



**UGEL N° 02**

**PLAN  
DE  
CONTINGENCIA  
2023  
NIVEL INICIAL**

*LOS OLIVOS – LIMA – PERU*

## **IDENTIFICACION DEL CENTRO**

**\* NOMBRE DEL CENTRO:** COLEGIO. INCA GARCILASO DE LA VEGA

**\* UBICACIÓN :** URB. PROLIMA, MZ D1 LOTE 01 4T ETAPA

**\* TELÉFONO :** 5402300

**\* E – mail :** secre\_prolima@colegiosgarcilaso.edu.pe

**\* NIVELES :** Inicial

**\* CANTIDAD TOTAL DE ALUMNOS : 74**

**\* CANTIDAD TOTAL DEL PERSONAL: 10**

**\* HORARIO :** Mañana: 08:00am A 1:30pm

# **DEFENSA CIVIL**

A lo largo de la historia, en nuestro país se han producido una serie de fenómenos naturales que han puesto en peligro la vida y la salud de la población.

La presencia de movimientos sísmicos han traído destrucción y muerte. Entre los más recientes y destructivos tenemos el Sismo de 1970, que arrasó Yungay, el de 1974 que ocasionó grandes daños a Cañete y el de 1991 al Departamento de San Martín, así como otros, debido a las placas tectónicas que se encuentran frente a nuestras costas.

## **CONCEPTO DE DEFENSA CIVIL**

El plan de Seguridad de Defensa Civil es el conjunto de acciones destinadas a planificar, organizar, preparar, controlar y mitigar una emergencia que se presenta en una edificación, con la finalidad de reducir al mínimo las posibles consecuencias humanas, económicas y al ambiente, que pudieran derivarse de la misma. Incluye políticas, directivas, organización de brigadas, equipamiento de seguridad, capacitación y entrenamiento del personal y procedimientos a seguir.

Su finalidad es proteger a la población, proporcionando ayuda oportuna.

Por ello todos los peruanos, debemos estar unidos para enfrentar cualquier situación de emergencia.

Las emergencias pueden ser según su origen:

- **Natural**: Son aquellas originadas por la naturaleza tales como sismos, inundaciones, erupciones volcánicas, huracanes, deslizamientos, entre otros.
- **Antrópico**: Son aquellas producidas por las actividades de las personas, pueden ser incendios, explosiones, derrames y fugas de sustancias peligrosas.

## **FASES DE DEFENSA CIVIL**

Las fases más importantes son la prevención, la emergencia, la reconstrucción y la rehabilitación.

Los Factores que tuvimos en cuenta en el diseño del Plan de Seguridad en Defensa Civil son:

**Densidad de ocupación de la edificación**.- Dificulta el movimiento físico y la correcta percepción de las señales existentes, modificando el comportamiento

de los ocupantes. A su vez, condiciona el método para alertar a los ocupantes en caso de emergencia y agudiza el problema.

**Características de los ocupantes**.- En general, los edificios públicos centros comerciales y Educativos son ocupados por personas de distintas características como son: edad, movilidad, percepción, conocimiento, disciplina, entre otras.

**Existencia de personas ajenas**.- Son edificios ocupados en su totalidad por personas que no los usan con frecuencia, y por ello no están familiarizados con

los mismos. Ello dificulta la localización de salidas, de vías que conducen a ellas o de cualquier otra instalación de seguridad que se encuentre en dichos locales.

**Condiciones de Iluminación.**- Da lugar a dificultades en la percepción e identificación de señales, accesos a vías de escape, etc., y a su vez incrementa el riesgo de atropellos, caídas, empujones. Por eso nuestra Institución Educativa cuenta con una excelente iluminación.

La existencia de alguno de estos factores o la conjunción de todos ellos junto a otros que puedan existir, previsiblemente daría lugar a consecuencias, incluso catastrófico ante la aparición de una situación de emergencia, si previamente no se ha previsto tal evento y se han tomado medidas para su control.

### **IMPORTANCIA DE LA DEFENSA CIVIL.**

**Defensa Civil** es una necesidad Cívica de la población ya que ella **“NO ES COLABORACIÓN, ES PARTICIPACIÓN”** de hombres, mujeres y niños.

## **PROCEDIMIENTOS DE EVACUACIÓN.**

### **PAUTAS PARA EL PERSONAL DEL PISO DE LA EMERGENCIA.**

- Todo el personal estable del local conoce las directivas generales del plan de evacuación.
- El personal que observe una situación anómala en el piso donde desarrolla sus tareas, deberá dar aviso en forma urgente de la siguiente manera:
  - 1). Avisará al Responsable de piso.
  - 2). Accionar el pulsador de alarma.
  - 3). Utilizar el teléfono de emergencia.
- Se aconseja al personal que guarde los valores y documentos, así como también desconectar los artefactos eléctricos a su cargo, cerrando puertas y ventanas a su paso.
- Seguidamente, siguiendo indicaciones del encargado de piso, se procederá a abandonar el lugar respetando las normas establecidas para el descenso a saber:
  - Seguir las instrucciones del Responsable de piso.
  - No perder tiempo recogiendo otros objetos personales.
  - Caminar hacia la salida asignada.
  - Bajar las escaleras caminando, sin hablar, sin gritar ni correr, respirando por la nariz.
  - Una vez efectuado el descenso a la Planta Baja, se retirará en orden a la vía pública donde se dirigirá hacia el punto de reunión preestablecido.

### **PAUTAS PARA EL PERSONAL EN GENERAL.**

- Seguirán las indicaciones del personal competente.
- Conocer los dispositivos de seguridad e instalaciones de protección contra incendio.
- Conocer los medios de salida.
- No correr, caminar rápido cerrando puertas y ventanas.
- No transportar bultos.
- No regresar al sector siniestrado.
- Descender siempre que sea posible.
- El humo y los gases tóxicos suelen ser más peligrosos que el fuego.
- Si al bajar se encuentra humo, descender de espalda, evitando contaminar las vías respiratorias, ya que el humo asciende.
- Evitar el pánico.
- Si se encuentra atrapado, colocar un trapo debajo de la puerta para evitar el ingreso de humo.
- Buscar una ventana, señalizando con una sábana o tela para poder ser localizado desde el exterior.
- No transponer ventanas.
- Una vez afuera del edificio, reunirse en un lugar seguro con el resto de las personas.
- Dar información al personal de bomberos.

### **EVACUACIÓN DE PERSONAS DISCAPACITADAS Y/O IMPOSIBILITADAS.**

La evacuación de personas enfermas, lesionadas, discapacitados o mujeres embarazadas, debe estar planificada de antemano para velar por su seguridad. Se deberá mantener un registro permanente y actualizado de las personas imposibilitadas a los efectos de establecer un rol de emergencia para las mismas.

