

# MANUAL DE INDUCCIÓN PARA BRIGADISTAS COMUNITARIOS DE PROTECCIÓN CIVIL



Red Nacional de Brigadistas  
Comunitarios de Protección Civil

MANUAL DE INDUCCIÓN PARA  
BRIGADISTAS COMUNITARIOS DE  
PROTECCIÓN CIVIL

## CONTENIDO

INTRODUCCIÓN ¿QUÉ ES Y PARA QUIÉNES ES LA PROTECCIÓN CIVIL?.....	3
TEMA I. COMPRENDIENDO LOS DESASTRES.....	5
I.1. Fenómenos geológicos	
I.1.1. Sismos o Terremotos	
I.1.2. Erupción volcánica	
I.2. Fenómenos hidrometeorológicos	
I.2.1. Ciclones	
I.2.2. Lluvias e inundaciones	
I.2.3. Heladas	
I.3. Fenómenos Químicos	
I.3.1. Incendios	
I.3.2. Accidente químicos	
I.4. Fenómenos Sanitarios	
I.5. Fenómenos Socio-organizativos	
TEMA II. IDENTIFICACIÓN DE FENÓMENOS QUE AFECTAN A MI COMUNIDAD (EJERCICIO)..	53
TEMA III. DIAGNÓSTICO DE RIESGO EN LA COMUNIDAD.....	55
III.1. ¿Cuál es el peligro y dónde está?	
III.2. ¿Qué podemos hacer para disminuir el peligro?	
III.3. Identificación de rutas de evacuación	
III.4. Identificación de puntos de reunión y zonas de menor riesgo	

TEMA IV. ¿QUÉ ES UN BRIGADISTA DE PROTECCIÓN CIVIL?.....	65
IV.1. ¿Qué debe hacer un brigadista en la comunidad?	
IV.2. Las brigadas de Protección Civil en los inmuebles	
IV.3. Funciones del brigadista comunitario	
IV.3.1. Apoyo en el alertamiento	
IV.3.2. Apoyo en tareas de evacuación, seguridad y refugios temporales	
IV.3.3. Participación en los centros de acopio	
TEMA V. ¿CÓMO ME PREPARO PARA UNA RESPUESTA DE EMERGENCIA?.....	73
V.1. Diseñar y verificar rutas de evacuación	
V.2. ¿Quién me puede ayudar?	
V.2.1. Directorios	
V.2.2. Inventarios de recursos	
V.2.2.1. Recursos Humanos	
V.2.2.2. Instalaciones	
V.2.2.3. Organizaciones de auxilio	
V.2.3. Cuáles son las recomendaciones a la población	
V.2.4. Alertamiento y alarma	
TEMA VI. SIMULACRO.....	86
VI.1. ¿Qué es y para qué sirve?	
CONCLUSIONES.....	92

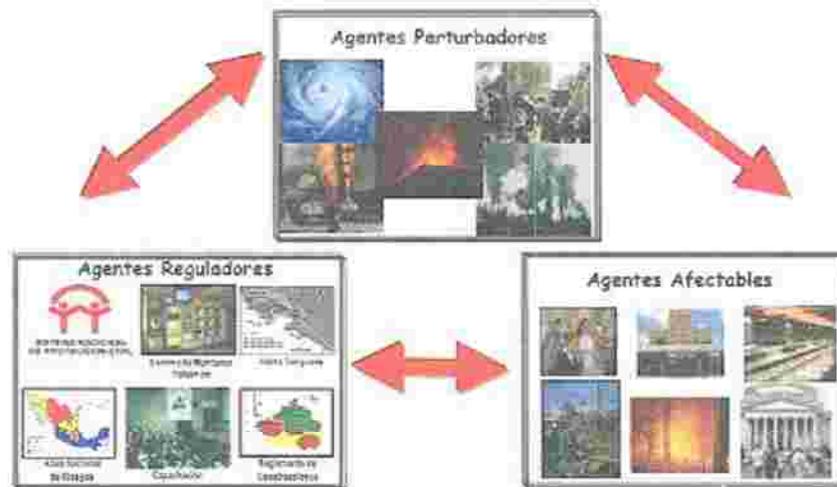
# INTRODUCCIÓN



Las características de nuestro país obligan de diferentes formas a cada uno de los mexicanos a protegernos de las adversidades de la naturaleza y de los riesgos antropogénicos (provocados por el hombre).

De la necesidad de proteger a la población de los **Desastres** surge un conjunto de acciones englobadas en el **SISTEMA NACIONAL DE PROTECCIÓN CIVIL**.

El objetivo principal del Sistema Nacional de Protección Civil es proteger a las personas ante la presencia de un desastre provocado por agentes naturales o humanos, a través de acciones que reduzcan la pérdida de vidas humanas, la destrucción de bienes materiales y el daño a la naturaleza, así como la interrupción de las funciones para el desarrollo de la sociedad.



El 12 de mayo del 2000 se publicó la **Ley General de Protección Civil**, en la que se plantea la realización de eventos que impulsen la educación en la Protección Civil con la participación de los Estados y Municipios, dando especial atención a la Prevención de Desastres.

**Es por esto que el gobierno de la República Mexicana tiene como una tarea primordial la Protección Civil**, un conjunto de acciones que proveen seguridad hacia el futuro, apoyando un desarrollo urbano e industrial con mejores condiciones de seguridad para la población.

## TEMA I

### COMPRENDIENDO LOS DESASTRES

Para entender los desastres llamados naturales, para poder prevenirlos y recuperarse, es necesario desprenderse de una serie de interpretaciones que pueden llegar a confundirnos y que nos impiden actuar acertadamente.

Una de las deformaciones más comunes es suponer que el desastre producido se debe a fuerzas sobrenaturales poderosas que actúan irremediablemente contra los humanos.

Concebimos entonces como un castigo divino la lluvia, la sequía, el maremoto, el terremoto, etc., esta forma de pensar es común entre la población.

Otro tipo de concepción, también errónea, consiste en atribuir los desastres que nos ocurren al comportamiento y actuación maléfica de la naturaleza, reemplazando a los poderes sobrenaturales (o dioses) por las fuerzas naturales y a lo que antes era considerado castigo divino, ahora se le llama castigo de la naturaleza.



### ¿QUÉ ES UN FENÓMENO NATURAL?

Es toda manifestación de la naturaleza, entendiendo que la tierra está en constante transformación y actividad, puesto que no ha terminado su proceso de formación y tiene diferentes manifestaciones de esa actividad.

La ocurrencia de un fenómeno natural, no necesariamente provoca un "desastre natural". Un desastre puede definirse como un evento o suceso que ocurre, en la mayoría de los casos, en forma repentina e inesperada, causando sobre los elementos sometidos alteraciones intensas, representadas en la pérdida de vida y salud de la población, la destrucción ó pérdida de los bienes de una colectividad y/o daños severos sobre el medio ambiente. Los desastres pueden ser originados por un fenómeno natural, provocados por el hombre o ser consecuencia de una falla de carácter técnico en los sistemas industriales.



Los fenómenos de origen natural como terremotos, erupciones volcánicas, maremotos (tsunamis) y huracanes no pueden evitarse, pero se pueden minimizar o atenuar sus efectos reforzando las construcciones, haciendo diques y canales, etc.



Una lista representativa de los fenómenos naturales que pueden originar desastres es la siguiente:



El Sistema Nacional de Protección Civil ha enfocado el estudio de los fenómenos agrupándolos en 5 grandes grupos de "Fenómenos Perturbadores", llamados así porque "perturban" o alteran el funcionamiento normal o cotidiano de la población.

Los Fenómenos Perturbadores son de origen **natural o humano**; los primeros provienen de la naturaleza debido a cambios en las condiciones geológicas, atmosféricas y ambientales, mientras que los segundos se deben a la interacción del hombre con el medio y al grado de desarrollo alcanzado en dicha relación.

- ✓ *Agentes Perturbadores de origen Geológico.*
- ✓ *Agentes Perturbadores de origen Hidrometeorológico.*
- ✓ *Agentes Perturbadores de origen Químico.*
- ✓ *Agentes Perturbadores de origen Sanitario.*
- ✓ *Agentes Perturbadores de origen Socio-Organizativo.*



## **FENÓMENOS GEOLÓGICOS**



Son el producto de los movimientos de las capas terrestres y la consecuente liberación de energía.

- ✓ **HUNDIMIENTO REGIONAL**
- ✓ **DESLIZAMIENTO DE SUELOS**
- ✓ **FLUJOS DE LODO**
- ✓ **MAREMOTOS O TSUNAMIS**
- ✓ **SISMOS O TERREMOTOS**
- ✓ **VULCANISMO**

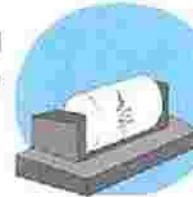
Dos de los fenómenos geológicos más frecuentes son los sismos (terremotos) y las erupciones volcánicas:

**I.1.1. Sismos:** Se produce un sismo (terremoto) cuando los esfuerzos que afectan a cierto volumen de roca, sobrepasan su resistencia, provocando una ruptura violenta y la liberación repentina de la energía acumulada. Esta energía se propaga en forma de ondas sísmicas en todas direcciones, provocando el movimiento del terreno.



### *¿Cómo se detectan los sismos?*

Al propagarse las ondas sísmicas provocan el movimiento del suelo por donde pasan. Para registrar estos movimientos se utilizan equipos denominados sismógrafos y acelerógrafos.



### *Magnitud e intensidad:*

La **magnitud** es una cantidad relacionada con la energía liberada en un sitio dado. La **intensidad** es un valor que se asigna en función de los daños causados en el hombre, en sus construcciones y en el terreno natural de la localidad.



La frecuencia de los sismos en el país y la cantidad de zonas vulnerables, exigen que se tomen medidas preventivas que puedan mitigar o reducir los efectos de estos fenómenos.

## ZONIFICACIÓN SÍSMICA DE LA REPÚBLICA MEXICANA



### ANTES

Cómo prepararse:



## RECOMENDACIONES

Asegúrese de que su casa o lugar de trabajo corra el menor riesgo:

- ☞ Solicite el servicio de un ingeniero, de un arquitecto o de un maestro de obras para detectar las partes más vulnerables de su casa e identifique los lugares más seguros en los que pueda protegerse.
- ☞ Revise periódicamente y repare, si es su caso, las instalaciones de gas y electricidad.
- ☞ Prepare, estudie y practique con su familia o con sus compañeros de trabajo, un plan para utilizarlo en caso de sismo.
- ☞ Integre un botiquín de primeros auxilios.
- ☞ Acuerde con sus familiares el domicilio de una persona conocida fuera de la zona donde usted vive, para comunicarse o reunirse ahí, en caso de llegar a separarse.
- ☞ Organice simulacros periódicamente.
- ☞ Identifique lugares peligrosos.
- ☞ Identifique las rutas de evacuación y manténgalas libres.

## DURANTE



## DESPUÉS

☞ En caso de haber quedado atrapado, conserve la calma y trate de comunicarse al exterior golpeando con algún objeto.

### En caso de permanecer en su casa o lugar de trabajo:

- ☞ Verifique si hay lesionados y, de ser necesario, busque ayuda médica.
- ☞ No utilice elevadores y sea cauteloso con las escaleras.
- ☞ Evite pisar o tocar cualquier cable caído o suelto.
- ☞ Efectúe una revisión cuidadosa de los daños; si son graves en elementos verticales (columnas y/o muros de carga), no haga uso del inmueble.
- ☞ No encienda cerillos o aparatos eléctricos, hasta asegurarse de que no hay fugas ni problemas en la instalación eléctrica; si las hay, repórtelas.
- ☞ Si hay incendios, llame a los bomberos o a las brigadas de auxilio.
- ☞ No consuma alimentos y bebidas que hayan estado en contacto con vidrios rotos, escombros, polvo o algún contaminante.
- ☞ Use el teléfono sólo para reportar una emergencia.
- ☞ Encienda la radio para estar informado y recibir orientación.
- ☞ No propague rumores ni haga caso de ellos, porque desorientan a la población.
- ☞ Atienda las indicaciones de las autoridades o de las brigadas de auxilio.

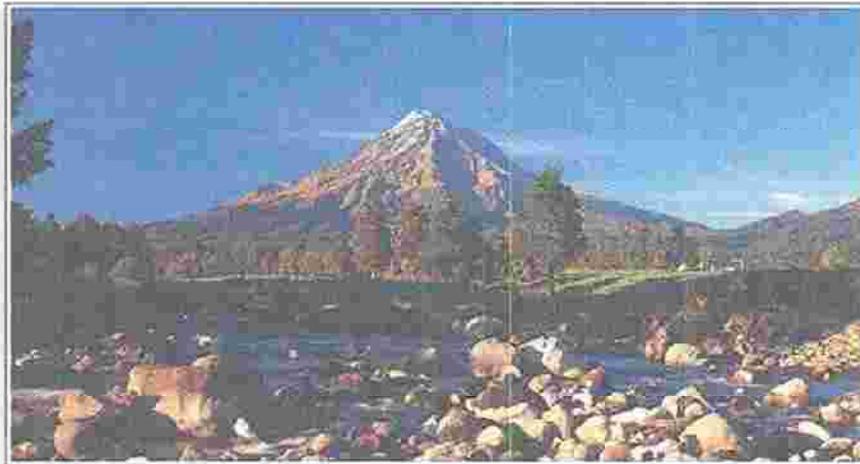
### Si es necesario evacuar:



**I.1.2. ERUPCIÓN VOLCÁNICA:** Un volcán es una abertura de la tierra por donde salen roca fundida y gases. Los volcanes toman generalmente forma de cerro o montaña por la acumulación de capas de lava y cenizas alrededor de la abertura. La ceniza emitida por los volcanes está formada por fragmentos muy finos, como consecuencia de la pulverización de las rocas internas durante la salida de los gases a gran presión.



