o

## **Voluntarios, ¡manténganse a salvo!**

**Política sobre servicio voluntario** – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

bajo contrato, la Sociedad Nacional reconoce ese cambio de condición y vela por que el empleo se ajuste a la legislación nacional pertinente.

### **Reconocimiento de los voluntarios y de sus logros**

Las Sociedades Nacionales reconocen la importante función que desempeñan los voluntarios en la organización; así, aprovechan de toda oportunidad, oficial y ofi-ciosa, para reconocer de forma individual y colectiva el trabajo y la consiguiente incidencia de los voluntarios.

Las Sociedades Nacionales alientan a los voluntarios a participar en los proce-sos institucionales de adopción de decisiones, así como en la planificación y la mejora de las actividades en las que participan. Los voluntarios tienen derecho a convertirse en miembros de la Sociedad Nacional, siempre y cuando hayan aceptado formalmente las condiciones de adhesión conforme a lo dispuesto en los estatutos de la Sociedad Nacional.

### **Promoción de los voluntarios y del servicio voluntario**

Las Sociedades Nacionales reconocen el valor de contar con una amplia diver-sidad de voluntarios, y promueven su adhesión con independencia de la raza, el origen étnico, el sexo, la orientación sexual, la religión, la discapacidad o la edad de las personas. Eliminan toda barrera a la participación de índole física, económica, social o cultural, y captan a los voluntarios en función de su capaci-dad eventual. Las Sociedades Nacionales reembolsan a los voluntarios aquellos gastos previamente autorizados que se deriven de sus actividades voluntarias. Asimismo, las Sociedades Nacionales trabajan con los gobiernos, el sector empre-sarial y otros asociados para promover un ambiente propicio al servicio volunta-rio en la esfera nacional.

### **Acuerdo respecto de los derechos y las responsabilidades de los voluntarios**

Las Sociedades Nacionales facilitan a los voluntarios orientaciones y normas por escrito en las que se establece los derechos y las responsabilidades tanto de la Sociedad Nacional como de sus voluntarios. Se espera que los voluntarios de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja actúen en todo momento de conformidad con los Principios Fundamentales. Los voluntarios deben, además, respetar las normas relativas al uso del emblema y evitar el uso indebido de este. En caso de emergencia, deberán ponerse a disposición de la Sociedad Nacional, en función de sus capacidades y habilidades, según lo acordado con la Sociedad Nacional.

En su trabajo con las personas vulnerables, se espera que los voluntarios se esfuercen por que los servicios que presten se adhieran a las más elevadas normas de calidad. En el cumplimiento de sus deberes, los voluntarios se abstienen de

toda discriminación y responden a las necesidades de las personas vulnerables con sentido humanitario y respeto, además de que mantienen absoluta discreción respecto de las personas a quienes asisten.

## **Incidencia de la política**

Al afianzar la importancia de los voluntarios y del servicio voluntario, esta política brinda orientación a las Sociedades Nacionales para la formulación o la actualización de sus respectivas políticas en la materia con el propósito de sentar entornos propicios para los voluntarios y el servicio voluntario.

El resultado esperado de la aplicación satisfactoria de la presente política es una participación más amplia de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja en el ámbito del servicio voluntario, que se medirá a la luz del incremento del número de personas que opten por iniciar y continuar la prestación de servicios voluntarios por conducto de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja.

Ese aumento se calculará en función de la línea base de referencia correspondiente a 2010, a través del sistema de información general interno de la Federación Internacional.

## Política de la juventud

*Aprobada por la Asamblea General, en su XVIII período de sesiones celebrado del 23 al 25 de noviembre de 2011, en Ginebra. La política será objeto de examen por parte de la Asamblea General en su XXI período de sesiones, en 2017.*

### Introducción

El propósito de la presente política es informar, orientar y fomentar la participación de los jóvenes en la Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja (en lo sucesivo, Federación Internacional).