El encargado de piso se encargará de:

- Determinar el número y ubicación de personas con discapacidades en su área asignada.
- Preseleccionar y asignar un ayudante para cada discapacitado. La sola función de este ayudante será velar por la evacuación segura del empleado y para designarlo, habrá que tener en cuenta su fuerza física.
- Se asignarán dos ayudantes por discapacitado en una silla de ruedas o que no pueda caminar para poderlo trasladar si fuera necesario.
- Predeterminar las vías de escape más apropiadas para todos los discapacitados y revisarlas con los ayudantes asignados.
- Enviar una lista de los nombres y ubicación de los discapacitados y sus ayudantes asignados al Comité.
- Solicitar a los empleados cercanos que ayuden a cualquier persona que enferme o sufra lesiones durante una evacuación.
- Confeccionar una lista de verificación con los puntos acordados y chequear semanalmente dejando constancia.

### **CONSIDERACIONES GENERALES PARA LA EVACUACIÓN**

- A. Colocar en lugar visible los planos de evacuación y lugares de reunión, de manera que todos conozcan cual es la ruta de escape segura.
- B. Colocar pisos antideslizantes en la caja de escalera.

- C. Colocar un cartel en los ascensores que indiquen que no se pueden usar en caso de incendio ni de sismo.
- D. Capacitar al personal en todo lo referente al plan de evacuación así como del uso de matafuegos y sistemas de alarma.
- E. Colocar detectores de humo.
- F. De ser posible, colocar en cada piso máscaras anti humo y alguna señal distintiva para los Responsables de piso.
- G. Verificar que los extintores estén adecuadamente cargados y que los hidrantes se encuentren en condiciones operativas.
- H. Mantener limpio y despejado los sitios próximos a las salidas de emergencia, así como la caja de escalera de evacuación, evitando que se acumule material combustible y que haya cualquier tipo de material que impida el libre acceso y circulación.
- I. Asegurarse que las luces de emergencia se encuentren en buen estado, y que la señalización de las salidas sea clara y visible.
- J. Activar periódicamente los detectores de humo para cerciorarse que se encuentren en óptimas condiciones.
- K. Realizar simulacros de evacuación por lo menos una vez al año.

## **PLAN DE EVACUACIÓN DEL CENTRO EDUCATIVO**

### **PLAN DE EVACUACIÓN**

El cual se define como el conjunto de acciones coordinadas y aplicadas integralmente destinadas a evacuar a las personas que se encuentran en una edificación, instalación y zonas donde se genera la emergencia. Incluye los planos de los accesos, señalización de rutas de escape, zonas seguras internas y externas, equipos contra incendio. Asimismo los procedimientos de evacuación, de simulacros, registro y evaluación del mismo.

### **GENERALIDADES:**

En nuestros locales que poseen más de un piso, es sumamente importante proteger las escaleras que constituyen el único medio de escape para los alumnos y todo el personal. La protección mínima que se le ha dado a las escalera consiste en la construcción de una caja de escalera aislada que permita lograr fácilmente los siguientes objetivos:

- Impedir la propagación vertical del humo y el fuego, cosa que resulta imposible de lograr con las escaleras convencionales o abiertas.
- Facilitar la evacuación de las personas que se hallan en los pisos superiores al afectado por el incendio, sin necesidad de recurrir a escaleras exteriores de emergencia, facilitando el acceso de los bomberos.

Es necesario contar con circuitos independientes de iluminación eléctrica para las rutas de escape, a fin de asegurarse de que cualquier inconveniente que se produzca en la instalación del edificio no afecte los planes de evacuación.

### **ORGANIZACIÓN:**

Con el personal suficientemente informado e interesado en participar en el plan, se procedió a organizar los recursos humanos. Para ello se necesitó nombrar un Comité de Emergencia y a sus respectivas brigadas, cuyas funciones serán llevadas a cabo por el personal que desarrolla habitualmente tareas en los locales. Asimismo, de cada uno de los roles indicados, se deberá prever la

desintegración de una persona alterna a fin de evitar dejar vacante alguno de los eslabones de la cadena del plan.

### **COMITÉ DE EMERGENCIA**

El Comité de Emergencia es el organismo responsable del Plan.

Sus funciones básicas son: programar, dirigir, ejecutar y evaluar el desarrollo del plan, organizando asimismo una Brigada de Emergencia para instrumentar la evacuación.

El comité de Emergencia está constituido por:

- Director de la Emergencia.
- Jefe del Servicio Técnico.
- Jefe de Seguridad del edificio.

Al accionarse la alarma los miembros del Comité de Emergencia que se encuentren en el local, se dirigirán a la consola de mandos, donde permanecerán hasta que todo el personal haya sido evacuado.

### **INTEGRANTES DEL COMITÉ:**

#### **DIRECTOR DE LA EMERGENCIA.**

- Activada la alarma en el local, se constituirá en la consola de mandos, la cual se ubicará en un lugar seguro en la planta baja.
- Solicitará al responsable de piso la información correspondiente al piso siniestrado, y procederá según la situación de la siguiente manera:

**SITUACIÓN CRÍTICA:** Significa que para la extinción se deberá emplear más de un extintor o que por la presencia de gran cantidad de humo no puede determinar el panorama. Al respecto dispondrá.

- Tocar la alarma general para el piso de la emergencia y todos sus superiores.
  - Llamará a la Compañía de Bomberos y servicio médico de emergencia.
  - Como medida preventiva se prohibirá el ingreso de personas al edificio.
  - Ordenar el corte del sistema eléctrico o sistemas de emergencia.
  - Controlar que el Responsable de piso haya evacuado hacia áreas seguras al personal del nivel siniestrado.
- 
- Una vez que se haya despejado el piso siniestrado, ordenar evacuar los pisos superiores por las rutas de escape preestablecidas.
  - Canalizada la evacuación de los pisos superiores, indicará evacuar los pisos restantes.
  - Recibir a los bomberos brindando toda información requerida.
  - Mantendrá comunicación permanente con la brigada de emergencia para obtener panoramas de la situación.

- Enviará personal auxiliar al punto de reunión exterior para obtener la información de cada piso sobre la evacuación.
- En caso de existir traslado de accidentados, dispondrá el acompañamiento de personal auxiliar.

### **BRIGADA DE EMERGENCIA:**

Participará en la ejecución del plan de evacuación, como así también en la realización periódica de simulacros de evacuación.

La Brigada de Emergencia estará constituida por:

- Responsable de cada piso, (encargado de evacuación y de reconocimiento de los pisos)
- Asistente responsable de piso.
- Brigada de Incendio.