Los volcanes se consideran inactivos cuando han estado decenas de miles de años sin actividad o, en el caso de volcanes monogenéticos como el Xitle o el Parícutín, que han hecho erupción una sola vez.



## El Semáforo de Alerta Volcánica

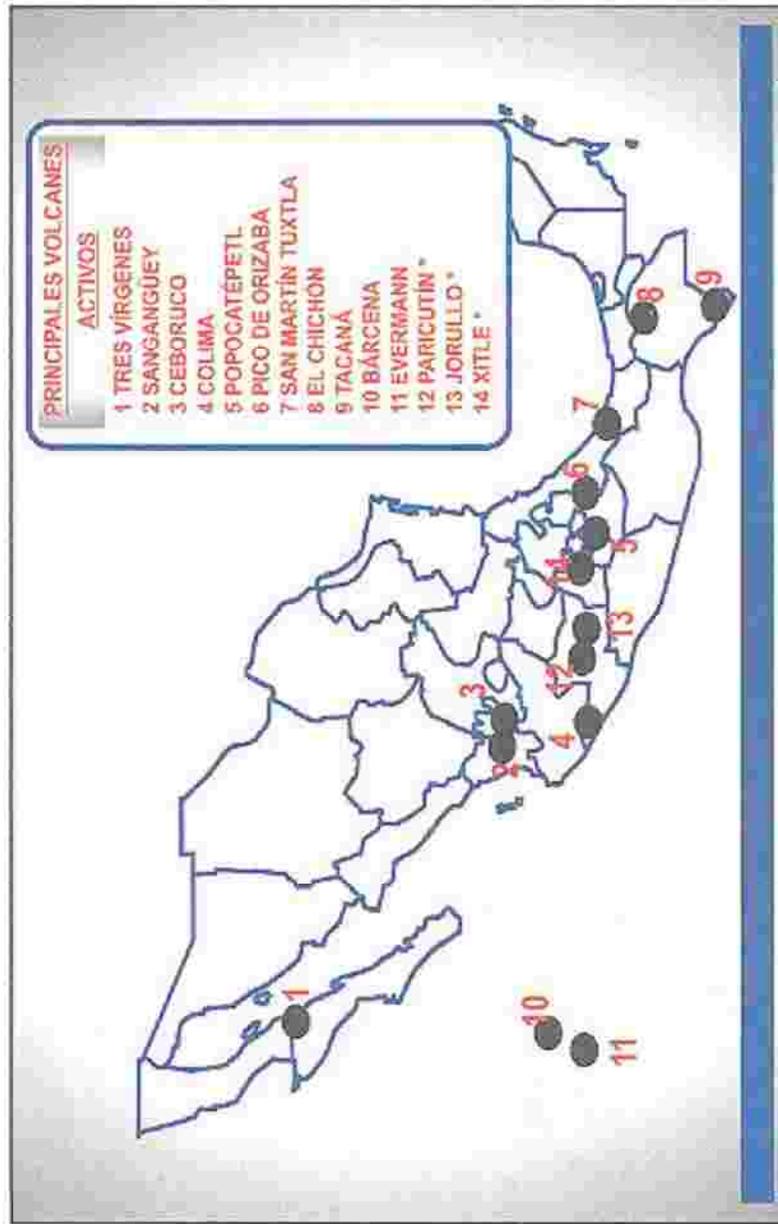


Con la debida vigilancia instrumental y el monitoreo, es posible anunciar la inminente reactivación de un volcán.

Los accidentes personales más comunes debidos a la actividad volcánica son consecuencia de: derrumbes parciales o totales, techos frágiles de viviendas, flujos calientes de ceniza, viviendas a lo largo de cañadas, flujos de lodo, choques de vehiculos por falta de visibilidad y suelos resbalosos por la presencia de ceniza, heridas por caída de fragmentos de roca y afecciones respiratorias por inhalación prolongada de ceniza.

Una persona puede disminuir los riesgos a que están expuestos ella y su familia, sabiendo qué hacer en caso de erupción volcánica.





\*Pertenece a un campo monogenético

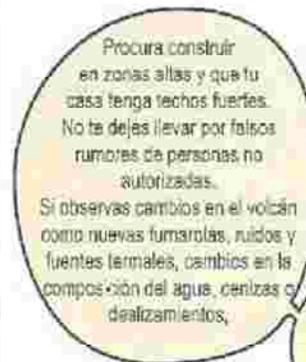
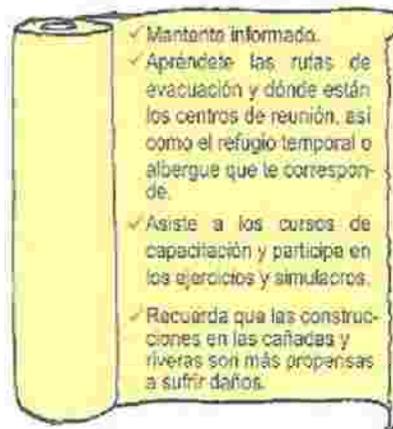
### Cómo prepararse:

Hay que acudir a la Unidad de Protección Civil o a las autoridades locales para recibir indicaciones sobre:



- ☞ Preguntar si la zona en la que vivimos puede ser afectada por actividad volcánica.
- ☞ Preguntar qué medidas de protección debemos tomar en la casa o trabajo.
- ☞ Cómo podemos colaborar con las brigadas de auxilio y tener a la mano radio de pilas, linterna y documentos personales, así como las llaves de tu casa.

### ¿Qué hacer cuando el semáforo está en verde, situación de normalidad?



### ¿Qué hacer cuando el semáforo está en amarillo, situación de alerta?

- ☞ Estar alerta y pendiente de lo que te digan las autoridades y las noticias.
- ☞ Prepara para cada miembro de tu familia una tarjeta con su nombre y dirección.
- ☞ Si tu vivienda tiene servicios de gas, luz y agua, asegúrate de saber cómo se cierran.
- ☞ Si puedes, guarda agua potable y alimentos, las medicinas que estés tomando tú o alguien de tu familia, así como tus documentos más importantes como títulos de propiedad, actas de nacimiento o matrimonio, cartillas, etc.
- ☞ Cubre los depósitos de agua y alimentos para evitar que se contaminen con las cenizas que pudieran caer.
- ☞ Si tienes ganado o cualquier tipo de animales, consulta en la Unidad de Protección Civil qué debes hacer con ellos.

### ¿Qué hacer cuando el semáforo está en rojo, situación de alarma?



## Retorno a la normalidad

- ☞ Sólo las autoridades pueden decirte cuándo será seguro regresar a tu vivienda.
- ☞ Antes de entrar a tu casa, verifica las condiciones en que se encuentra, en caso de que tengas dudas, consulta con los cuerpos de emergencia. Si el techo tiene ceniza, quitála de inmediato, cuidando que no se vaya al drenaje.
- ☞ No uses la electricidad ni el gas, hasta estar seguro de que las instalaciones están limpias de ceniza y en buen estado.
- ☞ No comas o bebas nada que sospeches que esté contaminado, si tienes dudas consulta a las autoridades correspondientes.
- ☞ Mantente alerta al color del semáforo y sigue las recomendaciones de la Unidad de Protección Civil.
- ☞ Realiza junto con tu familia tus actividades cotidianas.

## ¿Qué hacer en caso de caída de ceniza?



## I.2. FENÓMENOS HIDROMETEOROLÓGICOS



Son el producto del movimiento del agua superficial y de los cambios meteorológicos que afectan directamente la capa terrestre.

- ✓ LLUVIAS TORRENCIALES
- ✓ TORMENTAS TROPICALES
- ✓ INVERSIÓN TÉRMICA
- ✓ NEVADAS
- ✓ GRANIZADAS
- ✓ INUNDACIONES
- ✓ HURACANES
- ✓ TORMENTAS ELÉCTRICAS
- ✓ TEMPERATURAS EXTREMAS
- ✓ SEQUÍAS
- ✓ MAREAS DE TORMENTA

Los fenómenos hidrometeorológicos que se presentan frecuentemente en el hemisferio norte son: ciclones, lluvias e inundaciones y heladas.

**I.2.1. CICLONES:** Un ciclón es una concentración anormal de nubes, cuyos vientos giran en sentido contrario a las manecillas del reloj y a grandes velocidades. Sus daños son por lluvia, viento, oleaje y marea de tormenta. Se clasifican de acuerdo con la fuerza de sus vientos: Depresión Tropical, Tormenta Tropical y Huracán, éste último tiene cinco categorías.

Dado que son fenómenos que se pueden predecir, se estableció un **Sistema de Alerta Temprana** con el objetivo de que, a través de la información de la radio y la televisión, la población vulnerable esté preparada, buscando que las personas adquieran una conciencia previsor, sepan cómo actuar en cada una de las etapas y reduzcan el miedo que una situación de desastre provoca.

Este sistema comprende las siguientes **ALERTAS:**

**El poder destructivo de cualquiera de las modalidades de los ciclones, obliga a que se tomen medidas especiales de seguridad.**

- I. Azul (Aviso)
- II. Verde (Prevención)
- III. Amarillo (Preparación)
- IV. Naranja (Alerta) y
- V. Rojo (Afectación).



## ¿Qué significa cada alerta?

### 1. Alerta Azul - Aviso

Se establece cuando se ha detectado la presencia de un ciclón tropical o cuando éste permanece a más de 72 horas con la posibilidad de que comience a afectar. Se considera que el **peligro es Mínimo**. Mientras permanezca en esta etapa, se emitirán boletines con una frecuencia de por lo menos cada 24 horas.



Se espera que la población se mantenga informada.



### 2. Alerta - Verde Prevención

Se establece cuando un ciclón tropical se ha acercado a una distancia tal que haga prever el impacto en un área afectable en un tiempo de entre 72 y 24 horas. Se considera que el **peligro es Bajo**. Mientras permanezca en esta etapa, se emitirán boletines con una frecuencia de por lo menos cada 12 horas.



 Se espera que la población se mantenga informada.

 Instruirse sobre los ciclones tropicales y las medidas a tomar.



#### *Alerta Amarilla – Preparación*

Se establece cuando un ciclón tropical se ha acercado a una distancia tal que haga prever el impacto en un área afectable en un tiempo de entre 60 y 12 horas. Se considera que el **peligro es Moderado**. Mientras permanezca en esta etapa, se emitirán boletines con una frecuencia de por lo menos cada 6 horas.

**ALERTA AMARILLA**

PELIGRO MODERADO  
ACERCAMIENTO • PREPARACIÓN

*Se espera de la población las siguientes acciones:*



#### **4. Alerta Naranja – Alarma**

Se establece cuando un ciclón tropical se ha acercado a una distancia tal que haga prever el inminente impacto en un área afectable en un tiempo de entre 36 y 6 horas. Se considera que el **peligro es Alto**. Mientras permanezca en esta etapa, se emitirán boletines con una frecuencia de por lo menos cada 3 horas.

### **ALERTA NARANJA**

PELIGRO ALTO  
ACERCAMIENTO - ALARMA

*Se espera de la población las siguientes acciones:*



## 5. Alerta Roja – Afectación

Se establece cuando la línea de vientos de un ciclón tropical se encuentra impactando un área afectable, o bien que pueda afectar en un tiempo igual o menor a 18 horas. Se considera un **Máximo de peligro**. Mientras permanezca en esta etapa, se emitirán boletines con una frecuencia de por lo menos cada 3 horas.



*Se espera de la población las siguientes acciones:*

-  Resguardo total de la población.
-  Atender instrucciones de las autoridades.

La Alerta Roja se mantiene cuando, después del impacto de un ciclón tropical, continúa afectando al área de manera directa o se comienza a alejar de la misma hasta una distancia máxima de 250 km.

### RECOMENDACIONES

-  Platique con su familia y amigos para organizar un Plan de Protección Civil, tomando en cuenta las siguientes medidas:



 Tenga a la mano los siguientes artículos en caso de emergencia: botiquín de primeros auxilios, radio y linterna de pilas con los repuestos necesarios, agua purificada o hervida en envases con tapa, así como alimentos enlatados. Documentos personales (actas de nacimiento, matrimonio, cartilla, papeles agrarios, identificaciones, CURP, etc.) guardados en bolsas de plástico y dentro de una mochila o morral que le deje libres brazos y manos.

 Si su casa es segura y no está en zona de riesgo, tome medidas de protección como:

- ✓ Fije y amarre bien lo que el viento pueda lanzar.
- ✓ Lleve sus animales y equipo de trabajo al lugar previsto.
- ✓ Guarde objetos sueltos (macetas, botes de basura, herramientas, etc.) que pueda lanzar el viento. Retire antenas de televisión, rótulos y objetos colgantes.
- ✓ Limpie la azotea, desagües, canales y coladeras, y barra la calle destapando las atarjeas.
- ✓ Si tiene vehículo, asegúrese de que funciona correctamente.
- ✓ Selle con mezcla de cemento la tapa de su pozo o aljibe para tener agua de reserva no contaminada.