En la *Estrategia 2020* se plantea a la Federación Internacional el desafío de “hacer más, hacerlo mejor y lograr más” para salvar vidas y cambiar mentalidades. Se exhorta a prestar especial atención a los jóvenes, con miras al presente y al futuro, y se reconoce la función singular que desempeñan en la constitución y el mantenimiento de comunidades fundadas en el respeto y la solidaridad.

En la *Estrategia 2020* se reconoce que para la consolidación y el mantenimiento de Sociedades Nacionales fuertes éstas deben captar y preservar el interés de un mayor número de jóvenes. Asimismo, se recomienda capacitar y habilitar a los jóvenes y fomentar su autonomía para que asuman con dinamismo la dirección de actividades voluntarias y participen tanto en éstos como en el gobierno, la gestión y los servicios de las Sociedades Nacionales.

### Definición de juventud

En la Federación Internacional, los términos “juventud” y “jóvenes” abarcan a las personas cuya edad oscila entre los 5 y los 30 años, incluidos los niños (entre los 5 y los 11 años), los adolescentes (entre los 12 y los 17 años) y los jóvenes adultos (entre los 18 y los 30 años). Este rango de edad constituye una orientación razonable para las Sociedades Nacionales en el establecimiento de sus propias definiciones, de conformidad con el ordenamiento jurídico, las normas sociales y los contextos culturales específicos de su entorno.

### Reconocimiento de la función que desempeñan los jóvenes

Las Sociedades Nacionales reconocen y valoran la importancia de las funciones que desempeñan los jóvenes y las contribuciones que aportan ante los diversos desafíos en los ámbitos humanitario y de desarrollo. Entre sus múltiples funciones cabe mencionar las de innovadores, pioneros en el uso de nuevos medios de comunicación, de las redes sociales y de otras tecnologías, embajadores interculturales, intermediarios entre pares, promotores de la movilización en las comunidades, agentes del cambio de comportamiento y defensores de las personas vulnerables. Las Sociedades Nacionales reconocen la función de vanguardia de los jóvenes en los esfuerzos orientados a la solución de problemas contemporáneos y emergentes.

## **Voluntarios, ¡manténganse a salvo!**

Guía sobre seguridad para voluntarios – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

Los jóvenes aportan aptitudes y competencias indispensables en su colaboración con numerosas personas mayores, en un ambiente de respeto mutuo. Se trata de un factor esencial para la transferencia de experiencia entre generaciones, de vital importancia tanto para el progreso como para la estabilidad de la sociedad.

### **Fortalecimiento de la contribución de los jóvenes**

Las Sociedades Nacionales imparten instrucción a los jóvenes en los valores humanitarios y los Principios Fundamentales del Movimiento Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja, y los alientan a adquirir las destrezas prácticas necesarias para vivir, trabajar y relacionarse con los demás, en consecuencia.

Las Sociedades Nacionales brindan a los adolescentes y a los jóvenes adultos la oportunidad de participar en calidad de miembros activos, voluntarios, o como personal remunerado, en función de la legislación laboral vigente en el país.

Se favorece la participación de los jóvenes en todas las actividades de la Sociedad Nacional, concediéndose atención a las condiciones específicas en cuanto a la edad, las destrezas y la experiencia necesarias, así como a su seguridad y bienestar. Se alienta a los jóvenes a participar plenamente en la planificación, la concepción, la prestación y el examen de los servicios de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja a los que contribuyen o de los que se benefician. Las Sociedades Nacionales brindan a los jóvenes, en particular a los jóvenes dirigentes, la oportunidad de participar en procesos de adopción de decisiones tanto a nivel nacional como internacional.

Las Sociedades Nacionales incluyen cabalmente a los jóvenes en las actividades de gobierno y gestión, tanto a nivel de la oficina central como de las filiales. Los jóvenes pueden organizarse mediante estructuras integradas o específicas destinadas a la juventud, en función del contexto institucional que optimice su contribución en la Sociedad Nacional.