### **RESPONSABLE Y ASISTENTE RESPONSABLE DE PISO.**

- En caso de siniestro, informará de inmediato a la consola de comando por avisadores de incendio. Si la situación lo permite, intentará dominar el incendio con los elementos disponibles en el área (extintores) con el apoyo de la Brigada de emergencias, sin poner en peligro la vida de las personas.
- Si el siniestro no puede ser controlado, deberá evacuar al personal conforme lo establecido disponiendo que todo el personal forme frente al punto de reunión del piso.
- Mantendrá informado en todo momento al Director de la emergencia de lo que acontece en el piso.
- Revisarán los compartimentos de baños y lugares cerrados, a fin de establecer la desocupación del lugar.
- Se cerrarán puertas y ventanas.
- Mantendrá el orden de evacuación, evitando actos que puedan generar pánico, expresándose en forma enérgica, pero prescindiendo de gritar a fin de mantener la calma.
- La evacuación será siempre en forma descendente hacia las rutas de escape, siempre que sea posible.
- El responsable de piso informará al Director de la emergencia cuando todo el personal haya evacuado el piso.
- Los responsables de los pisos no afectados, al ser informados de una situación de emergencia (ALERTA), deberán disponer que todo el personal del piso forme frente al punto de reunión. Posteriormente aguardarán las indicaciones del Director de la emergencia a efectos de poder evacuar a los alumnos y empleados del Colegio.

### **BRIGADA DE INCENDIO.**

- Recibida la alarma, el personal de la citada brigada se constituirá con urgencia en el nivel siniestrado.
- Arribando al nivel del fuego, se evaluará la situación, la cual si es crítica informará a la Consola de Comando para que se tomen los recaudos de evacuación de los pisos superiores.
- Adoptará las medidas de ataque que considere conveniente para combatir el incendio.



- Se tomarán los recaudos sobre la utilización de los equipos de protección personal para los integrantes que realicen las tareas de extinción.
- El arribo de la Compañía de Bomberos, informará las medidas adoptadas y las tareas que se están realizando, entregando el mando a los mismos y ofreciendo la colaboración de ser necesario.

## **ACCIONES A TOMAR**

### **ANTES DEL SISMO:**

- Organizar una brigada de defensa Civil
- Organizar con la Brigada las acciones a tomar
- Hacer señalizaciones de zonas de seguridad (dentro y fuera del Colegio)
- Coordinar con el alumnado en general un Programa de Defensa Civil
- Hacer simulacros de sismo con todo el alumnado y personal que labora en el colegio (tomar el tiempo)
- Hacer un plan de que hacer DURANTE el sismo.
- Hacer un plan de Evaluación DESPUÉS del sismo.
- Designar encargados del “BOTIQUÍN DE PRIMEROS AUXILIOS”
- Designar encargados de “DESPLAZAMIENTO DE HERIDOS”

### **DURANTE EL SISMO**

1. Mantener la calma del alumnado
2. Hacer caso de las indicaciones dadas por le Tutor o persona encargada.
3. Desplazarse ordenadamente hacia las columnas.
4. No correr por pasillos o escaleras
5. Alejarse de las ventanas.
6. Cubrirse la cabeza con un cuaderno en caso de no haber carpetas
7. Ubicarse debajo de las vigas de concreto
8. Si se encontrarán en las aulas del 1er Piso los alumnos deberán desplazarse hacia la zona señalizada en forma ordenada.
9. Un Brigadier de Defensa Civil debe estar al costado de la puerta del Aula y no permitir la salida de sus compañeros, si se encontrara en el 2do Piso. Así mismo estos se ubicarán debajo de su carpeta.

### **DESPUÉS DEL SISMO**

- Poner en Práctica el plan de Evaluación de Evacuación del Centro Educativo.
- La salida será aula por aula en estricto orden (el orden de evacuación será coordinado previamente.
- Un brigadier saldrá delante de sus compañeros y el otro Brigadier al final. Así se hará por aula, en forma consecutiva.
- El alumnado y Personal del Colegio se dirigirán a las zonas de seguridad trazadas en el Colegio.
- El personal encargado del Botiquín de primeros auxilios llevará el respectivo botiquín de emergencia.

### **PARTICIPACIÓN DEL COMITÉ DE DEFENSA CIVIL**

La organización y funcionamiento de las “BRIGADAS” de primeros auxilios, de evacuación y del botiquín de emergencia.

La ejecución de simulacros en el Hogar, Escuela y Centro de Trabajo.

## **INICIAL**

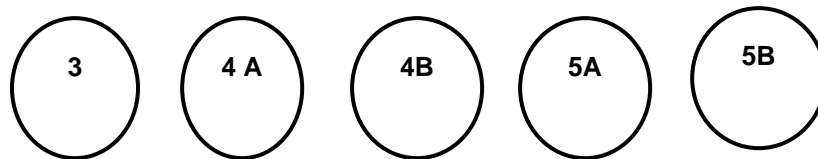
### **1er PISO**

Los que se encuentran en las aulas del 1er piso evacuarán en forma simultánea durante el sismo, quienes se dirigirán hacia las zonas señaladas en el patio de honor.

### **NOTA:**

- ZONAS SEÑALADAS (AREA)

- **PRIMER PISO.-**



### **ZONAS SEÑALADAS**

Después del sismo los alumnos con sus profesores evacuarán según las zonas señaladas se dirigirán al grado señalado.

# CALCULOS DE TIEMPOS PARA EVACUACIÓN

## 1.- PRIMER PISO

### Cálculo según la NFPA

Formula:  $TE = Td + Ts$

TE = Tiempo de evacuación

Td = Tiempo de desplazamiento

Ts = Tiempo de salida

### Cálculo de evacuación desde Inicial 3 años a zona de seguridad – Patio

Puertas de salida : 01 puerta

Nº de personas : 15 alumnos

Distancia de recorrido horizontal : 14 mts.

Td =  $D / v$

Tdh =  $14.00\text{m}/0.5\text{seg} = 28 \text{ seg.}$  Evacuación horizontal

- Tiempo de salida.- Las puertas de salida tienen un promedio de 1.20 de Ancho por lo que en el peor de los casos se toma en cuenta la evacuación de 02 alumnos por segundo por puerta.

$$Ts = \frac{\text{Nº de personas del AULA}}{\text{Nº de pers. Que pasan por una puerta en 1 seg. X Nº de puertas}}$$