 Si su casa es frágil o está en una zona de riesgo, tenga previsto un refugio o un albergue de Protección Civil a donde pueda trasladarse.

Si las autoridades indican evacuar el área y/o la casa donde vive, NO LO DUDE, CONFÍE Y ¡HÁGALO!



***Esta recomendación se basa en el conocimiento de la peligrosidad del ciclón.***

### **Pero antes:**

-  Asegure su casa y lleve con usted los artículos indispensables
-  Conserve la calma y tranquilice a sus familiares. Una persona alterada puede cometer muchos errores.
-  Continúe escuchando su radio portátil para obtener información o instrucciones relativas al ciclón.
-  Desconecte todos los aparatos y el interruptor de energía eléctrica.
-  Cierre las llaves de gas y agua.
-  Ayude a alertar a sus conocidos; al escuchar el mensaje de emergencia avise a sus familiares y vecinos.

### **Si su casa es segura y decidió quedarse en ella:**





Si usted está en su casa, en un refugio temporal o albergue, no salga hasta que las autoridades indiquen que terminó el peligro.



El ojo del ciclón crea una calma que puede durar hasta una hora y después viene la fuerza destructora con vientos de gran velocidad, en sentido contrario.

### **Una vez que haya pasado el ciclón:**



Después de que el ciclón ha pasado, siga las instrucciones transmitidas por las autoridades a través de los medios de comunicación.



No olvide conservar la calma: una mente tranquila puede ayudar más en situaciones de crisis.



Si hay heridos, repórtelos inmediatamente a los servicios de emergencia.



Cuide que sus alimentos estén limpios. No coma nada crudo ni de procedencia dudosa.



Beba el agua potable que almacenó o hierva la que va a tomar.



Limpie perfectamente cualquier derrame de medicinas, sustancias tóxicas o inflamables.



Revise cuidadosamente su casa para cerciorarse de que no hay peligro.



Si su casa no sufrió daños, permanezca en ella.



Mantenga desconectado el gas, la luz y el agua hasta asegurarse de que no haya fugas ni peligro de corto circuito.



### **I.2.2. LLUVIAS E INUNDACIONES:**



#### ***Precipitación:***

Es agua en estado líquido (lluvia) o sólido (nieve y granizo), que cae de la atmósfera y alcanza el terreno.

#### ***Lluvia:***

Gotas de agua o cristales de hielo que caen de una nube.

#### ***Inundaciones pluviales:***

Sucedan cuando el agua de lluvia satura la capacidad del terreno para drenarla, acumulándose por horas o días sobre éste.

#### ***Inundaciones fluviales:***

Se generan cuando el agua que se desborda de ríos queda sobre la superficie de terreno cercano a ellos.

#### ***Inundaciones costeras:***

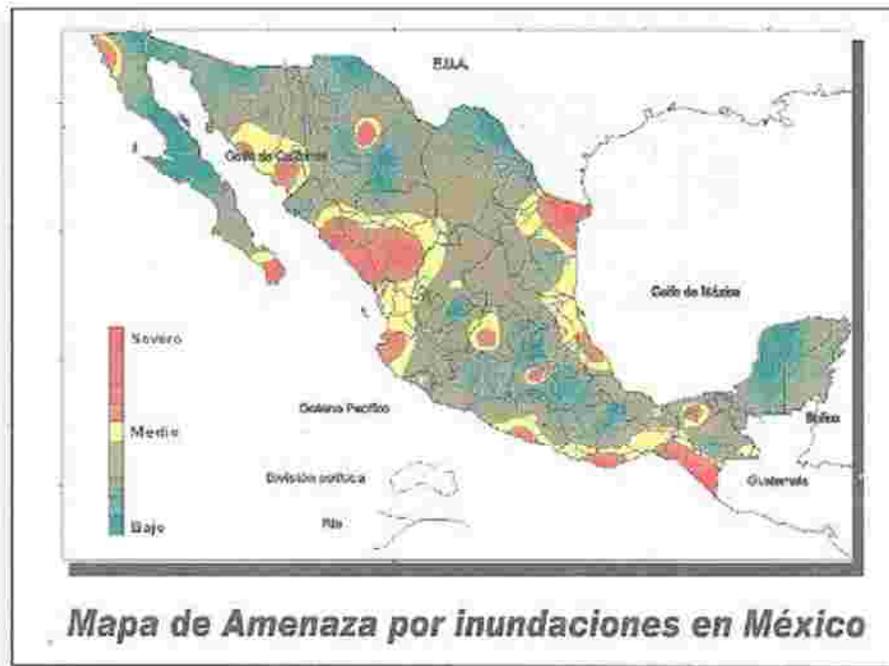
La marea de tormenta que se desarrolla durante los ciclones es la sobreelevación del nivel del mar hasta que éste penetra tierra adentro.

#### ***Inundaciones por ruptura de bordos, diques y presas:***

Cuando falla una obra contenedora de agua.

#### ***Inundaciones por incorrecta operación de compuertas de una presa:***

Cuando se permite la descarga a través de un vertedor controlado desde una presa, por una decisión errónea de abrir la compuerta más de lo previsto.



### *Qué hacer antes, durante y después de una lluvia o inundación*

Las inundaciones se presentan como consecuencia de lluvias intensas en diferentes regiones del territorio nacional. Algunas se desarrollan durante varios días, pero otras pueden ser violentas e incontenibles en pocos minutos. Las fuertes lluvias generan tres peligros: las inundaciones, los torrentes y los deslaves.

Salvo las inundaciones intempestivas que se pueden presentar en las riberas de los ríos o en zonas aledañas a las presas, las demás generalmente tienen un proceso de generación que hace posible tomar medidas suficientes para evitar o aminorar los daños que causan a la población.

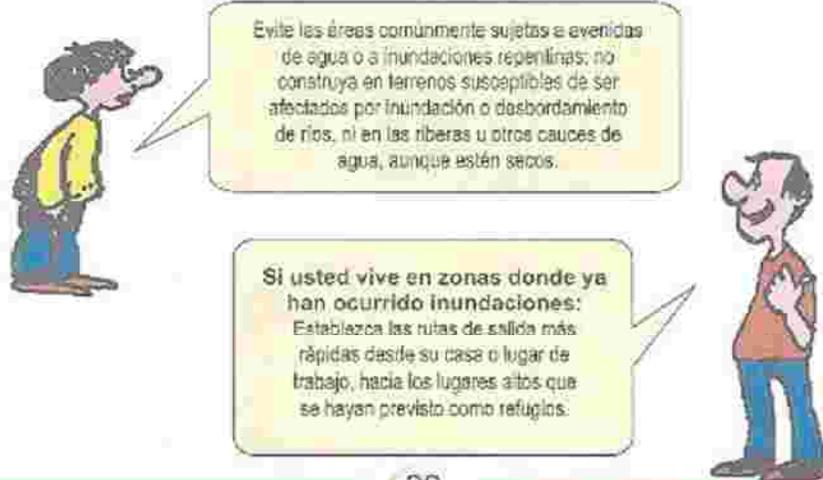


Asimismo, en algunos casos la inundación es una contingencia provocada por un ciclón; en otros, son lluvias torrenciales aisladas difíciles de predecir que, aunadas a la ubicación inadecuada de la vivienda, propician los desastres.

Algunas de las medidas señaladas a continuación coinciden con las citadas para las 5 etapas de emergencia ante un ciclón. Sin embargo, se mencionan también otras particularmente referidas a las inundaciones.



### **Cómo prepararse con anticipación**



**En época de lluvias intensas, si se emite un llamado de ALERTA :**

- ❖ Esté pendiente de las señales de aviso, alarma y emergencia y manténgase informado. Esto lo ayudará a prepararse ante cualquier situación.



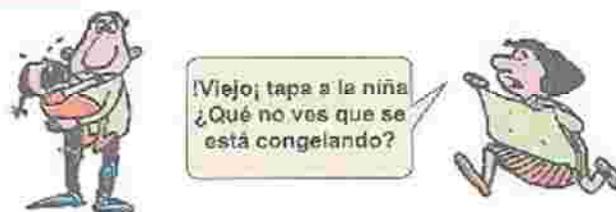
Si las autoridades indican evacuar el área y/o la casa donde vive, NO LO DUDE, CONFIE Y ¡HÁGALO!



Recuerde: si vive en zonas con tales riesgos, ponga atención a los avisos, ya que lo previenen de los peligros que esta situación trae consigo y orientan sus acciones para proteger su vida.



### I.2.3. HELADAS:



Una helada ocurre cuando la temperatura del aire cercano a la superficie del terreno disminuye a  $0^{\circ}\text{C}$  o menos, durante un lapso mayor a ocho horas.

**En relación con su aspecto usual, las heladas se clasifican en blancas y negras:**

Las blancas se forman cuando las masas de aire son húmedas, por lo que provocan condensación y formación de hielo sobre la superficie de las plantas y en objetos expuestos libremente a la radiación nocturna. Las negras se desarrollan cuando el aire del ambiente se encuentra excesivamente seco, no existe condensación ni formación de hielo sobre la superficie. Apesar de ello, los cultivos son dañados y al día siguiente la vegetación presenta una coloración negruzca.

**Qué hacer antes y durante la época de HELADAS:**

**Antes:**

- ☞ Estar atento a la información meteorológica y de las autoridades (Protección Civil, Sector Salud, Comisión Nacional del Agua, etc.) que se transmita por medios de comunicación.
- ☞ Informar a las autoridades correspondientes sobre la localización de grupos o personas sujetas a riesgo (indigentes, niños, ancianos o enfermos desprotegidos).
- ☞ Procurar fomentar, entre su familia y la comunidad, las medidas de autoprotección como:

- ✓ Vestir con ropa gruesa.
- ✓ Comer frutas y verduras amarillas, ricas en Vitaminas A y C.
- ✓ Contar con combustible suficiente para calefacción.
- ✓ Procurar tener cobijas suficientes para cubrirse por las noches.
- ✓ Solicitar información a la Unidad de Protección Civil de su localidad, sobre la ubicación de refugios temporales.
- ✓ Acudir a la Unidad de Protección Civil de su localidad, con la finalidad de establecer el Plan de Acciones que haga posible prevenir y aminorar los daños a la población durante la temporada de frío.

**Durante:**



**Cuando una persona ha sido afectada por los frios intensos, se sugiere realizar cualesquiera de las siguientes acciones:**

- ❖ Generar más calor corporal mediante movimiento; es decir, correr, saltar, mover las extremidades, etc.



**Si va a estar fuera de su hogar un tiempo prolongado, asegúrese de hacer lo siguiente:**



### **Recomendaciones de seguridad:**

- ☞ **No encienda** estufas ni anafres de combustión de gas o carbón dentro de habitaciones que carezcan de ventilación adecuada; cuide que no estén al alcance de los niños o enfermos mentales.
- ☞ Con anticipación almacene leña, gas y/o carbón, para prevenir la posible falta de abastecimiento, considerando que podría suceder que usted o su proveedor no puedan transitar en la calle debido a las bajas temperaturas.
- ☞ Almacene suficiente agua y alimento para cinco días. Procure que la comida no sea de fácil descomposición y preferiblemente alta en calorías.
- ☞ En caso de que algún familiar que viva con usted padezca alguna enfermedad, prevenga la existencia suficiente de sus medicamentos.
- ☞ En caso de que se encuentre alejado de un poblado, desde hoy identifiquese con sus vecinos, para enfrentar este invierno colectivamente.
- ☞ Identifique a las autoridades de Protección Civil cercanas a su población o comunidad y solicite información sobre: puntos de reunión, refugios temporales, cocinas comunitarias, sitios de distribución de material de abrigo y víveres.

**Recuerde: la seguridad de sus hijos es responsabilidad de usted.**



Tenga a la mano: radio con baterías, linterna, soga y cerillos.  
Selle puertas y ventanas con papel periódico para evitar cruces de corrientes y salida del calor acumulado en su casa.

## Medidas preventivas para la agricultura y ganadería



### I.3. FENÓMENOS QUÍMICOS



Este tipo de fenómenos se encuentra íntimamente ligados con la compleja vida en sociedad, el desarrollo industrial y tecnológico de las actividades humanas y el uso de diversas formas de energía.

Algunos de los fenómenos químicos y sus consecuencias que se presentan con mayor frecuencia son:

- ✓ INCENDIOS FORESTALES
- ✓ INCENDIOS URBANOS
- ✓ EXPLOSIONES
- ✓ ENVENENAMIENTO
- ✓ FUGAS Y DERRAMES DE PRODUCTOS QUÍMICOS
- ✓ RADIACIÓN

I.3.1. **INCENDIO:** Fuego de grandes proporciones que se desarrolla sin control, el cual puede presentarse de manera instantánea o gradual, pudiendo provocar daños materiales, interrupción de los procesos de producción, pérdida de vidas humanas y afectación al ambiente.

**FUEGO:** Es la oxidación rápida de los materiales combustibles con desprendimiento de luz y calor y la generación de gases y humos.

Los fuegos se dividen en las clases A, B, C y D.

**Fuego Clase A:** Es aquel que se presenta en material combustible sólido, generalmente de naturaleza orgánica, y cuya combustión se realiza normalmente con formación de brasas.