La Política sobre servicio voluntario de la Federación Internacional rige las relaciones entre los jóvenes voluntarios y las Sociedades Nacionales, reconociéndose, no obstante, que los jóvenes pueden tener necesidades distintas o adicionales a las de los voluntarios de más edad. En particular, las Sociedades Nacionales se esmeran en proteger a los colaboradores jóvenes.

Las Sociedades Nacionales brindan a los jóvenes voluntarios, miembros e integrantes del personal oportunidades para impulsar su desarrollo personal y profesional mediante el aprendizaje, la formación, y la preparación para que asuman funciones directivas en el presente y el futuro.

Se promueve intensamente las redes nacionales, regionales e internacionales establecidas por los jóvenes como cauces de valiosa contribución para la transmisión de conocimientos e innovadoras ideas en el Movimiento Internacional de la

## **Voluntarios, ¡manténganse a salvo!**

Política de la juventud – Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

Cruz Roja y de la Media Luna Roja. Las Sociedades Nacionales alientan y apoyan directamente a los jóvenes representantes para que participen en estas redes encaminadas a fomentar las aptitudes de dirección y el intercambio de ideas concretas e información sobre innovaciones y actividades.

Se alienta a los jóvenes que llegan a la edad adulta a que perseveren en su dinámica colaboración con la Sociedad Nacional, gracias a prácticas laborales eficaces que favorezcan su transición de las estructuras juveniles a aquellas destinadas a los adultos en la Sociedad Nacional.

## **Los jóvenes en calidad de beneficiarios**

En la sociedad contemporánea sujeta a la mundialización, los jóvenes enfrentan por doquier dificultades sin precedentes, incluidas la violencia, la explotación, la discriminación, el uso indebido de sustancias, los accidentes, las enfermedades, el desempleo, la pobreza como consecuencia de crisis financieras y económicas, la trata de personas, la migración y la urbanización. Además, los jóvenes podrían verse expuestos a riesgos adicionales derivados de presiones negativas entre pares con respecto a comportamientos individuales y sociales, y al uso inseguro de nuevas tecnologías en materia de comunicación y redes sociales.

Los esfuerzos destinados a combatir estas vulnerabilidades y ayudar a los jóvenes en la gestión y la mitigación de los riesgos que enfrentan están destinados a favorecer su desarrollo en calidad de miembros integrados, responsables y solidarios en las comunidades en las que viven. Por consiguiente, en la concepción y la prestación de los servicios de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja se concede especial atención a la seguridad y la protección de los jóvenes, así como a las necesidades en materia de desarrollo propias de su sexo y edad.

## **Incidencia de la política**

El resultado esperado de la aplicación con éxito de la presente política es un aumento tanto de la cantidad de jóvenes que colaboran con las Sociedades Nacionales como de quienes permanecen en ellas al llegar a la edad adulta. Se espera también un aumento de las actividades de las Sociedades Nacionales y de las medidas que adopten en relación con los jóvenes y la participación de éstos tanto en funciones de buen gobierno como de dirección. Los jóvenes participarán en actividades de elevada calidad e incidencia que contribuirán al fortalecimiento de las Sociedades Nacionales.

Esa incidencia se medirá a la luz de los informes presentados por las Sociedades Nacionales a través del sistema de información general interno de la Federación, en función de una línea base de referencia que se establecerá en 2012. Se alienta a las Sociedades Nacionales a que se doten de medidas adicionales específicas para dar seguimiento a la participación de los jóvenes en sus actividades y servicios.