$$Ts = 15/02 \times 1 = 7.5\text{seg}$$

**Cálculo del tiempo de evacuación más distante**

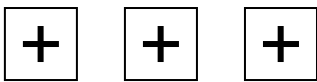
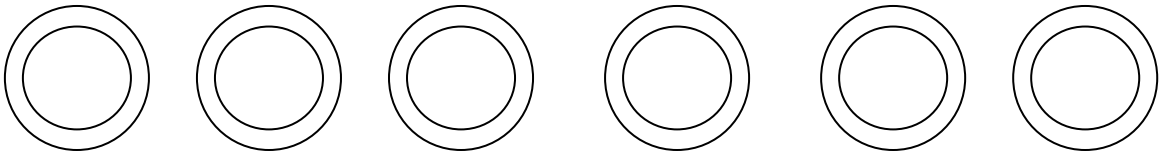
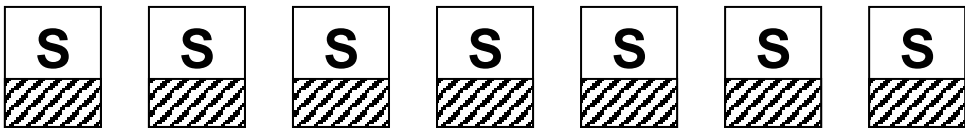
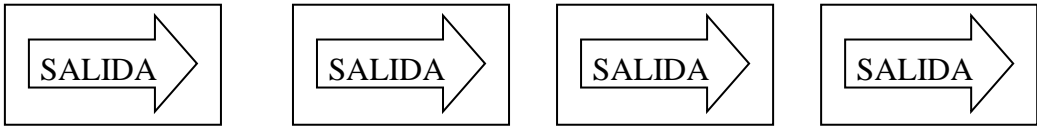
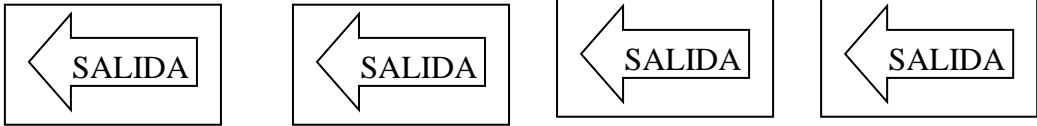
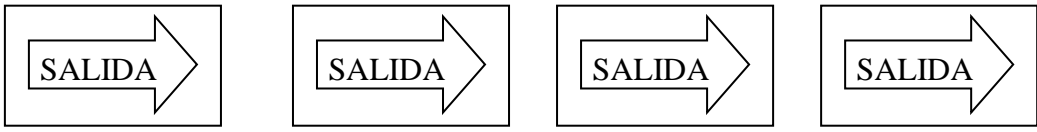
$$TE = T_d + T_s = 28\text{seg} + 7.5\text{seg.} = 35.5 \text{ seg.}$$

**LEYENDA**

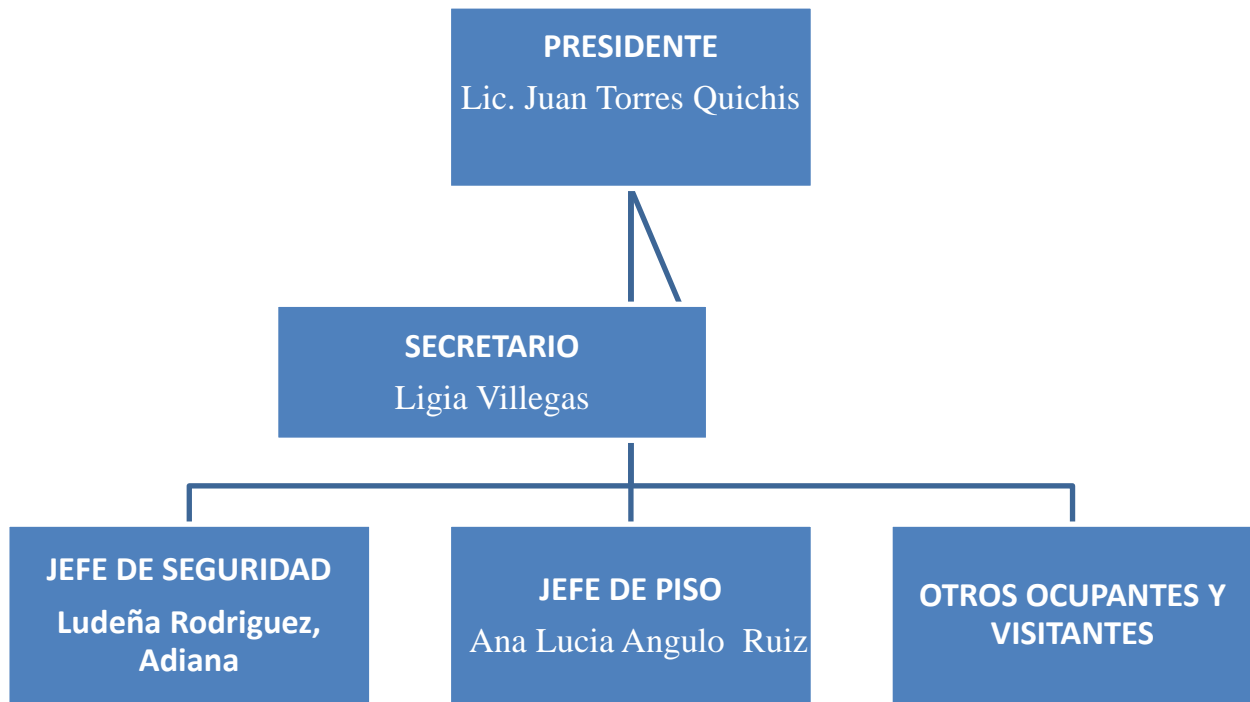


The legend is enclosed in a rectangular border and contains five items:

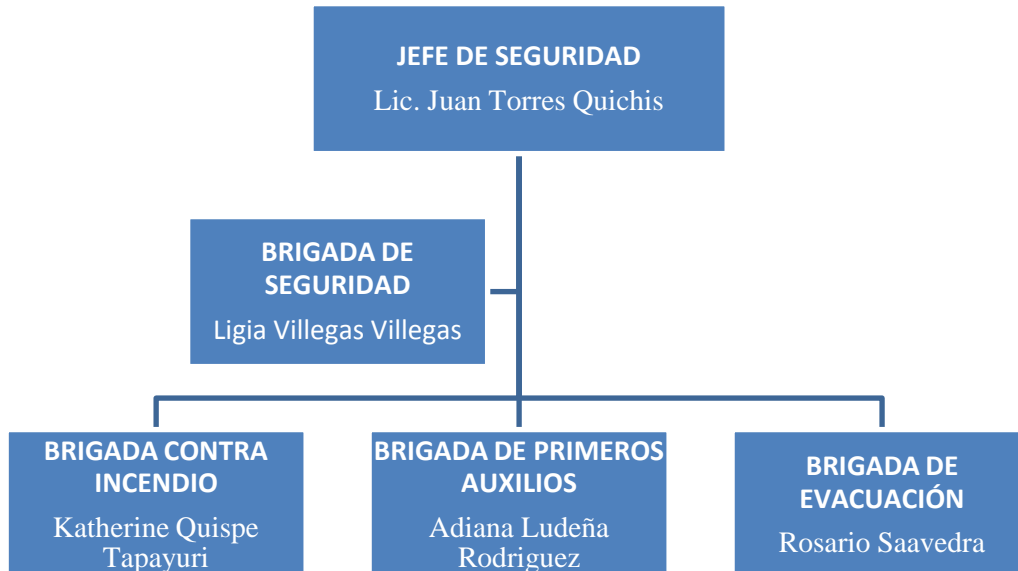
-  
-  NO USAR EN CASO DE SISMO
-  CIRCULO DE CONCENTRACIÓN DE ESTUDIANTES
-  ZONA SEGURA EN CASO DE SISMO
-  EXTINTOR



# ESQUEMA DE ORGANIZACIÓN DE DEFENSA CIVIL



# ORGANIZACIÓN DEL COMITÉ DE EMERGENCIA



- **BRIGADA CONTRA INCENDIOS:** Brigada encargada de enfrentar los conatos de incendio, entrenados por especialistas para tal fin, así como también, la verificación periódica de todo el equipo de combate contra incendio. Son conocedores de los lugares donde se encuentran los extintores y demás equipos para combatir un incendio. Está integrado por *Katherine Quispe Tapayuri*.
- **BRIGADA DE PRIMEROS AUXILIOS:** Esta brigada está conformada por personas que tengan conocimientos de primeros auxilios para la atención de los heridos. Está conformada por la *Adiana Ludeña Rodríguez*.
- **BRIGADA DE EVACUACIÓN:** Esta brigada tiene como función reconocer las zonas de evacuación, las rutas de acceso, desbloquear los pasadizos, así mismo verificar periódicamente la correcta señalización en toda la edificación. Esta brigada también está conformada por cada jefe de planta o área. Está conformada por *Rosario Saavedra*.