**Fuego Clase B:** Es aquel que se presenta en líquidos y gases combustibles e inflamables.

**Fuego Clase C:** Es aquel que involucra aparatos y equipos eléctricos energizados.

**Fuego Clase D:** Es aquel en el que intervienen metales combustibles.

Las emergencias de origen químico que ocurren con mayor frecuencia en el territorio nacional, son los incendios y las explosiones, fenómenos destructivos comúnmente asociados.

**Por el lugar en donde se desarrollan, hay incendios urbanos y forestales.**

### *Incendios Urbanos*



Se deben principalmente a cortocircuitos en instalaciones defectuosas, sobrecargas o falta de mantenimiento en los sistemas eléctricos, fallas u operación inadecuada de aparatos electrodomésticos; falta de precaución en el uso de velas, veladoras y anafres; manejo inadecuado de sustancias peligrosas y otros errores humanos. Por el lugar donde se producen, los incendios urbanos pueden ser domésticos, comerciales e industriales.

### *Incendios Forestales*



Son producidos principalmente por: quemas de limpia para uso en la agricultura, quemas de pasto para la obtención de "pelillo" que sirve como forraje, con el objeto de combatir plagas y otros animales dañinos; fogatas en los bosques; arrojando objetos encendidos sobre la vegetación; tormentas eléctricas, desprendimiento de las líneas de alta tensión y acciones incendiarias intencionales.

## Qué hacer antes, durante y después de un incendio

### Antes

#### Cómo prepararse:

#### En su casa

Revise periódicamente la instalación eléctrica de su casa que el calibre y conexiones de cables y/o alambres sean adecuados. Asesórese de electricistas o ingenieros expertos.

No sobrecargue los enchufes con demasiadas clavijas, distribuya las cargas o solicite la instalación de circuitos adicionales. Tenga cuidado con parrillas eléctricas y aparatos de mayor consumo de energía, ya que la instalación puede sobrecalentarse.

En caso de fuga de gas, no encienda ni apague luces y ventile al máximo todas las habitaciones. Mantenga fuera del alcance de los niños: velas, veladoras, cerillos, encendedores y toda clase de material inflamable. Guarde los líquidos inflamables en recipientes irrompibles con una etiqueta que indique su contenido.

Evite improvisar empalmes en las conexiones, no sustituya los fusibles por alambres o monedas. Revise que los tanques, tuberías, mangueras y accesorios de gas estén en buenas condiciones.

Recuerde que todo contacto o interruptor eléctrico debe tener su tapa debidamente aislada.

- ☞ Apague perfectamente los cerillos y las colillas de cigarrillos.
- ☞ No fume en la cama.
- ☞ Procure contar con uno o más extintores en un lugar accesible; asegúrese de que sabe manejarlos y vigile que estén en condiciones de servicio.
- ☞ Antes de salir de su casa revise que los aparatos eléctricos estén apagados y de preferencia desconéctelos. Asimismo, cerciórese de que las llaves de la estufa estén cerradas y los pilotos encendidos. Si sale de viaje, cierre las llaves de gas y desconecte la energía eléctrica.
- ☞ Siempre tenga a la mano los números telefónicos de los Bomberos, Cruz Roja, Protección Civil y brigadas de auxilio.

## Antes

### En su centro de trabajo

- ☞ Recuerde que generalmente por descuido se puede producir un incendio.
- ☞ Cumpla con las medidas de seguridad establecidas.
- ☞ No sobrecargue los enchufes con demasiados aparatos; distribuya las cargas o solicite la instalación de circuitos adicionales.
- ☞ No fume en zonas restringidas ni dentro de los elevadores; apague perfectamente los cerillos y las colillas de cigarros; no los arroje encendidos al cesto de basura.
- ☞ Conozca la ubicación de los extintores, equipo contra incendio, alarmas y aprenda a operarlos.



## Durante incendios urbanos

- ☞ Conserve la calma; procure tranquilizar a sus familiares o compañeros de trabajo.
- ☞ Si detecta fuego, calor o humo anormales, dé la voz de alarma inmediatamente.
- ☞ Si el fuego es de origen eléctrico, no intente apagarlo con agua.
- ☞ Los fuegos pequeños producidos por aceite o grasa, ocurren generalmente en la cocina; en este caso, sofóquelos con sal, con polvo de hornear o con bicarbonato. Si lo que se inflama es una sartén, póngale una tapa.
- ☞ Si el fuego se extiende, llame a los bomberos o a las brigadas de auxilio y siga sus instrucciones.
- ☞ Corte los suministros de energía eléctrica y de gas.
- ☞ No abra puertas ni ventanas, porque el fuego se extiende con el aire.
- ☞ En caso de evacuación....**no corra, no grite, no empuje.**
- ☞ No pierda tiempo buscando objetos personales.
- ☞ Dirijase a la puerta de salida que esté más alejada del fuego.

Si hay gases y humo, desplácese a rastras y, de ser posible, tápese nariz y boca con un trapo húmedo. Ayude a salir a los niños, ancianos y personas con capacidades diferentes. Tenga presente que el pánico es su peor enemigo. Al llegar los bomberos o las brigadas de auxilio, infórmeles si hay personas atrapadas; no use los elevadores.

Si se incendia su ropal, no corra; tirese al piso y ruedo lentamente, de ser necesario cubrese con una manta para apagar el fuego. Antes de abrir una puerta, toque la perilla o manija, o bien la superficie de la puerta; si está caliente no la abra; el fuego está detrás de ella.

En caso de que el fuego obstruya las salidas, no se desespere y alejese lo más posible de las llamas, procure bloquear totalmente la entrada del humo, tapando las rendijas con trapos húmedos y llame la atención sobre su presencia para ser auxiliado a la brevedad. Una vez fuera del inmueble, alejese lo más que pueda para no obstruir el trabajo de las brigadas de auxilio.



## Después

- ☞ No pase al área de siniestro hasta que las autoridades lo determinen.
- ☞ Haga que un técnico revise las instalaciones eléctricas y de gas, antes de conectar nuevamente la corriente y de utilizar la estufa y el calentador.
- ☞ Deseche alimentos, bebidas o medicinas que hayan estado expuestas al calor, al humo o al tizne del fuego.
- ☞ No vuelva a congelar los alimentos que se hayan descongelado.

## Recomendaciones para prevenir incendios forestales

- ☞ Cuando vaya a realizar quemas, recuerde hacerlo muy temprano, en las primeras horas de la mañana y sólo cuando no haya viento ni sol muy fuerte. También es importante que antes de iniciar la quema, se asegure de cavar brechas cortafuego para controlar el desarrollo del proceso.



- ☞ La quema de terrenos con fines de desmonte o preparación de la tierra para la siembra, es un proceso muy peligroso que puede contribuir en la generación de incendios. Siempre que cuente con otras opciones para la preparación de sus predios, evite realizar estas quemas.



- ☞ Evite dejar fragmentos de vidrio, cristales, espejos o botellas que, por la acción de los rayos solares, puedan convertirse en una fuente de calor que provoque un incendio.
- ☞ No intervenga ni actúe por cuenta propia para combatir un incendio forestal.
- ☞ Lo más importante es alertar a las autoridades sobre la presencia del fuego.
- ☞ Obedezca las instrucciones del personal autorizado.
- ☞ De ello puede depender su vida y la de su familia.

Siempre que pueda y esté en posibilidades, colabore con las autoridades y personal técnico responsable en la integración de brigadas de combate a los incendios, pero respetando las instrucciones que dé el personal técnico.



Yo ya me fui a informar a la estación de bomberos de qué necesito para formar parte de esta brigada.

Evite el uso de fertilizantes químicos y prefiera el uso de abonos orgánicos como el abono verde o la composta y de cultivos como la vaza de invierno, que son cultivos que se pueden sembrar de manera paralela a los cultivos tradicionales como maíz, avena y cebada, entre otros, pero que nutren al suelo y reducen el problema de erosión y desmoronamiento de terrenos. Infórmese sobre sus ventajas y adoptelos como dos abonos que beneficiarán de modo importante la calidad de sus terrenos y siembras.



Porque en la cosecha pasada, ¡sepe que fertilizante no vendieron! y varios borregos y vacas se me murieron al llevarlos a pastar.

### I.3.2. ACCIDENTES QUÍMICOS:

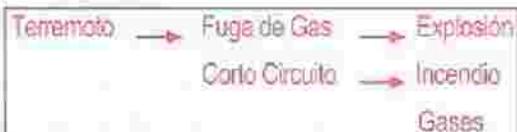
Los accidentes relacionados con sustancias químicas peligrosas que puede provocar un desastre, se presentan con poca frecuencia; sin embargo, el costo social, ambiental y económico es alto. La principal herramienta para combatir estos accidentes es la prevención y el primer paso es la adecuada identificación de los peligros asociados al manejo, almacenamiento, transporte, distribución y disposición de los materiales y residuos peligrosos.



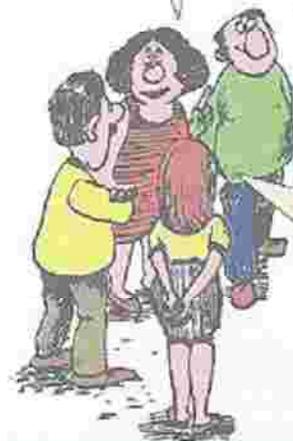
El crecimiento de la población y de su demanda de servicios, paralelo a crecimiento de la industria, ha incrementado las actividades relacionadas con el manejo, almacenamiento, transporte y disposición de sustancias químicas consideradas como peligrosas.



Los accidentes con sustancias químicas pueden presentarse como consecuencia del impacto de un fenómeno natural.



Y por acciones ocasionadas por el hombre como son los errores humanos, las fallas administrativas, la operativa en los procesos industriales, así como el terrorismo y el sabotaje.



¡Ah! No sabía que los seres humanos también causaríamos desastres.

Creíste que solamente los desastres eran naturales ¡huy sí, como no! ¡Claro que sí los causamos!



Daba de considerarse el tiempo de vida útil del equipo y el posible efecto dominó (el primer accidente ocasiona un segundo impacto y la cadena puede incrementarse).



Un ejemplo del efecto dominó se dio en San Juan Ixhuatepec, México en 1984.



Después de ocurrido un accidente con sustancias químicas es posible que se presenten uno o más de los siguientes escenarios:



El transporte de materiales y residuos peligrosos es una fuente primaria de un riesgo químico. El vínculo entre el generador o el usuario de un material peligroso y el destino final del material, es el transportista. De acuerdo a ello, se ve la necesidad de establecer, en todo el esquema estructural del manejo de los materiales peligrosos, una transportación segura para todos aquellos que están involucrados de una u otra forma con el transporte de este tipo de sustancias, facilitando la adquisición y la aplicación de medidas preventivas y de seguridad.

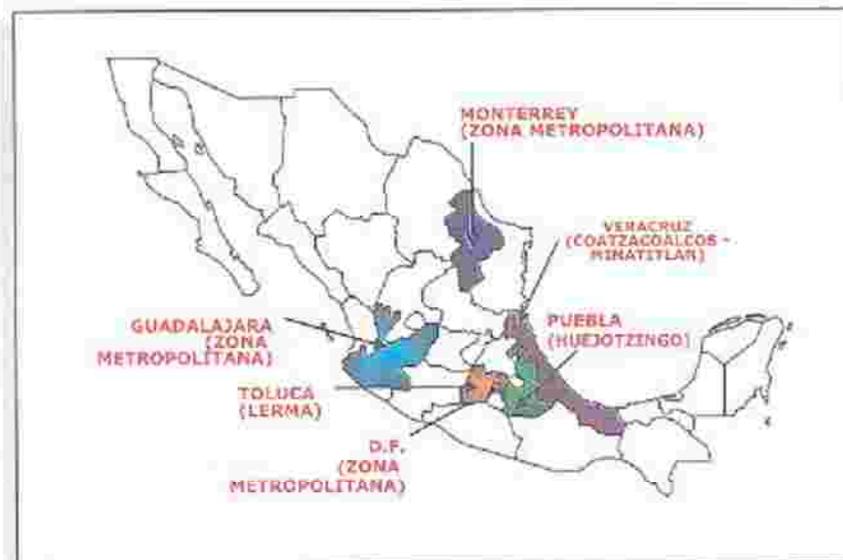
#### I.4. FENÓMENOS SANITARIOS

Se encuentran estrechamente ligados al crecimiento poblacional e industrial. Sus principales fuentes son los centros urbanos, donde se ubican plantas industriales y concentraciones vehiculares, así como una alta densidad de población.

- ✓ CONTAMINACIÓN
- ✓ PLAGAS
- ✓ LLUVIA ÁCIDA
- ✓ EPIDEMIAS

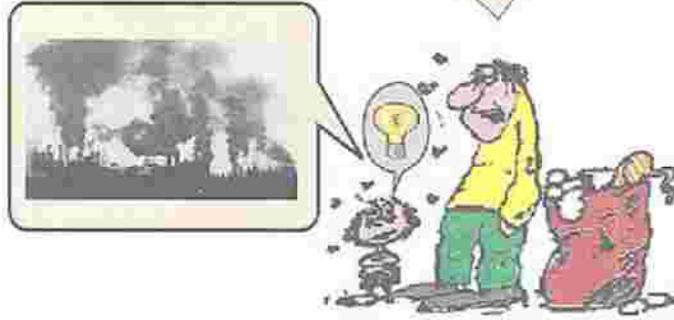
Las plagas y las epidemias también se pueden presentar en zonas rurales donde los servicios de agua y drenaje no están disponibles, así como zonas tropicales donde se transmiten enfermedades a través de los mosquitos.