## Anexo: Autoevaluación

Nombre: \_\_\_\_\_

***Todos los voluntarios que presten servicios en las filiales locales deben completar esta autoevaluación antes de llevar a cabo actividades en el terreno.***

Nº	Conocimientos y conciencia de la situación	No	En cierta medida	Si
1	¿Entiende plenamente los problemas sanitarios que afectan a su comunidad en cuanto al suministro de agua y saneamiento, las epidemias, la contaminación, el paludismo, la eliminación de desechos, los accidentes, los brotes repentinos de enfermedades, el VIH/SIDA, etc.?			
2	¿Está familiarizado con las condiciones de seguridad de la comunidad en cuanto a los accidentes de tránsito, los hurtos, los robos con violación de domicilio, la violencia o las actividades delictivas?			
3	¿Está al tanto de la existencia de problemas sociales en la comunidad causados, por ejemplo, por la falta de respeto, la discriminación o la estigmatización?			
4	¿Sabe cuáles son los desastres naturales que podrían ocurrir en la zona donde trabaja (terremotos, inundaciones, deslizamientos de tierras, incendios, inviernos crudos, sequías, huracanes, tsunamis, etc.)?			
5	¿Está al tanto de la posibilidad de que ocurran disturbios internos, protestas o motines en su región, zona o comunidad?			
6	¿Está al tanto de algún conflicto interno en su país en el que hayan participado las fuerzas militares y que haya afectado las condiciones de seguridad?			
7	¿Conoce y entiende plenamente los valores humanitarios y los Principios Fundamentales de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja?			
8	¿Cree que los siete Principios Fundamentales de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja son bien conocidos en su comunidad?			

## Voluntarios, ¡manténganse a salvo!

Anexo: Autoevaluación - Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

9	¿Está familiarizado con las normas que rigen el uso correcto de los emblemas de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja?			
10	¿Siente que la función protectora de los emblemas del Movimiento es ampliamente conocida y entendida en su comunidad?			
11	¿Conoce los procedimientos que suelen regir las operaciones que lleva a cabo la Sociedad Nacional a la que pertenece?			
	Conducta individual	Si	Un poco	No
1	¿Podrían las situaciones mencionadas anteriormente afectar su rutina o su vida cotidiana?			
2	¿Se siente inseguro por participar en esta actividad en el terreno en nombre de la Cruz Roja y la Media Luna Roja?			
3	¿Es posible identificarle como voluntario de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja por usar la vestimenta del Movimiento o una gorra con el emblema, o por llevar alguna identificación con fotografía, etc.?			
4	¿Podrían estas situaciones afectar a su familia, a sus parientes o a sus amigos íntimos?			
5	¿Podrían afectar su salud o su estado físico?			
6	¿Podrían afectar la forma en que se comunica con los demás?			
7	¿Podrían hacerle sentir asustado, tenso o temeroso?			
8	¿Podrían afectar la seguridad de su vivienda?			
9	¿Tiene algún seguro que cubra los accidentes y las enfermedades? ¿Está vigente? ¿Qué cobertura ofrece y cuáles son las excepciones?			

	Saber qué hacer	No	En cierta medida	Si
1	¿Sabe cómo hacer frente a los posibles problemas de seguridad?			
2	¿Sabe cómo controlar el estrés?			
3	¿Sabe cómo proporcionar los primeros auxilios en caso de accidente o enfermedad?			
4	¿Tiene su filial un programa de seguridad para los voluntarios?			
5	¿Sabe con quién debe comunicarse en caso de que ocurra algún incidente relacionado con la seguridad? ¿Sabe quién es el coordinador encargado de la seguridad de la filial local o de la oficina central de la Sociedad Nacional?			
6	¿Conoce los procedimientos que debe seguir para notificar incidentes?			

### Recomendaciones basadas en los resultados de la autoevaluación de seguridad:

1. **Conocimientos:** si respondió no o en cierta medida más de tres veces, debe profundizar sus conocimientos y hablar de estos temas con las personas de su comunidad.
2. **Conductas:** si respondió sí o en cierta medida más de tres veces, tiene que aprender a afrontar estas situaciones.
3. **Saber qué hacer:** si respondió no o en cierta medida más de tres veces, debe ponerse en contacto con la filial local o con la oficina central de la Sociedad Nacional para obtener asesoramiento en materia de seguridad.