# **INTEGRANTES DE LAS BRIGADAS**

- **BRIGADA CONTRA INCENDIOS**

PROF. Katherine Quispe Tapayuri      JEFE DE BRIGADA

- **BRIGADA DE PRIMEROS AUXILIOS**

PROF. Ludeña Rodríguez Adiana      JEFE DE BRIGADA

- **BRIGADA DE EVACUACIÓN**

PROF. Rosario Saavedra      JEFE DE BRIGADA



**PERSONAL DOCENTE CAPACITADO**  
**PARA DEFENSA CIVIL**

<b><u>Nº</u></b>	<b><u>NOMBRE DEL PERSONAL</u></b>
1	ADIANA ELIZABETH LUDEÑA RODRIGUEZ
2	ANA LUCIA ANGULO RUIZ
3	LIGIA ELENA VILLEGAS VILLEGAS
4	KATHERINE QUISPE TAPAYURI
5	ROSARIO SAAVEDRA SOTO
6	GENESIS YESENIA SALDAÑA CARRASCO
7	LIDIA ZELADA VILLEGAS
8	NEMESIS ROSA AVEUNELLY QUISPE
9	STEFANY GISELLE PINO ALVAREZ
10	STEPHANE AMANDA ROBLES OROSCO
11	
<b>TOTAL: 10</b>	

## **CRONOGRAMA DE CAPACITACION**

El personal es capacitado de acuerdo al siguiente cronograma:

- marzo, abril y mayo : 1ra. Capacitación
- junio, julio y agosto : 2da. Capacitación
- Setiembre, octubre y noviembre : 3ra. Capacitación

### **TEMAS:**

- Extintores
- Evacuación
- Primeros auxilios

### **PLAN DE ACCIÓN ANTE UNA EMERGENCIA**

Distribuir a todos los ocupantes el listado de normas que se indican a continuación, una vez ajustadas a la realidad del edificio y señalando a quien corresponde intervenir en cada apartado.

Alternativamente, el Comité de Autoprotección, si lo considera oportuno, desglosará las actuaciones ante emergencias para asignarlas específicamente a cada elemento de la organización en fichas de actuación individualizadas que distribuirá a cada uno de los responsables designados en el apartado de Organización.

### **SI SE DETECTA UNA SITUACIÓN DE EMERGENCIA O RIESGO GRAVE**

Se efectuará con la máxima rapidez, manteniendo la calma en todo momento, sin gritar ni provocar el pánico.

Quien descubra la situación de emergencia o riesgo grave, avisará de inmediato a la central de Alerta – Alarma.

Se valorará la situación y, según las circunstancias, se optará por:  
Iniciar la evacuación inmediatamente, si se considera la posibilidad de peligro para los ocupantes.

Neutralizar la causa de la emergencia con el personal y los medios disponibles en el edificio, si puede hacerse sin correr riesgos innecesarios.

Se activará la señal de alerta de emergencias.

Se efectuará la llamada inmediata a Bomberos y /o Policía Local.

El Director del Plan se trasladará al Puesto de Mando, situado en **El Patio de Honor de la I.E.**, donde se mantendrá localizable en todo momento, coordinando y dirigiendo el desarrollo de las operaciones.

Todos los ocupantes del edificio seguirán en todo momento las indicaciones del Director del Plan y le informarán de inmediato de cualquier incidencia que pudiera surgir.

Se efectuará la llamada desde el central de Alerta-Alarma o desde los teléfonos alternativos previstos.

Al efectuar la llamada, se hablará con tranquilidad y brevemente pero dando la dirección exacta y todos los datos posibles sobre la situación de emergencia: Qué está ardiendo y donde, cuales son los daños, si hay o no heridos o atrapados, etc.

A la llegada de Bomberos y Policía, se les informará de la situación y se mantendrá en contacto permanente con sus responsables para colaborar con ellos.

## **EVACUACIÓN**

Cuando lo disponga el Director del Plan, el responsable de Alerta-Alarma activará la señal de alarma general para que se inicie evacuación del edificio.

En cuanto se da la señal de alarma general, los ocupantes iniciarán la salida de inmediato, sin recoger objetos personales, hasta llegar al punto de concentración.

La evacuación se realizará, a ser posible según el orden propuesto en el ANEXO 2.

Para evitar el pánico, la salida se hará de la misma forma en la que, habitualmente, se hace durante las actividades normales.

En el caso de que hubiera niños muy pequeños o personas minusválidas o con dificultades motoras, se les ayudará en la forma que sea necesaria.

Los ocupantes seguirán en todo momento las indicaciones de los responsables del Plan, saldrán sin entretenerse y sin recoger objetos personales ni correr. Los responsables del Plan cortarán de raíz todo inicio de actitudes e precipitación o nerviosismo.

Los trayectos de evacuación desde cada zona hasta el punto de concentración exterior será el establecido en el Plan y sólo podrá modificarse si queda bloqueado o se supone riesgo grave.

No se usarán, ni se permitirá el uso de los ascensores en caso de incendio.

Si el humo invade los trayectos de evacuación, se indicará a los ocupantes que avancen agachados (a “cuatro patas”) o arrastrándose.

No se utilizarán las escaleras si el humo las ha invadido.

Si el fuego o el humo impiden la salida por la puerta se hará, donde sea posible, por las ventanas de forma segura para evitar accidentes por caída.

En cada zona, el responsable de su evacuación saldrá el último después de comprobar que no queda ningún rezagado (en aseos, despachos, laboratorios y otros recintos no ocupados habitualmente). Se asegurará de que los niños más pequeños hayan salido y no se hayan escondido en sitios como entro de armarios, debajo de muebles, .....

Al salir, el responsable de cada zona cerrará todas las puertas y ventanas (si las condiciones de urgencia lo permiten).

Los responsables del Plan impedirán el regreso de los ocupantes al interior del edificio, una vez abandonado, hasta que sea autorizado por los Bomberos.

En el punto de concentración, los profesores realizarán el recuento de sus alumnos por cada clase y el responsable designado para ello, procederá al recuento y comprobación del total de los evacuados comprobando que no hay ausencias o, si las hubiera, informando rápidamente de ello al director del plan y a los socorros exteriores que hayan acudido al lugar. Una vez hecho el recuento se impedirá que los niños se dispersen o se

vayan separados a otro lugar, permaneciendo juntos por cada clase, hasta el final de la emergencia, o lo determine el Director del Plan.

Si el Centro cuenta con residentes, se organizará el albergue provisional de los ocupantes evacuados hasta que puedan retornar.

Si la cantidad de humo o la propagación del fuego impiden la evacuación, las personas atrapadas mantendrán dentro del recinto del que no puedan salir hasta que puedan ser rescatados por los socorros exteriores, formando las siguientes precauciones:

Cerrar puertas y ventanas para disminuir la propagación del humo y evitar las corrientes de aire.

Tapar las rendijas de las puertas para disminuir el paso de humo por ellas.

Si en la habitación hay rejillas de aire acondicionado, taparlas con trapos húmedos.

Separar todo material combustible de la puerta.

Sólo cuando se esté seguro de que es imprescindible para que le vean, abrir una ventana para advertir de su presencia hasta que alguien lo vea. Cerrar la ventana enseguida.

Esperar a ser rescatados y, si hay humo, hacer tenderse en el suelo a todos los atrapados.

## **ASISTENCIA Y TRASLADO DE HERIDOS**

Si la emergencia ha provocado heridos o atrapados, la prioridad será en todo caso salvar a las personas indemnes asegurando su evacuación si fuera necesario. Una vez garantizado ese objetivo, y hasta la llegada de los socorros exteriores, se intentarán los rescates y salvamentos que sean posibles y no impliquen riesgos mayores.

Se prestarán los primeros auxilios a los afectados con los medios disponibles:

Reanimación cardio-respiratoria si es necesario.

Taponamiento de hemorragias.

Inmovilización de fracturas.

Posición de seguridad.

En caso sea necesario, se pedirá a la Policía o a los Bomberos que movilicen las ambulancias necesarias para el traslado de los heridos al Hospital.

Si no puede hacerse por los responsables del edificio, se pedirá a la Policía que avise de los traslados al Hospital y a los familiares de los heridos.

## **NEUTRALIZACIÓN DE LA EMERGENCIA**

Será prioritario garantizar la seguridad de los ocupantes por medio de la evacuación.

Sólo en el caso de que la gravedad de la emergencia no lo haga necesario o de que ya se haya finalizado, se adoptarán las siguientes medidas:

## **EN CASO DE INCENDIO**

No se entrará en un recinto donde haya fuego si no va acompañado.

Se adoptarán las medidas preventivas que requieran las circunstancias y no impliquen riesgo:

Se cerrará la llave de paso del gas.

Se desconectará el cuadro general de luz – fuerza.

Se apagará el quemador de calefacción.

Si es posible, se intentará alejar los materiales combustibles de las zonas a las que podría propagarse el fuego.

Se atacará el fuego con un extintor manteniéndose siempre entre éste y la salida y con el viento o la corriente de aire a la espalda.

Después de quitar el seguro, se dirigirá el chorro del extintor a la base de las llamas.

No se utilizará agua sobre elementos conectados a la tensión eléctrica.

Si arden aparatos eléctricos no se atacará el fuego sin desenchufarlos antes. Si no es posible tocar el enchufe, se desconectará el automático general.

Si arden cortinas o faldas de la mesa camilla, se arrancarán inmediatamente, tirándolas al suelo y, después, se apagarán con extintor, agua o incluso pisándolas.

Si no se puede controlar el fuego inmediatamente, se abandonará la zona.

Antes de abrir una puerta cerrada se tocará para comprobar su temperatura. Si está caliente no se abrirá para evitar una posible explosión.

Se actuará siempre teniendo en cuenta que el humo y los gases tóxicos invisibles son más peligrosos que las llamas.

Se cerrarán ventanas y puertas, para aislar el fuego.

Si se prenden las ropas de una persona, se le impedirá correr, se le tirará al suelo, a la fuerza si es necesario, y se le cubrirá con una prenda de ropa apretándola sobre el cuerpo se le hará rodar sobre sí misma. Una vez apagadas las llamas se le cubrirá con una sábana limpia, sin intentar quitarle las ropas quemadas, y se le trasladará urgentemente al Hospital.

Si arden materias sólidas, una vez apagado el fuego, se removerán las brasas para impedir una reignición posterior.

## **DIRECTORIO TELEFÓNICO DE EMERGENCIA**

### ***TELÉFONOS DE EMERGENCIAS:***

#### ***PARA LLAMAR A BOMBEROS***

*Teléfono de emergencia de los Bomberos: 544-0566*

*Dirección: Jr. No me olvides S/N cuadra 2 – Distrito Santa Isabel de Carabayllo.*

*Referencia: Al costado del colegio Trompeteros.*

*La duración del recorrido desde esta Estación hasta el colegio es de “6 minutos”.*

#### ***PARA LLAMAR A ASISTENCIA MÉDICA***

*Teléfono del Hospital los Olivos:*

#### ***PARA LLAMAR A CUERPOS DE SEGURIDAD CIUDADANA***

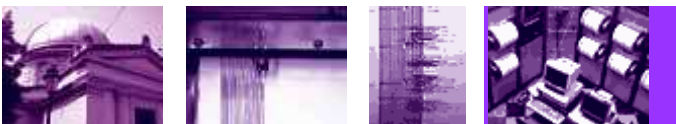
*Teléfono de Comisaría de Pro: 5401190*

*Teléfono de Servicio de Serenazgo: 613 –82790 (Seguridad Ciudadana*

*Teléfono de SEDAPAL: 317 – 8000*

*Teléfono de EDELNOR: 517 – 1717*

## ANEXOS



• [Instituto](#) • [Red Sísmica Andalucía](#) • [Investigación](#) • [Prospección](#) • [Recursos](#) •

### INFORMACIÓN DIVULGACIÓN

#### [Terremotos Recientes, Andalucía y Cronología](#)

Recomendaciones Básicas para Protegerse de los Terremotos

#### [Que hacer en caso de terremoto](#)

#### [Magnitud e Intensidad](#)

#### [Colabore con nosotros](#)

#### [Imágenes sobre efectos del terremoto de 1884](#)



### RECOMENDACIONES BÁSICAS PARA PROTEGERSE DE LOS TERREMOTOS

[puedes pulsar las imágenes para verlas más grandes]



tenga preparado un botiquín



Fije los muebles a la pared

#### Antes del Terremoto:

1. **Tenga preparados:** botiquín de primeros auxilios, linternas, radio a pilas, pilas, etc. y algunas provisiones en sitio conocido por todos. Sepa cómo desconectar la luz, el gas y el agua.
2. **Prevea un plan de actuación** en caso de emergencia y asegure el reagrupamiento de la familia en un lugar seguro.
3. **Confeccione un directorio telefónico** para, en caso de necesidad, poder llamar a Protección Civil, Bomberos, Asistencia Sanitaria o Policía.
4. **No coloque objetos pesados** encima de muebles altos, asegúrelos en el suelo.
5. **Fije bien a las paredes muebles** como armarios, estanterías, etc. y sujete aquellos objetos que pueden provocar daños al caerse, como cuadros, espejos, lámparas, productos tóxicos o inflamables, etc.



Sujete bien los objetos peligrosos

6. **Revise la estructura de su vivienda** y, sobre todo, asegúrese que chimeneas, aleros, revestimientos, balcones, etc. tengan una buena fijación a los elementos estructurales. Si fuera necesario, consulte a un técnico en construcción.

### Durante el Terremoto:

Si el terremoto no es fuerte, **tranquilícese**, acabará pronto.

Si el terremoto es fuerte, **mantenga y transmita la calma**. Agudice la atención para evitar riesgos y recuerde las siguientes instrucciones:

- Si está dentro de un edificio, **quédese dentro**; si está fuera, permanezca fuera. **El entrar o salir de los edificios sólo puede causarle accidentes.**
- Dentro de un edificio busque **estructuras fuertes**: bajo una mesa ocama, bajo el dintel de una puerta, junto a un pilar, pared maestra o en un rincón y proteja su cabeza.
- No utilice el ascensor y nunca huya precipitadamente** hacia la salida.
- Apague todo fuego. **No utilice ningún tipo de llama** (cerilla, encendedor, vela, etc.) durante o inmediatamente después del temblor.
- Fuera de un edificio, **aléjese** de cables eléctricos, cornisas, cristales, pretilas, etc.
- No se acerque ni penetre** en los edificios para evitar ser alcanzado por la caída de objetos peligrosos (cristales, cornisas, etc.). Vaya hacia **lugares abiertos**, no corra y cuidado con el tráfico.
- Si va en coche cuando ocurra el temblor, párelo donde le permita el permanezca dentro del mismo, **retirado** de puentes y tajos.



Protéjase bajo una cama



Protéjase bajo una mesa



No utilice el ascensor



Alejese de cables eléctricos

### Después del Terremoto:

- Guarde la calma** y haga que los demás la guarden. Impida cualquier situación de pánico.
- Compruebe si alguien está herido, **préstele los auxilios necesarios**. Los heridos graves **no** deben moverse, salvo que tenga conocimientos de cómo hacerlo; en caso de empeoramiento de la situación (fuego, derrumbamiento, etc.) muévelo con **precaución**.
- Compruebe el estado de las conducciones de agua, gas y electricidad, **hágalo visualmente** y por el olor, **nunca** ponga en funcionamiento algún aparato. Ante cualquier anomalía o duda, cierre las llaves de paso generales y comuníquelo a los técnicos o autoridades.
- No utilice el teléfono**. Hágalo solo en caso de extrema urgencia. Conecte la **radio** para recibir información o instrucciones de las autoridades.
- Tenga **precaución** al abrir armarios, algunos objetos pueden haber quedado en posición inestable.
- Utilice botas** o zapatos de suela gruesa para protegerse de los objetos cortantes o punzantes.
- No repare de inmediato** los desperfectos, excepto si hay vidrios rotos o botellas con sustancias tóxicas o inflamables.



No huya precipitadamente



No salga al balcón

- Apague cualquier incendio, si no pudiera dominarlo contacte **inmediatamente** con los bomberos.
- Después de una sacudida muy violenta salgan **ordenada y paulatinamente** del edificio que ocupen, sobre todo si éste tiene daños.
- Aléjese de las construcciones dañadas. **Vaya hacia áreas abiertas.**
- Después de un terremoto fuerte siguen otros pequeños, **réplicas** que pueden ser causa de destrozos adicionales, especialmente en construcciones dañadas. **Permanezca alejado** de éstas.
- Si fuera urgente entrar en edificios dañados hágalo rápidamente y no permanezca dentro. En construcciones con daños graves **no** entre hasta que sea autorizado.
- Tenga cuidado al utilizar agua de la red ya que puede estar contaminada. **Consuma agua embotellada o hervida.**
- Si el epicentro de un gran terremoto es marino puede producirse un **maremoto**. Esto puede ser importante en la zona del Golfo de Cádiz. **Permanezca alejado de la playa.**

#### COLABORE CON PROTECCIÓN CIVIL:

- Actúe según las **normas o recomendaciones** ante Emergencias Sísmicas y las directrices de Protección Civil.
- **Conecte la radio** y siga las instrucciones que dicten las autoridades. **No** se deje influenciar por rumores, tampoco los propague.
- **Informe** a las autoridades de los destrozos graves en edificaciones, sobre todo de aquellas que amenacen con derrumbarse en zonas de tránsito. **Comunique** la existencia de material peligroso (productos radioactivos, tóxicos, etc.) o cualquier hecho (incendio, explosiones, etc.) que amenace con aumentar o desencadenar más daños.
- Trabaje junto a Protección Civil y bajo sus órdenes. **La coordinación es imprescindible.** Colabore en la ayuda a heridos, enfermos, niños y ancianos. **Protección Civil somos todos.**
- Atienda las llamadas que hagan las autoridades. **No** acuda a las zonas afectadas si no se le solicita. Curiosear es peligroso y dificulta las labores de socorro.
- **No** utilice el coche ya que hay peligro de accidentes e impide las ayudas externas.
- Utilice el teléfono **sólo** en casos extremos. Economice sus recursos (agua, alimentos, etc.). **Colabore con sus vecinos.**

RECUERDE QUE LA **MEJOR** MANERA DE PROTEGERSE EN CASO DE UN TERREMOTO FUERTE ES, ESTANDO **BIEN INFORMADO Y PREPARADO**

#### CONCEPTOS UTILES:

- **Terremoto:** Liberación súbita y brusca de energía acumulada por la deformación lenta en la superficie de la tierra, que se propaga en forma de ondas sísmicas.
- **Fuente sísmica:** Volumen de roca que se fractura durante un terremoto.



- **Sacudida sísmica:** Conjunto de movimientos vibratorios del terreno.
- **Hipocentro:** Punto donde se inicia el terremoto.
- **Epicentro:** Punto de la superficie situado en la vertical del foco o hipocentro.
- **Réplicas:** Terremotos más pequeños que ocurren después de un terremoto.
- **Precursores:** Terremotos más pequeños que ocurren antes del terremoto principal.
- **Magnitud:** Parámetro ideado por Richter que indica el tamaño y la energía liberada por el terremoto en forma de ondas sísmicas. La escala de magnitud no tiene límites, aunque no se han observado terremotos de magnitud local superior a 9.
- **Intensidad:** Parámetro que indica el efecto de las sacudidas en un lugar afectado por las sacudidas sísmicas. Se mide a través de las reacciones de las personas, del grado de destrozos producidos en las construcciones y por las perturbaciones provocadas en el terreno (grietas, deslizamientos, desprendimientos, etc.). La escala oficial en España es la E.M.S. 92 que está dividida en 12 grados. Los destrozos empiezan a ser importantes a partir del grado VII.



## Primeros auxilios



Se entiende por **primeros auxilios** a las técnicas y procedimientos de carácter inmediato, limitado, temporal, no profesional que recibe una persona, víctima de un accidente o enfermedad repentina. Su carácter inmediato radica en su potencialidad de ser la primera asistencia que esta víctima recibirá “in situ”. Limitado porque de todas las técnicas, procedimientos y concepciones que existen en la [Medicina de emergencias y desastres](#), solo utiliza una pequeña parte

de estas, por esto el socorrista nunca debe pretender reemplazar al personal médico. Su temporalidad es marcada por la interrupción de las técnicas y procedimientos ante la llegada de personal mejor calificado (profesionales de la salud). Su carácter de no profesional nos indica que los conocimientos de los primeros auxilios deben ser universales, es decir ser difundidos a todos los habitantes del territorio sin restricciones.

En todo accidente hay que tener en cuenta las lesiones que se han producido por consecuencia inmediata del accidente; el daño que estas producen si no son tratadas; el peligro de nuevos daños.

## Secuencia de la atención

Como toda clasificación, la secuencia de atención tiene imperfecciones, y sólo se utiliza su descripción como medio didáctico. En cada caso concreto es necesario establecer prioridades en el orden de actuaciones a realizar. Por ejemplo, cuando uno observa la

escena y la víctima, desde el mismo momento de advertir el hecho esta valorando con sus sentidos una serie de aspectos. Visualmente podemos tener indicios si el área es segura y si la víctima esta consciente.

Los principales pasos seguidos en un primer auxilio son los siguientes:

### ***1. Evaluación del área***

- (S)seguridad
- (E)escena
- (S)situación
  
- ¿Es segura?
- ¿Cuántos lesionados hay?
- ¿Necesito ayuda externa?
- ¿Cuento con el equipo de protección necesario?

Por ejemplo, al encontrar a una persona inconsciente y con sospecha de haber recibido una descarga eléctrica o electrocución. La persona que va a atender debe estar segura que no será otra víctima. Si es seguro, brindará la atención. De otro modo, debe llamar al personal especializado en ayuda, sin exponerse.

### ***2. Evaluación inicial del paciente***

1. Valoración de la consciencia: Se preguntará a la víctima como está, como se encuentra. Si contesta es símbolo inequívoco de que respira y tiene pulso. En caso que no conteste pellizcar levemente en los hombros, si reacciona, seguir la conducta anterior; en caso negativo, llamar a los servicios de emergencias cuanto antes.

Una manera rápida de valorar la consciencia es determinar si responde o no

- (A)lerta. Esta despierto, habla
- (V)erbal. Responde al llamado, cuando alzamos la voz y lo llamamos ¿¿Como esta?!
- (D)olor. Responde al dolor, le pellizcamos y reacciona con gestos o gruñidos
- (I)nconsciente. No responde

### ***2. Valoración de la respiración.***

Nos acercaremos a la boca de la víctima con la mejilla e intentaremos sentir el aliento a la vez que dirigimos la mirada al tórax (si respira se moverá). **Es importante destacar que en caso de que exista respiración, no hará falta explorar el pulso ya que este seguro existe.**

- - (V)er Miramos el tórax, se eleva o no, si se eleva y baja respira
  - (E)scuchar Con el oído escuchamos el sonido de la respiración
  - (S)entir Con la mejilla sentimos el aliento de la víctima

### ***3. Valoración del pulso.***

Existen múltiples lugares donde buscarlo, se dividen en dos grupos:

***Pulso central:*** Las arterias carótidas, situadas a ambos lados de la nuez de Adan en una pequeña depresión, en la garganta; para sentirlo presionar levemente con los dedos índice y corazón, nunca con el pulgar (sentiríamos nuestra propio pulso). Las arterias

femorales, situadas en la región inguinal, en la raíz del muslo. Sentiremos el pulso en nuestros dedos.

***Pulso periférico:*** Otros lugares para identificar el pulso pueden ser las arterias radiales, en la cara interna de la muñeca. Menos recomendables ya que en caso de accidente y pérdida del conocimiento, la sangre se redistribuye hacia los órganos vitales, y no a las extremidades por lo que a veces este método puede resultar engañoso.

En caso de no encontrar pulso, iniciar el masaje cardiaco, es decir la [reanimación cardiopulmonar](#).

## **Nemotecnia**

Debido a que en aquellos casos de emergencia en los que se necesitan realizar atenciones de primeros auxilios es necesario actuar rápidamente, conviene tener presentes ciertas reglas [nemotécnicas](#) que permitan recordar fácilmente el orden de actuación. Un ejemplo de regla nemotécnica puede ser la siguiente.

- - (P)roteger: Protege a la víctima y al resto de personas (tú incluido) del foco que origina el daño.
  - (A)visar: **Pide ayuda (número de teléfono 112)**
  - (S)ocorrer: **Pon en práctica las medidas de auxilio imprescindibles para mantener con vida a la víctima. Deja el resto de acciones a los profesionales.**

## **Botiquín**

Todo hogar, escuela, centro de trabajo y automóvil debe contar con un botiquín que contenga lo necesario para salvar una vida y evitar complicaciones provocadas por un accidente.

Un botiquín debe contener material de curación y medicamentos que no tengan riesgo para las personas, sin embargo siempre debe preguntarse antes de administrarlos sobre una posible alergia o reacción negativa ante cualquier medicina o sustancia.

Es importante que el botiquín no esté al alcance de los niños, se conserve en lugar fresco y seco y que se revise periódicamente la fecha de caducidad de los medicamentos para sustituirlos en caso necesario.

Para atender una emergencia, el botiquín debe incluir:

- Directorio de un médico cercano, Cruz Roja, ambulancias y servicios de salud.
- Alcohol.
- Merthiolate.
- Tela adhesiva o micropore.
- Algodón.
- Agua oxigenada.
- Vaselina blanca.
- Gasas esterilizadas.
- Vendas limpias de al menos 3 tamaños.
- Tijeras limpias, no oxidadas.
- Jeringas desechables.
- Termómetro.
- Curitas (tiritas).
- Aspirinas y paracetamol.
- Antidiarreicos.

- Anti vómitos.
- Algún antihistamínico para casos de intoxicación.
- Loción de [calamina](#).
- Jabón neutro.
- Lámpara de pilas y pilas nuevas.
- Guantes estériles.
- Isodine (para evitar infecciones).
- Bolsas de plástico.

En caso de no contar con un botiquín cuando se presente una emergencia, se pueden utilizar reglas o lápices, medias, corbatas, sábanas o pañuelos limpios.

También cuando salgamos de viaje, especialmente si nos dirigimos a un país extranjero, es muy recomendable llevar un buen [botiquín de viaje](#).