#### ÁREAS DE MAYOR RIESGO POR CONTAMINACIÓN



¿Sabes lo que es la **CONTAMINACIÓN**?

Pues es la modificación indeseable de la composición natural del ambiente, ya sea el aire, el agua o el suelo por desechos generados por la actividad del hombre. Por ejemplo: cuando se vierten aguas residuales a ríos o lagos.



¿Te han dicho a qué se le llama **PLAGA**? Es cuando una población de organismos que al crecer en forma descontrolada transmiten enfermedades al hombre, los animales y las plantas, causando un desequilibrio ecológico. Un ejemplo son las plagas de insectos y roedores.



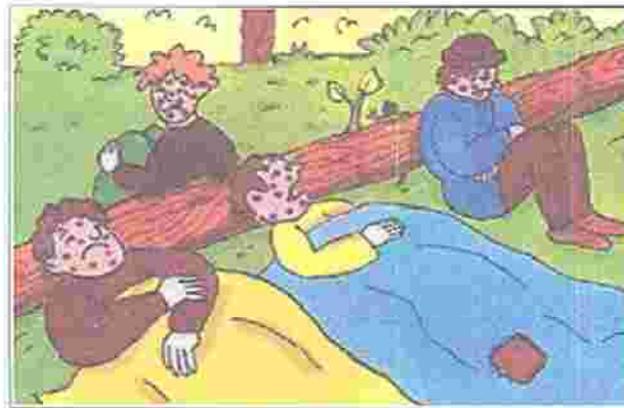
### **LLUVIA ÁCIDA:**

Es la precipitación pluvial que acarrea partículas de diversos contaminantes atmosféricos de carácter ácido que afecta adversamente la estabilidad de diversos ecosistemas como lagos y bosques. Puede disolver algunos metales pesados y conducirlos a las fuentes de aprovisionamiento de agua potable.



### **EPIDEMIA:**

Es una enfermedad infecto-contagiosa que aparece de improviso en una región, aumentando considerablemente el número de casos de dicha enfermedad en corto tiempo, afectando simultáneamente a muchas personas. Las epidemias se pueden transmitir a través del aire, agua o alimentos, y en algunos casos por insectos o mosquitos y a través del contacto entre personas.





## I.5. FENÓMENOS SOCIO-ORGANIZATIVOS

Son originados por las actividades de las crecientes concentraciones humanas, así como por el mal funcionamiento de algún sistema propuesto por el hombre.

- ✓ **INTERRUPCIÓN DE SERVICIOS**
- ✓ **CONCENTRACIONES MASIVAS DE POBLACIÓN**
- ✓ **ACCIDENTES TERRESTRES, AÉREOS, MARÍTIMOS Y FLUVIALES**
- ✓ **SABOTAJE**
- ✓ **TERRORISMO**



**¿Sabes lo que es una concentración masiva de población?**

Es un Fenómeno asociado a las crecientes concentraciones humanas en eventos deportivos y culturales, mítines, etc., que pueden ocasionar lesiones y muerte entre los concurrentes.



## **ACCIDENTES TERRESTRES, AÉREOS, MARÍTIMOS Y FLUVIALES:**

Sucesos no premeditados que alteran el orden regular de la sociedad y su entorno dando por resultado un desastre.



## **INTERRUPCIÓN DE SERVICIOS:**

Es una situación que se produce por suspensión o disminución de funciones en los sistemas de servicios propuestos por el hombre.



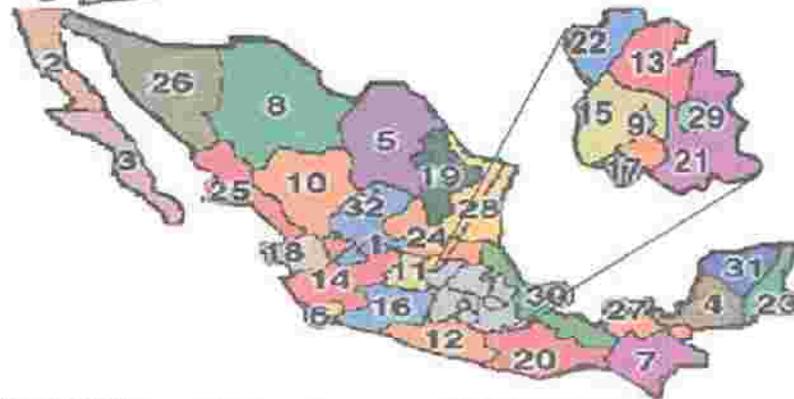


## TEMA II

### IDENTIFICACIÓN DE FENÓMENOS QUE AFECTAN A MI ESTADO

En el tema anterior hablamos de los Fenómenos Perturbadores que con mayor frecuencia se pueden presentar en la República Mexicana, de acuerdo a esto, hagamos un breve ejercicio.

En el siguiente mapa de la República Mexicana identifique y marque su estado:



- |                        |                       |                     |
|------------------------|-----------------------|---------------------|
| 1.-Aguascalientes      | 12. Guerrero          | 23. Quintana Roo    |
| 2.-Baja California     | 13. Hidalgo           | 24. San Luis Potosí |
| 3.-Baja California Sur | 14. Jalisco           | 25. Sinaloa         |
| 4.-Campeche            | 15. México, Estado de | 26. Sonora          |
| 5.-Coahuila            | 16. Michoacán         | 27. Tabasco         |
| 6.-Colima              | 17. Morelos           | 28. Tamaulipas      |
| 7.- Chiapas            | 18. Nayarit           | 29. Tlaxcala        |
| 8.- Chihuahua          | 19. Nuevo León        | 30. Veracruz        |
| 9.- Distrito Federal   | 20. Oaxaca            | 31. Yucatán         |
| 10. Durango            | 21. Puebla            | 32. Zacatecas       |
| 11. Guanajuato         | 22. Querétaro         |                     |

Ahora en la siguiente lista marque cuáles son los Fenómenos Perturbadores que se presentan en su comunidad:

#### **GEOLÓGICOS**

- HUNDIMIENTO REGIONAL
- DESLIZAMIENTO DE SUELOS
- FLUJOS DE LODO
- MAREMOTOSO TSUNAMIS
- TERREMOTOS O SISMOS
- VULCANISMO

#### **QUÍMICOS**

- INCENDIOS FORESTALES
- INCENDIOS URBANOS
- EXPLOSIONES
- ENVENENAMIENTO
- FUGAS Y DERRAMES DE PRODUCTOS QUÍMICOS
- RADIACIÓN

#### **SANITARIOS**

- CONTAMINACIÓN
- PLAGAS
- LLUVIA ÁCIDA
- EPIDEMIAS

#### **HIDROMETEOROLÓGICOS**

- LLUVIAS TORRENCIALES
- TORMENTAS TROPICALES
- INVERSIÓN TÉRMICA
- NEVADAS
- GRANIZADAS
- INUNDACIONES
- HURACANES
- TORMENTAS ELÉCTRICAS
- TEMPERATURAS EXTREMAS
- SEQUÍAS
- MAREAS DE TEMPESTAD

#### **SOCIO-ORGANIZATIVOS**

- INTERRUPCIÓN DE SERVICIOS
- CONCENTRACIONES MASIVAS DE POBLACIÓN
- ACCIDENTES AÉREOS, TERRESTRES, MARÍTIMOS Y FLUVIALES
- SABOTAJE
- TERRORISMO

## TEMA III

### DIAGNÓSTICO DE RIESGO EN LA COMUNIDAD

Si en la zona se han producido ya otros desastres, cualquier actividad de preparación de la comunidad debe partir del análisis de esa experiencia. Hay que preguntarse:



**III.1.** Para poder determinar ¿Cuál es el peligro y dónde está? Debemos de ver qué riesgos se considera que podrían afectar a la comunidad:





El objetivo es tener presentes los riesgos y recursos potenciales. Se recomienda hacer un plano detallado de la zona, en el que se pueda apreciar qué rodea a la comunidad. Con ese plano se debe hacer un recorrido por las inmediaciones de manera que se detecten los riesgos y recursos.

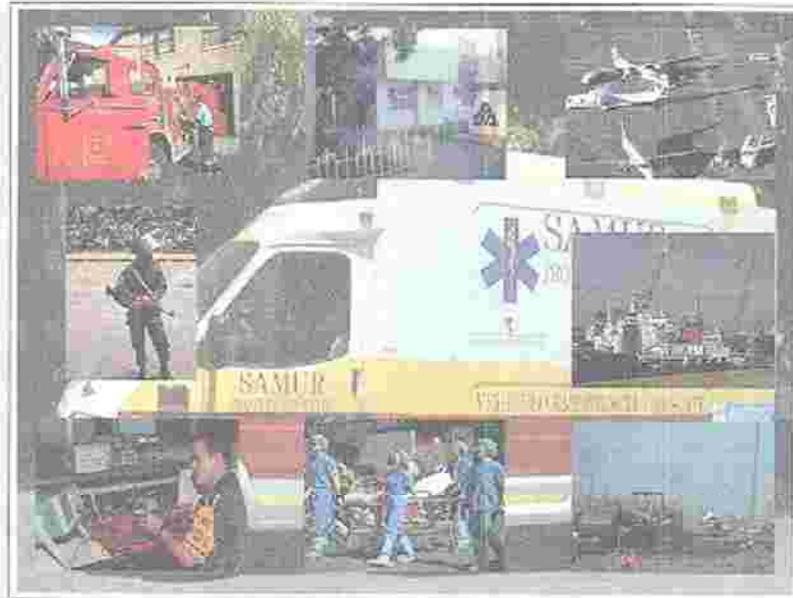


Se deben marcar los riesgos circundantes con el objeto de saber: Cuáles de ellos pueden amenazar la integridad de la comunidad y cuáles de ellos deben evitarse si se necesita evacuar.

Además, señalar los riesgos más obvios, por ejemplo, las calles con tráfico intenso o gasolineras; se debe revisar la periferia imaginando que pasaría en el caso de presentarse alguna de las contingencias a las que está expuesta la comunidad.



Al mismo tiempo que se hace la revisión de los riesgos circundantes, se puede hacer la detección de los recursos o apoyos circundantes. (Estos se refieren a los lugares y a las personas que pueden contribuir a mitigar una emergencia: una estación de bomberos, un hospital o centro de salud, etc.).



### III.2. ¿Qué podemos hacer para disminuir el riesgo?

Cabe distinguir cinco aspectos esenciales en los que ha de centrarse el contenido principal de toda información útil para la comunidad en caso de desastre.

El conocimiento del riesgo considerado, ayuda a proporcionar, de la manera más sencilla y clara, información sobre las causas y la dinámica del desastre que podría producirse en la zona.



En la previsión y la alerta hay que indicar, llegado el caso, los medios para prever el momento del desastre y describir los sistemas de alerta utilizados.



En la prevención o atenuación de las consecuencias hay que indicar los medios a utilizar para prevenir o atenuar los riesgos para la vida en la situación de desastre considerada.

En el impacto hay que indicar los comportamientos básicos que puedan contribuir a salvar la vida o a reducir los riesgos en el momento del impacto del desastre considerado.



### ¿Qué hacer en las horas que siguen?

Es necesario indicar los comportamientos que se esperan en la población después del impacto de la calamidad, y los puntos de referencia a los que hay que dirigirse para organizar el auxilio, la supervivencia y la gestión de los diferentes problemas.



En la organización de las actividades de identificación de los riesgos y recursos cabe distinguir las siguientes etapas:



El grupo se reúne y analiza los riesgos de los que quiere ocuparse;



Se organizan visitas a los lugares expuestos y reuniones informativas;



Se estudian los riesgos identificados y, si es preciso, se anotan en un mapa de la zona visitada;



Se identifican los recursos de que dispondría la comunidad en caso de desastre;



Se proponen iniciativas para reducir los riesgos estudiados y se procura llevarlas a cabo con la colaboración de las demás instancias de la comunidad.

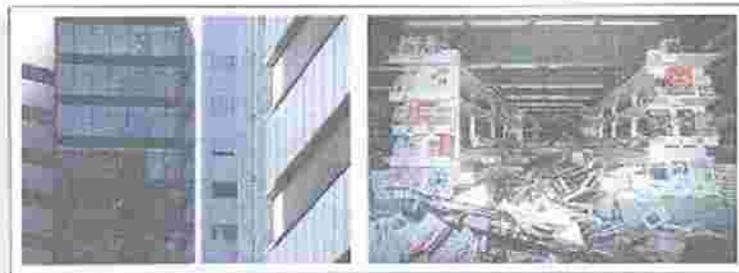
En coordinación con la Unidad de Protección Civil, será conveniente identificar las condiciones que tienen los inmuebles de la comunidad, proponiendo revisar si son seguros y tienen recursos para afrontar la emergencias que pueden presentarse en la zona.

**Los puntos a considerar son:**

Tipo de inmueble (edificio de oficina, condominio, nave industrial o comercial, etc.).



La "historia" ante riesgos que se hayan presentado, es decir, el "comportamiento" que ha tenido el inmueble.



Modificaciones y uso que tiene.



Antes canchas cerradas

Ahora gasolinera

Características (número de pisos, escaleras, cuenta con equipo de emergencia como extintores, botiquines, hidrantes, escalera de evacuación).



Cuando en una zona hay un peligro inminente de desastre (inundación, ciclón, maremoto, erupción volcánica), las autoridades competentes pueden dar la orden de evacuar a la población.

**III.3.** En este caso, se necesitan itinerarios de evacuación y las rutas posibles para el caso de que una o varias de ellas resultaran impracticables.



También es muy importante e indispensable tener una relación de la población, quiénes trabajan, en donde viven, si estudian o visitan la zona;



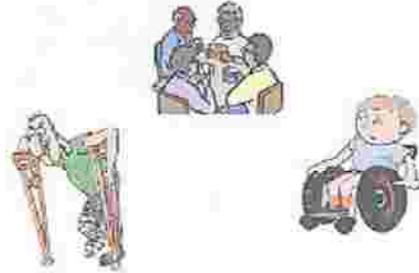
Debemos conocer: ¿Cuántas son?  
¿Cuáles son sus edades? y  
¿Cuáles son sus características físicas y psicológicas?

Considerar a la población residente y a la población flotante, ya que de ello dependerá el tipo de procedimientos de seguridad que se implementarán.

La descripción del número de adultos y de niños debe estar acompañada por la ubicación que ocupan.

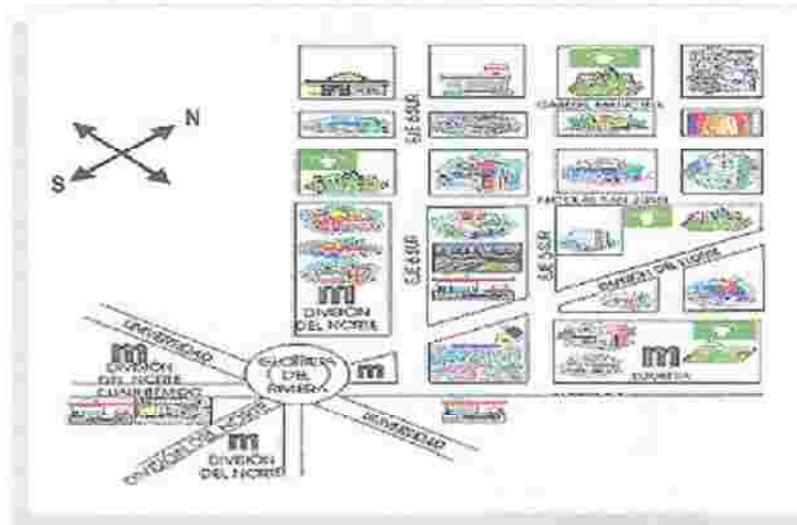


Existen personas que presentan limitaciones que pueden ser temporales: bebés, ancianos, personas de cualquier edad con lesiones o enfermedades que los limitan en su funcionamiento (fracturas, aparatos ortopédicos, epilepsia o secuela de polio).



#### III.4. Identificación de puntos de reunión y zonas de menor riesgo

Los puntos de reunión o zonas de seguridad, son aquellos lugares dentro o fuera del perímetro del inmueble donde deben concentrarse las personas con el objeto de reducir su exposición al peligro. En rigor son las zonas de **menor riesgo**, ya que no se puede hablar de seguridad absoluta en una situación de emergencia.



Los mapas de riesgos, preparados por la comunidad, no son obras cartográficas especializadas, sino más bien una ayuda para la actividad comunitaria de análisis y evaluación de riesgos.



De esa manera, en esas reuniones y a medida que se identifican los riesgos, se puede indicar el modo de reducirlos: reforzando las casas frágiles, adoptando medidas de saneamiento, identificando los lugares de refugio en caso de una emergencia, etc.



***A continuación le presentamos algunas preguntas que deberá responder para que se vaya familiarizando con este tema:***

¿Conoces el Plan de Protección Civil de tu Comunidad?

SI ( ) NO ( )

¿Tomas parte del adiestramiento contra los desastres?

SI ( ) NO ( )

¿Se han repartido las tareas de prevención en tu familia?

SI ( ) NO ( )

¿Sabes cómo se cierra el interruptor del gas?

SI ( ) NO ( )

¿Sabes dónde se encuentran los objetos necesarios en caso de un desastre?

SI ( ) NO ( )

## TEMA IV

### IV.1. ¿QUÉ ES UN BRIGADISTA DE PROTECCIÓN CIVIL?

Una brigada de Protección Civil es un grupo organizado de personas seleccionadas y capacitadas para apoyar en una o más áreas de operación en una emergencia.



### IV.2. BRIGADAS EN LAS UNIDADES INTERNAS DE PROTECCIÓN CIVIL:

Se implementan en los centros de trabajo y son de carácter voluntario. Se clasifican en cuatro brigadas básicas que son: Primeros Auxilios, Prevención y Combate de Incendios, Evacuación y Búsqueda y Rescate. De acuerdo con las características del tipo de inmueble se pueden implementar otras brigadas como complementarias.



## Brigadas Sociales, Comunitarias o Vecinales:



Dentro de las Brigadas Comunitarias se encuentran los **Brigadistas Escolares** que participan en una emergencia. Ellos tienen funciones diferentes a las de los adultos, de acuerdo a lo que ellos viven en sus escuelas.



La capacitación para niños de esta edad se recomienda sea enfocada hacia la prevención de accidentes y conductas frente al riesgo, lo cual permitiría inculcar el "auto cuidado" en él.



La función básica del niño es buscar las zonas de seguridad dentro de su casa.



Los Brigadistas Comunitarios deben responder a los riesgos y evitar que se conviertan en desastres, a través de actividades permanentes destinadas a disminuir la vulnerabilidad de la comunidad y aumentar su capacidad de respuesta.



Estas actividades implican la organización de estructuras de coordinación que involucran a todos los sectores, instituciones y personas para analizar conjuntamente los factores de vulnerabilidad y las medidas a tomar antes, durante y después de una emergencia.



### IV.3. FUNCIONES DEL BRIGADISTA COMUNITARIO



#### IV.3.1. Apoyo en el Alertamiento

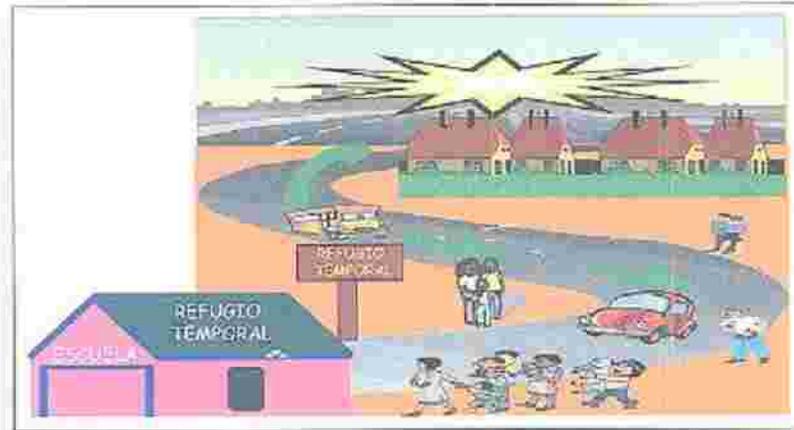
El apoyo de los Brigadistas Comunitarios en el alertamiento es de vital importancia, ya que el proporcionar información oportuna redundará en resultados positivos para las acciones que se deben llevar a cabo.

Algunas de estas funciones de apoyo son:



### IV.3.2. Apoyo en tareas de Evacuación

Para realizar esta función es importante que se hayan realizado tareas preventivas como tener directorios e inventarios de recursos humanos y materiales, así como tener perfectamente ubicados los refugios temporales y las rutas de evacuación principales y alternas para el proceso de evacuación.



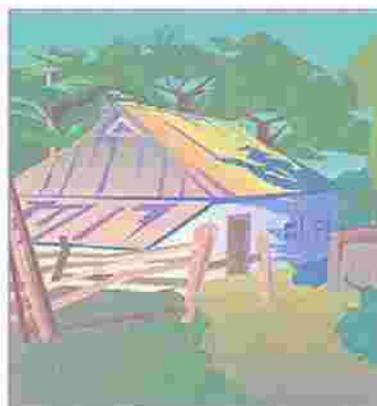
Estas son algunas actividades de apoyo:



### **Apoyo en las tareas de Seguridad**

Los Brigadistas Comunitarios apoyarán a las autoridades correspondientes en proporcionar seguridad a la comunidad.

En caso de alguna situación de emergencia, apoyarán en las tareas de vigilar sus pertenencias (en caso de evacuación) y en el refugio temporal participarán para la seguridad del mismo.



### **Apoyo en las tareas de los Refugios Temporales**

Las funciones que desarrollarán en los Refugios Temporales son:



### IV.3.3. *Participación de Centros de Acopio*

Algunas de las actividades de apoyo de los Brigadistas en los Centros de Acopio son las siguientes:

- ✓ Identificación de las necesidades de la población.
- ✓ Identificación de los Centros de Acopio.
- ✓ Obtener/entregar la ayuda a la comunidad.



Es importante recalcar que el éxito de estas brigadas dependerá de las acciones de prevención, difusión y concientización hacia la población en sus diferentes ámbitos de acción para crear una cultura de autoprotección.



## TEMA V

### ¿CÓMO ME PREPARO PARA UNA RESPUESTA DE EMERGENCIA?

Una buena manera de prepararse para las emergencias, consiste en emprender actividades de formación y de perfeccionamiento relacionadas con las emergencias que pueden presentarse, dando por resultado la eliminación o reducción de la vulnerabilidad, y así dar una respuesta eficaz y oportuna cuando se presente el impacto de la calamidad.



Para ello es muy importante la coordinación entre las autoridades, los brigadistas, la comunidad y todos los grupos de apoyo a la emergencia, siguiendo los procedimientos previamente establecidos. Esta coordinación implica estar muy pendiente de las exigencias de los demás, así como la capacidad de orientar a quien lo requiera para cubrir la emergencia que se está atendiendo.



Esta coordinación mejora si se dispone de información clara y precisa, y a su vez existe la capacidad de analizar y evaluar correctamente las necesidades en recursos humanos, materiales, de equipo y financiamiento.

### V.1. Diseñar y verificar rutas de evacuación

La evacuación es el conjunto de procedimientos y acciones encaminadas a proteger la vida e integridad física de personas y bienes amenazadas por un desastre mediante su traslado seguro a zonas o lugares de menor riesgo o su resguardo.



Las rutas de evacuación son espacios con características de seguridad, que permiten un desplazamiento libre y rápido de personas y transportes.

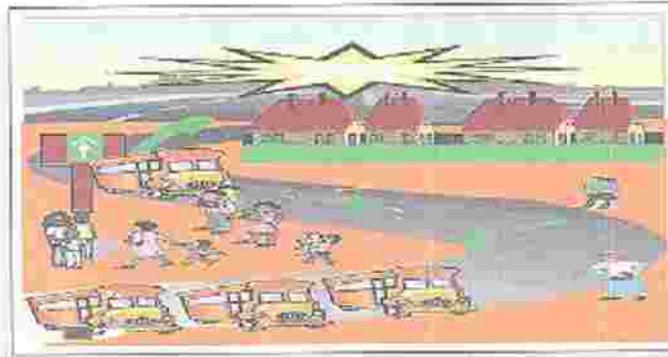


Con base en lo antes descrito, para diseñar rutas de evacuación, es importante considerar lo siguiente:

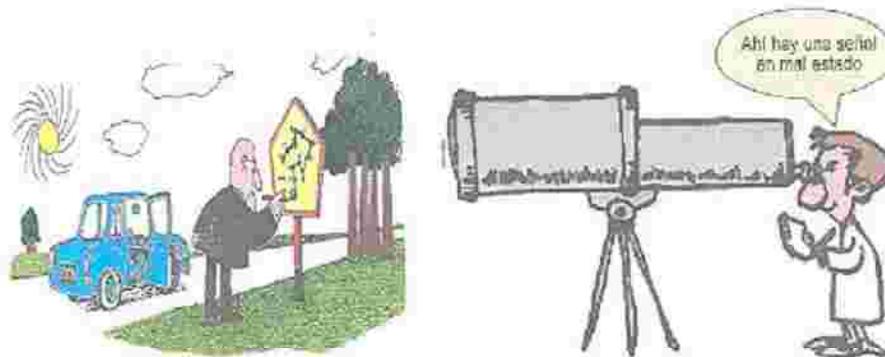


### **Tiempo de traslado de una zona de emergencia a la zona de menor riesgo**

También, es importante considerar la capacidad de las rutas de evacuación, es decir, cuántas personas y/o transportes pueden ocuparlas; las condiciones de los caminos, el peso a tolerar, velocidad promedio, recursos como teléfonos, lugares de resguardo, señalamiento, etc.



Ya contando con las rutas de evacuación, la tarea permanente será su observación y verificación, con el fin de conocer las condiciones de las mismas y las del señalamiento, para que en caso de estar en malas condiciones, se lleven a cabo las acciones de mantenimiento y/o modificación.





## V.2. ¿Quién me puede ayudar?

Dentro de la comunidad y como medida de seguridad es necesario tener ubicadas a las personas, organizaciones, dependencias, instituciones, grupos, etc. a quienes nos podemos dirigir para solicitar ayuda. Esta ayuda debe ser para implementar acciones de prevención (que reduzcan la posibilidad de impacto) y auxilio en caso de emergencia.

### V.2.1. Directorios

Un mecanismo de prevención es contar con directorios de las personas, instituciones, autoridades, organizaciones, hospitales, cuerpos de emergencia (Bomberos, Cruz Roja, Erum, Policía, etc.) que brinden ayuda en caso de emergencia.



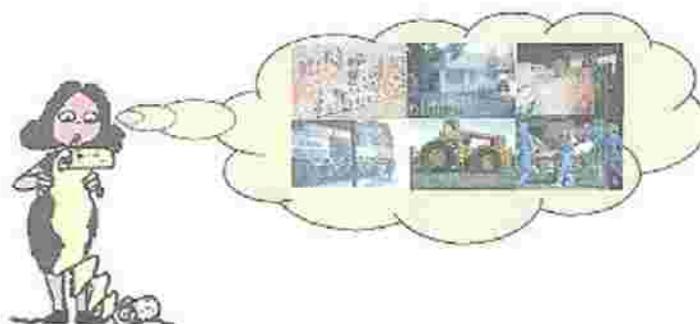
Esto con la finalidad de ubicar directamente a quién dirigimos para solicitar apoyo y así no triangular información y ganar tiempo.

Entonces ese directorio deberá estar visible en nuestras casas y difundirlo a la comunidad, para que todos cuenten con uno.

Ah! Como en el programa de rescate 928, que llaman y van en su auxilio

### V.2.2. *Inventarios de Recursos*

Para estar preparados ante la ocurrencia de una situación de emergencia, y a efecto de actuar responsablemente, se requiere identificar los recursos que se puedan utilizar, para lo cual es importante elaborar un registro de todos los recursos humanos y materiales, los cuales es recomendable clasificar para un óptimo resultado antes de ser utilizados.



#### V.2.2.1. *Recursos Humanos:*



Brigadas Comunitarias



Grupos de Apoyo



Técnicos



Organizaciones de respuesta a emergencias de la comunidad

### Recursos Materiales:



Descripción del recurso o especialidad, ubicación



Propiedad (es decir, quién es el responsable).



¿Quién la opera? (maquinaria, herramienta, etc.).



Inventario de inmuebles de la comunidad

Preferentemente apoyarse en personal capacitado y entrenado para la atención de la emergencia, así como la participación coordinada y organizada de la población.

#### V.2.2.2. *Instalaciones:*

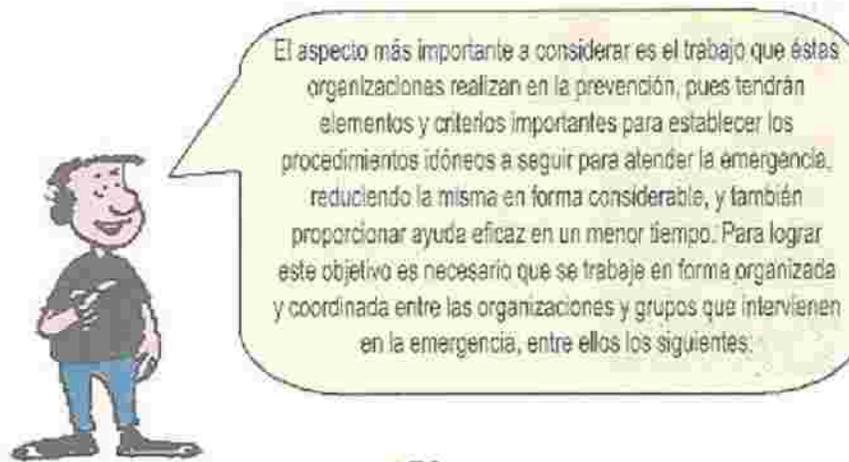


Por ejemplo: para el caso de los inmuebles que se puedan considerar como refugios temporales, es vital tomar en cuenta algunos puntos importantes como los siguientes:



### V.2.2.3. Organizaciones de auxilio:

Existen diversas organizaciones y grupos de apoyo que pueden auxiliar a la comunidad en situaciones de emergencia.



## Organizaciones de auxilio



*Brigadas Comunitarias*

*Grupos Especializados en emergencias*

*Unidades de Protección Civil*

*Cuerpo de Bomberos*

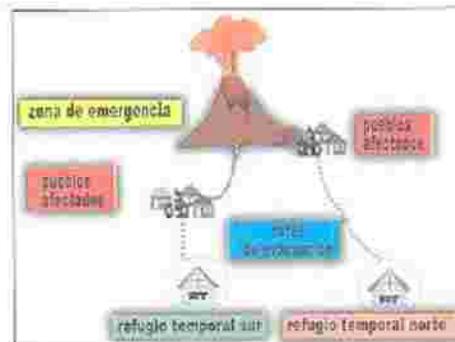
*Seguridad Pública*

### V.2.3. ¿Cuáles son las recomendaciones para la población?

Como función del Brigadista Comunitario, está el difundir acciones o recomendaciones de Protección Civil a la población, con la finalidad de que se encuentre mejor preparada para situaciones de emergencia.

Algunas recomendaciones son las siguientes:

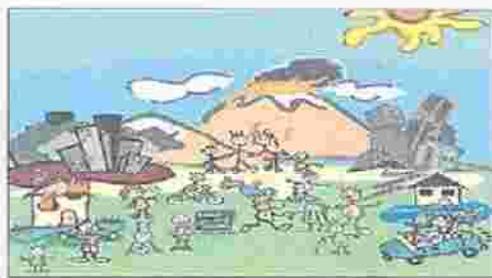
- ✓ Contar con directorios de las organizaciones de auxilio.



- ✓ Ubicar los refugios temporales y las rutas de evacuación

- ✓ Atender la información de los medios de comunicación





✓ Conocimiento de su comunidad

✓ Organizarse en grupos familiares en caso de evacuación



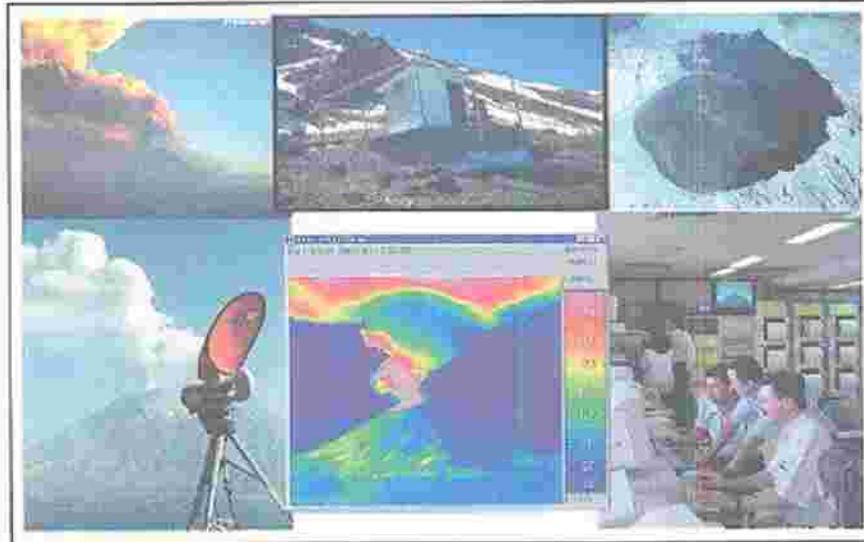
✓ Aplicar las indicaciones de los grupos de apoyo



✓ Informar de cualquier situación anormal

#### V.2.4. Alertamiento y alarma

El alertamiento tiene por objeto informar de manera oportuna, precisa y suficiente a las autoridades responsables de participar en las acciones de respuesta, ello con el fin de contar con el tiempo necesario para informar a la población sobre las condiciones que se puedan presentar para aplicar las medidas necesarias.



A diferencia del alertamiento, que nos proporciona un tiempo para actuar, la alarma se establece cuando se están produciendo daños en la comunidad, sus bienes y entorno, lo que implica necesariamente la aplicación de los procedimientos de auxilio en la comunidad afectada.



## Directorio

**En caso de Emergencia tengo que llamar a:**

**Si hay personas heridas:**

CRUZ ROJA NÚMS. TEL.: \_\_\_\_\_ N° CLAVE \_\_\_\_\_

OTRA(S): \_\_\_\_\_

**Si hay Fuego, Fuga de Gas, Explosión, Accidente de Transporte de Gas, Gasolina y/o Productos Químicos:**

BOMBEROS TEL.: \_\_\_\_\_ N° CLAVE \_\_\_\_\_

POLICÍA TEL.: \_\_\_\_\_ N° CLAVE \_\_\_\_\_

NOMBRE DEL DIRECTOR DE LA UNIDAD MUNICIPAL DE PROTECCIÓN CIVIL: \_\_\_\_\_

TEL.: \_\_\_\_\_

NOMBRE DEL DIRECTOR DE LA UNIDAD ESTATAL DE PROTECCIÓN CIVIL: \_\_\_\_\_

TEL.: \_\_\_\_\_

NOMBRE DEL DIRECTOR DE PROTECCIÓN CIVIL DE LA SECRETARÍA DE GOBERNACIÓN: \_\_\_\_\_

TEL.: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



## TEMA VI

### SIMULACRO

VI.1. Un simulacro es la representación y ejecución de respuestas de protección, realizado por un conjunto de personas ante la representación de una situación de emergencia



En palabras muy sencillas, un simulacro es un ensayo de lo que se debe hacer en una emergencia. Por lo tanto, primero se debe definir y estudiar lo que se va a ensayar antes de hacerlo.



Un simulacro permite verificar la aplicación de procedimientos para emergencia por parte de los grupos de respuesta, así como de la población.



Es importante realizar simulacros por lo menos uno por año, ya que los resultados obtenidos sirven para mejorar sustancialmente los nuevos simulacros a realizarse.



Los simulacros deben de ser difundidos previamente, tanto a la comunidad como a todos los grupos que intervienen en la realización del mismo.





### ***Algunos tipos de simulacros que se pueden llevar a cabo:***

#### ***Simulacro Total:***

Comprende la movilización ordenada y sistemática de toda la población que integra la comunidad. Los detalles operativos-logísticos deben prepararse con bastante anticipación.



#### ***Simulacro Parcial:***

Este consiste en la movilización ordenada y sistemática de uno o más grupos de la comunidad.



**Simulacros de Evacuación:** son los más frecuentes que vemos, los realizan las comunidades de las escuelas, edificios de oficina, fábricas y otros inmuebles. En estos simulacros, la comunidad evacua los inmuebles como una actividad de autoprotección.



El llevar a cabo continuamente simulacros conduce a entender cada vez más los riesgos y sus efectos a los que está expuesta la comunidad, y con ello se incrementan las medidas de seguridad, esto con la finalidad de establecer conductas de autoprotección en la población.





Cuando se tiene conciencia de que se está expuesto a ciertos riesgos, se van modificando los hábitos y se van formando costumbres que favorecen la prevención y la respuesta ante la emergencia. En estas condiciones, todas las personas pueden participar activamente en la reducción de riesgos en sus actividades cotidianas.



\*Monitoreo – Alarma: Es una actividad continua que se debe desarrollar en tiempos ordinarios para observar situaciones de riesgo, y que pueda ser reforzada en la emergencia.



## CONCLUSIONES

De acuerdo con este manual, nos pudimos dar cuenta de que las características geográficas de nuestro país, obligan de diferentes formas a cada uno de nosotros a protegernos y participar en las diferentes tareas de prevención, auxilio y recuperación que se pueden dar ante la presencia de uno o varios fenómenos perturbadores.

Es muy importante saber que, para que nosotros podamos participar en una situación de emergencia como brigadistas comunitarios, debemos conocer el Plan de Contingencias Municipal o Regional, ya que éste nos ayudará a la identificación previa de situaciones y escenarios de riesgo, a la implementación de programas intersectoriales de respuesta, tomando en cuenta la previsión del comportamiento y necesidades de la población y a la organización de respuesta definiendo las estructuras, los instrumentos y el personal necesario.

Al concluir este curso, usted ha comenzado el proceso de formación como "Brigadista Comunitario" adquiriendo el conocimiento básico de la Protección Civil para poder apoyar a su comunidad. A partir de este momento, usted y sus compañeros son incorporados como "Brigadista Comunitario de la Protección Civil" por las Unidades Municipales (Delegacionales en el D.F.) y Estatales, para apoyar en las actividades de Prevención, Auxilio y Recuperación.

Es importante que usted esté en contacto con la Unidad Municipal o Estatal de Protección Civil que le corresponde por la ubicación de su Comunidad, para recibir Capacitación en Primeros Auxilios, Combate de Incendios, Búsqueda, Rescate y Salvamento, Evacuación, etc. así como también recibirá información actualizada sobre los Avances y Prioridades del Sistema Nacional de Protección Civil (SINAPROC).



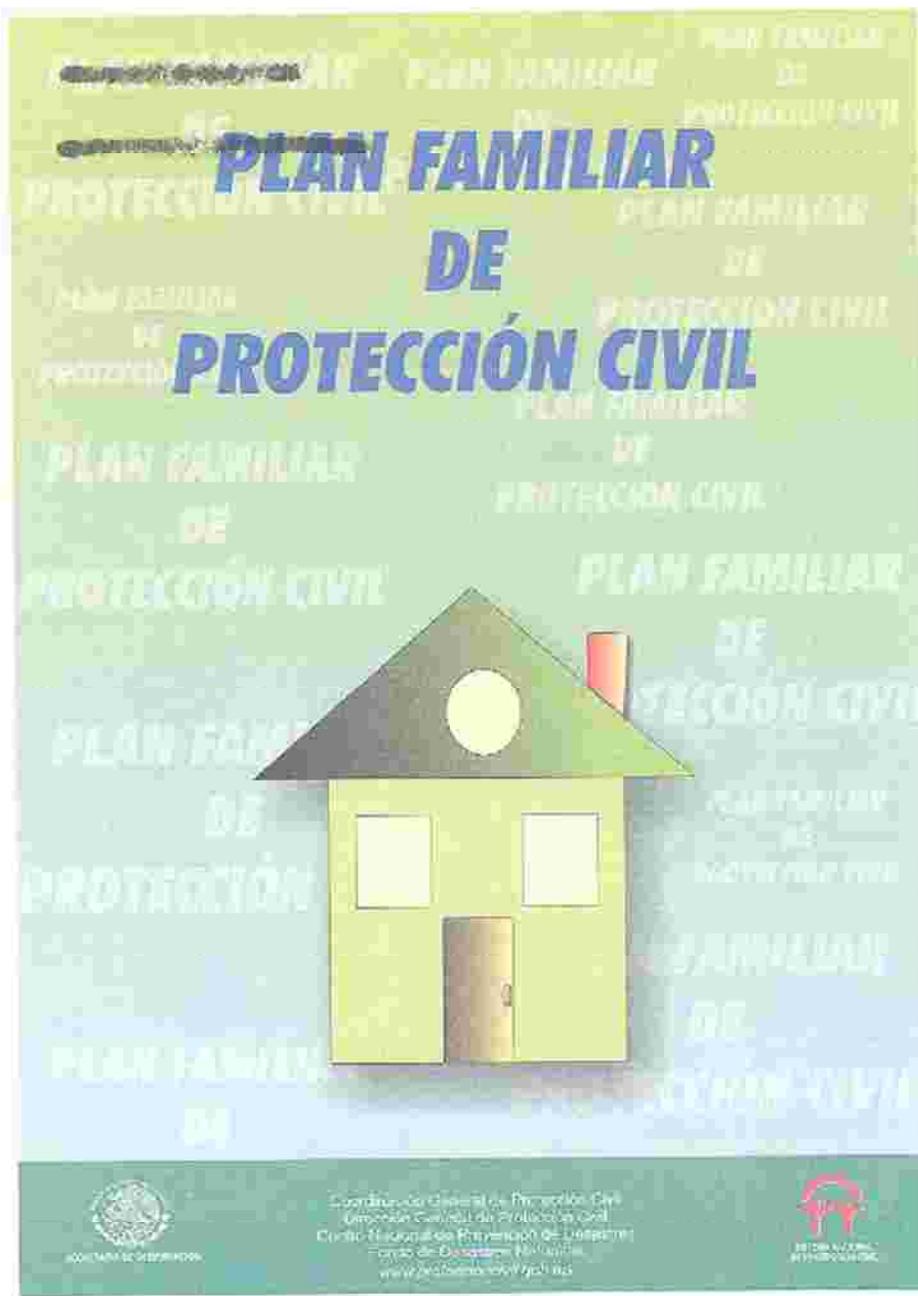




## **BIBLIOGRAFÍA**

- Análisis de Riesgos y Recursos en Inmuebles. Manual del Curso. Cenapred, Dirección de Capacitación, Subdirección de Capacitación en Protección Civil. México 1994.
- Diseño de Escenarios y Simulacros. Manual del Curso. Cenapred, Dirección de Capacitación, Subdirección de Capacitación en Protección Civil. México 1995.
- Formación de Brigadas de Protección Civil. Manual del Curso. Cenapred, Dirección de Capacitación, Subdirección de Capacitación en Protección Civil. México 1995.
- Formación de Instructores en Protección Civil. Manual del Curso. Cenapred, Dirección de Capacitación, Subdirección de Capacitación en Protección Civil. México 2000.
- Desastres. Guía de Prevención. Secretaría de Gobernación, Coordinación General de Protección Civil. México 2003.
- El Personal Local de Salud y la Comunidad frente a los Desastres. Organización Mundial de la Salud. Ginebra 1989.
- Metodología para Atlas de Riesgos, sec. Riesgos químicos. Fernández Matus, Rosario de Lourdes. Cenapred, Subdirección de Riesgos Químicos. México 2003.

- Organización Local para situaciones de Emergencia. Centro de colaboración para situaciones de Emergencia. OMS – DGCS. Roma.
  
- Perfil de Brigadistas Voluntarios en Protección Civil. Secretaría de Gobernación, Coordinación General de Protección Civil, Dirección General de Protección Civil, Dirección de Concertación Sectorial. México 2004.
  
- Sistema de Alerta Temprana para Ciclones Tropicales. Dirección General de Protección Civil, SEGOB. México, 2003.
  
  
- ❖ Más información técnica se puede obtener a través de la página de la Coordinación General de Protección Civil [www.proteccioncivil.gob.mx](http://www.proteccioncivil.gob.mx) y de la página del Cenapred [www.cenapred.unam.mx](http://www.cenapred.unam.mx) de la Secretaría de Gobernación.



## ¿Qué es el Plan Familiar de Protección Civil?

Es una guía para que tú y tu familia sepan que actividades realizar antes, durante y después de una situación de emergencia causada por un fenómeno natural o generado por la actividad humana.

- Requiere que quienes participen lo hagan de manera organizada y con sentido de responsabilidad. Se recomienda incluir la participación de niños y familiares con capacidades especiales.
- Permitirá conocer qué tan segura es nuestra casa y sus alrededores, y en su caso, mejorar sus condiciones de seguridad.
- Permitirá diseñar rutas de evacuación y salidas más seguras para alejarse del riesgo.
- Permitirá ponerse de acuerdo en un lugar donde se concentrarán los familiares en caso de desastre.



*Prepara, estudia y practica con la familia y vecinos estas recomendaciones*

## ¿Qué debe contener?

### Identificación de riesgos

- Revisa la construcción de tu casa, sus instalaciones y el mobiliario, así como los peligros que pueden presentar sus alrededores.
- Elabora un croquis e indica con rojo todas aquellas fallas y desperfectos encontrados.
- Anota en el croquis las observaciones sobre los posibles riesgos en tu hogar y entorno, así como las recomendaciones para reducirlos.
- Localiza y señala la ubicación de sustancias inflamables almacenadas, tanques de gas, tomas eléctricas, etc.
- Marca otros elementos peligrosos como pueden ser: alcantarillas o registros sin tapa o desniveles en el piso, salientes de muros, rejas, cables tendidos, macetas o jardineras y otros objetos en general que pudieran provocar daños.

### Reducción de riesgos

- Asegura los objetos detectados que pudieran caer en caso de un temblor o salir proyectados durante un huracán.
- Guarda adecuadamente las sustancias inflamables para evitar incendios o daños a la salud.



### Prepara lo siguiente



- Reúne los documentos y objetos que deberás tener siempre a la mano en caso de una emergencia y guárdalos en una bolsa de plástico, caja o archivero portátil, resistente al agua y al fuego. Obtén copias y guárdalos en casa de un familiar o amigo de confianza, que viva en otra zona.
- Cuenta con un directorio telefónico y direcciones de emergencia de tu delegación o municipio.

## Diseña rutas de salida

- Identifica las rutas y salidas más seguras y próximas, tanto fuera como dentro de tu casa para alejarte de lugares de alto riesgo.
- Marca en el croquis previamente elaborado con flechas color verde, las rutas para llegar a los lugares más seguros dentro de la casa y las que conducen a ellos fuera de la misma. Piensa no sólo en las más directas, sino en las que tienen menos peligro.
- Retira los objetos que puedan ser un obstáculo en las rutas de escape.
- Señala en el croquis la distribución más conveniente de mobiliario para lograr mejores rutas de escape.
- Cuando ya tengas las alternativas de rutas de salida, mide el tiempo que necesitas para llegar a los sitios seguros fuera de la casa, partiendo de diferentes lugares de ella.



*No olvides que para evacuar a los niños, ancianos y personas con impedimentos físicos, el tiempo necesario puede ser mayor, por tanto considera la posible ayuda que necesitarán.*

**Ante una situación de emergencia:**

**¡No grites!  
¡No corras!  
¡No empujes!**

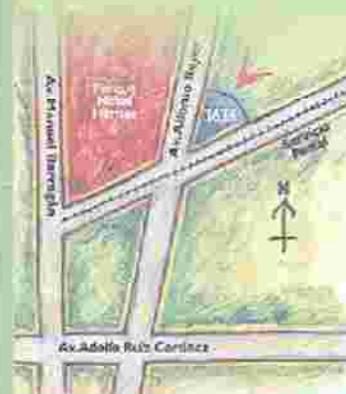
- Conserva la calma, es el elemento crucial para sobrevivir, por ello, debes saber cómo comportarte y qué medidas ejecutar.



## ¿Sabes qué hacer para tomar la mejor decisión?



- ¿Quedarse en casa o salir de ella?, en tu croquis previamente elaborado, te darás cuenta cuál es el lugar más seguro, si dentro o fuera de la casa. Un lugar exterior también podría ser peligroso por los cables, árboles, fachadas, etc. Analiza cuál es el más conveniente.
- Fija un punto de reunión por si el siniestro ocurre al estar la familia dispersa en diferentes lugares y acuerda con ellos que será allí donde habrán de coincidir.
- Prepara un duplicado de las llaves de la casa junto a la puerta de salida.
- Cuenta con el registro del tipo de sangre de todos los habitantes de la casa, así como la indicación de los medicamentos a los que son alérgicos si fuera el caso.



- De ser posible, ten una caja de herramientas para las reparaciones de emergencia y botiquín de primeros auxilios con su respectivo instructivo.
- Procura almacenar viveres en lata y agua potable (se recomienda para dos días). Verifica la fecha de caducidad.
- Ante la proximidad de un desastre como un huracán o una inundación, debes estar al pendiente de las indicaciones de las autoridades, mantente informado. Si las autoridades te piden evacuar hazlo, es por tu seguridad.

## Realiza simulacros

Los pasos a realizar en un simulacro para casos de emergencias o desastres son los siguientes

- Imagina algunas situaciones de emergencia probables en tu localidad.
- Fija responsabilidades a cada uno de los integrantes de la familia.
- Emite la voz de alarma por medio de un silbato.
- Interrumpe inmediatamente las actividades y desconecta los aparatos eléctricos que estén funcionando.



- Redcorre las rutas correspondientes en forma ordenada.
- Llega al punto de reunión convenido.
- Revisa que nadie falte y que todos se encuentren bien.
- Evalúa los resultados y ajusta los tiempos y movimientos.

## **Organiza con tu familia, por lo menos dos juntas:**

### **La primera junta de la familia es para:**

- ✓ Identificar las tareas a realizar conforme a esta guía y asignar responsabilidades.
- ✓ Identificar conjuntamente los sitios más seguros en el hogar, los de mayor riesgo y acordar un sitio común donde se encontrará la familia, en caso de un desastre.
- ✓ Nombrar un responsable de organizar simulacros.
- ✓ Mantener en buen estado el equipo de emergencia (radio, lámparas, etc.) y el botiquín.
- ✓ Revisar el almacenamiento de viveres y agua.



### **La segunda junta es para:**

- ✓ Verificar que cada responsable haya cumplido sus tareas y acordar la fecha de realización del simulacro.

*Te recomendamos además organizar un Comité Vecinal de Protección Civil en tu cuadra, barrio y edificio, con objeto de mantener una permanente comunicación y ayuda mutua*

## Botiquín de primeros auxilios



### Contenido:

- ◆ Termómetro
- ◆ Caja de fósforos
- ◆ Cuntas de varios tamaños
- ◆ Paquete de algodón
- ◆ Cinta adhesiva
- ◆ Paquete de gasa
- ◆ Venda elástica de varios tamaños
- ◆ Alcohol y agua oxigenada
- ◆ Merthiolate
- ◆ Jabón antibacteriano
- ◆ Pastillas de Ampicilina (si no es alérgico)
- ◆ Antiácidos
- ◆ Aspirinas para adultos y niños (si no es alérgico)
- ◆ Tijeras
- ◆ Pinzas para ceja
- ◆ Paquete de alfileres
- ◆ Carbonato
- ◆ Gotas para la nariz
- ◆ Gotero
- ◆ Laxantes
- ◆ Una navaja
- ◆ Colonetes
- ◆ Bolsa para agua caliente
- ◆ Bolsa de plástico
- ◆ Tabletas o gotas para purificar el agua
- ◆ Medicinas específicas que algún miembro de la familia esté tomando
- ◆ Lentes extra para aquel miembro de la familia con problemas visuales
- ◆ Manual de primeros auxilios



## Documentos importantes dentro del Plan Familiar

*En caso emergencia, debes considerar una posible evacuación, por lo tanto es necesario tener a la mano los documentos más importantes para llevarlos contigo*

### Documentos Importantes

- Actas de nacimiento
- Acta de matrimonio
- Escrituras de propiedad de la casa y terreno
- Facturas de bienes
- Títulos y cédulas profesionales
- Cartilla militar
- Fe de bautismo
- Certificado de estudios
- Póliza de seguros
- Credenciales con fotografía
- Tarjetas de crédito



*Por último: Nuestro sincero deseo es que este plan te ayude a proteger a tu familia, bienes y comunidad*



**SISTEMA NACIONAL  
DE PROTECCIÓN CIVIL**