



PLAN FAMILIAR DE PROTECCIÓN CIVIL

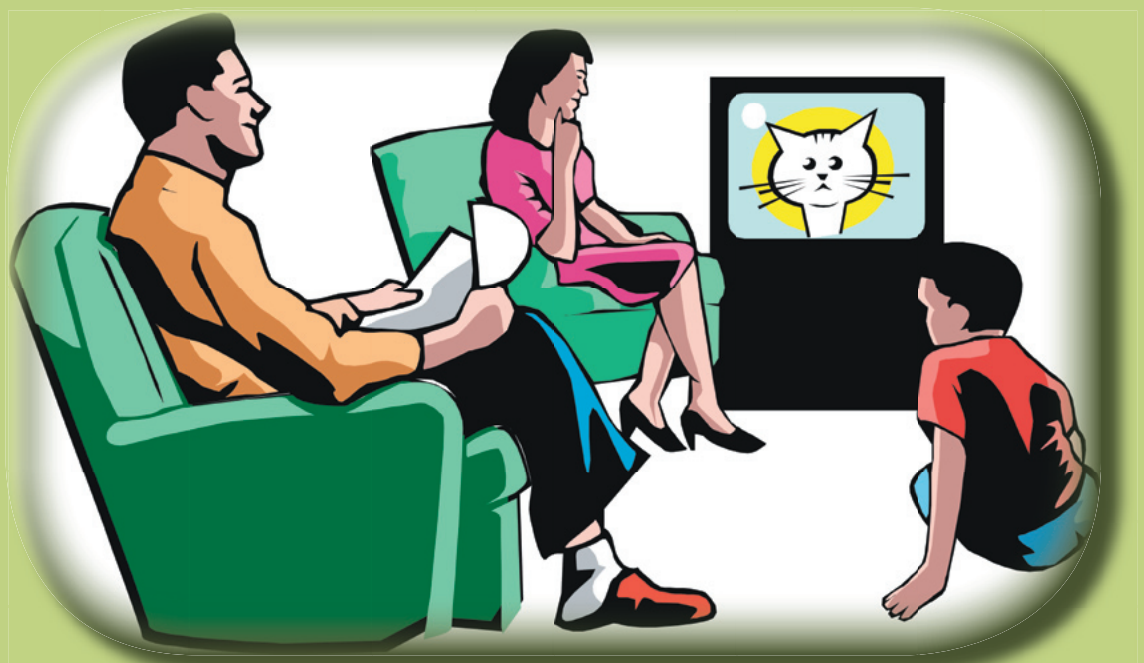


¿QUÉ ES EL PLAN FAMILIAR DE PROTECCIÓN CIVIL?

Es una guía para que tú y tu familia sepan que actividades realizar, antes, durante y después de una situación de emergencia.

- ❑ Requiere que quienes participen lo hagan de manera organizada y con sentido de responsabilidad. Se recomienda incluir la participación de los 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

Donde veas un cuadro como este coloca dentro una marca, para verificar que ya realizaste ese paso.



¿QUÉ DEBE CONTENER UN PLAN FAMILIAR?

PRIMERO

DETECTA LOS RIESGOS

- ❑ Revisa la construcción de tu casa, sus instalaciones y el mobiliario, así como los peligros que puedan 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 del 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 de peligro como pueden ser: alcantarillas o registros sin tapa, roturas o desniveles en el piso, salientes de muros, rejas, cables tendidos, macetas o jardineras y otros objetos en general que pudieran provocar daños.

REDUCE LOS RIESGOS

- ❑ Asegura los objetos detectados que pudieran caer en caso de un temblor o salir proyectados durante un huracán.
- ❑ Almacena adecuadamente las sustancias inflamables que puedan provocar un incendio o daños a la salud

PREPARA LO SIGUIENTE

- ❑ Recopila 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

SEGUNDO

DISEÑA RUTAS DE SALIDA

- ❑ Identifica las rutas y salidas más seguras, tanto fuera como dentro de tu casa y próximas para alejarte de lugares de alto riesgo.
- ❑ Marca en el croquis, 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 solo 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 del 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:

- ❑ Conservar la calma es el elemento crucial para sobrevivir, por ello, debes saber cómo comportarte y que medidas ejecutar. **¡No grites!, ¡No corras!, ¡No empujes!**

TERCERO

SABER QUÉ HACER PARA TOMAR LA MEJOR DECISIÓN

- ❑ ¿Quedarse en casa o salir de ella?, en tu croquis te darás cuenta cual 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 todos que será allí donde habrán de coincidir
- ❑ Ten un duplicado de las llaves de la casa junto a la puerta de salida, en un lugar seguro
- ❑ 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
- ❑ Conoce la ubicación de los hospitales más cercanos a tu domicilio y la mejor manera de llegar a ellos
- ❑ Ten una linterna de mano y un radio portátil con pilas de repuesto e identifica el refugio temporal al que te irás si fuera necesario
- ❑ De ser posible, ten una caja de herramientas para las reparaciones de emergencia y botiquín de primeros auxilios con su respectivo instructivo
- ❑ Procura almacenar víveres en lata y agua potable (se recomienda para dos días). Verifica las fechas de caducidad
- ❑ Ante la proximidad de un desastre prevenible 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.



CUARTO

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 silvato
- ❑ Interrumpe inmediatamente las actividades y desconecta los aparatos eléctricos que estén funcionando
- ❑ Recorre 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
- ✓ Mantener en buen estado el equipo de emergencia (radio, lámparas, etc.) y el botiquín
- ✓ Revisar que el agua esté en un recipiente cerrado
- ✓ Nombrar un responsable de organizar simulacros
- ✓ 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

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 colaboración y ayuda mutua.