## Documentos de referencia

- Principios Fundamentales de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja.
- Política sobre servicio voluntario y Política de la juventud, aprobadas en noviembre de 2011.
- Cursos de formación en línea sobre seguridad ofrecidos por la Federación Internacional: curso básico y curso para jefes (<https://ifrc.csod.com/client/ifrc/default.aspx>)
- Manuales de seguridad de la Federación Internacional: *Stay safe* – Manténgase a salvo: Guía de la Federación Internacional para una misión más segura y *Stay safe* – Manténgase a salvo: Guía de la Federación Internacional para los responsables de seguridad.
- *Staying Alive*, pautas de seguridad del CICR para mantenerse con vida.
- Marco para un acceso más seguro.
- El código de conducta de la Federación Internacional y el código de conducta de la Sociedad Nacional (sumamente recomendados).
- Cursos de formación en línea disponibles en la plataforma de la Federación.
- Normas de seguridad generales de la Federación Internacional.
- Controlar el estrés sobre el terreno, manual de la Federación Internacional.
- Normas Mínimas Comunes del Voluntariado para Emergencias y Recuperación Temprana (VpERT), Federación Internacional.
- Guía de Implementación. Salud y primeros auxilios comunitarios (SPAC) en acción, Federación Internacional.
- Carpeta de información sobre los requisitos mínimos de seguridad destinada a los voluntarios, Federación Internacional.
- Herramientas y manual de formación para voluntarios sobre el control de las epidemias, Federación Internacional.
- Recomendaciones para el cuidado de la salud durante las misiones, “Voluntarios en emergencias”, Federación Internacional.
- Carpeta de información destinada a las Sociedades Nacionales sobre asuntos jurídicos relativos al servicio voluntario.

# Los Principios Fundamentales del Movimiento Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

**Humanidad** El Movimiento Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja, al que ha dado nacimiento la preocupación de prestar auxilio, sin discriminación, a todos los heridos en los campos de batalla, se esfuerza, bajo su aspecto internacional y nacional, en prevenir y aliviar el sufrimiento de los hombres en todas las circunstancias. Tiende a proteger la vida y la salud, así como a hacer respetar a la persona humana. Favorece la comprensión mutua, la amistad, la cooperación y una paz duradera entre todos los pueblos.

**Imparcialidad** No hace ninguna distinción de nacionalidad, raza, religión, condición social ni credo político. Se dedica únicamente a socorrer a los individuos en proporción con los sufrimientos, remediando sus necesidades y dando prioridad a las más urgentes.

**Neutralidad** Con el fin de conservar la confianza de todos, el Movimiento se abstiene de tomar parte en las hostilidades y, en todo tiempo, en las controversias de orden político, racial, religioso e ideológico.

**Independencia** El Movimiento es independiente. Auxiliares de los poderes públicos en sus actividades humanitarias y sometidas a las leyes que rigen los países respectivos, las Sociedades Nacionales deben, sin embargo, conservar una autonomía que les permita actuar siempre de acuerdo con los principios del Movimiento.

**Voluntariado** Es un movimiento de socorro voluntario y de carácter desinteresado.

**Unidad** En cada país sólo puede existir una Sociedad de la Cruz Roja o de la Media Luna Roja, que debe ser accesible a todos y extender su acción humanitaria a la totalidad del territorio.

**Universalidad** El Movimiento Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja, en cuyo seno todas las Sociedades tienen los mismos derechos y el deber de ayudarse mutuamente, es universal.

**Para mayor información acerca de este informe  
diríjase a:**

**Federación Internacional de Sociedades de la  
Cruz Roja y de la Media Luna Roja**

**Oscar Zuluaga**

Asesor principal, Fomento del Servicio Voluntario

Correo electrónico: [oscar.zuluaga@ifrc.org](mailto:oscar.zuluaga@ifrc.org)

Teléfono: +41 (0)22 730 4621

Móvil: +41 (0)79 708 5146

[www.ifrc.org](http://www.ifrc.org)

**Salvar vidas, cambiar mentalidades.**



Federación Internacional de Sociedades  
de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja