

# PROTOCOLO EN CASO DE SISMO



## I.- Objetivo.

Salvaguardar la integridad física de los usuarios de un servicio, personal, Administrativo y de Servicios del Centro, cumpliendo con la Normatividad aplicable y las Políticas Educativas.

## II.- Área de aplicación.

Aplica a todo el personal que se encuentra en las instalaciones del OPD Sistema DIF Guadalajara.

### III. – Glosario de Abreviaturas.

**OPD:** Organismo Público Descentralizado.

**UIPC:** Unidad Interna de Protección Civil.

**USAID:** Agencia Federal Independiente responsable de planificar y administrar la asistencia Económica y Humanitaria en el Mundo.

**USAR:** Por sus siglas en inglés, Urban Search and Rescue - implica la localización, extracción, y la estabilización inicial de personal atrapado en espacios cerrados o bajo escombros debido a un colapso estructural de gran escala.

**SINAPROC:** Sistema Nacional de Protección Civil.

**NFPA:** National Fire Protection Association - es la fuente de códigos y normas que gobiernan la industria de protección contra incendio y seguridad humana.

**UNISDR:** Oficina de las Naciones Unidas para la Reducción del Riesgo de Desastres.

**GIR:** Gestión Integral de Riesgos.

**NOM:** Norma Oficial Mexicana.

**STPS** Secretaria de Trabajo y Prevención Social.

**TRAIGE** a Key Tool in Emergency Care – El *triage* es un proceso que permite una gestión del riesgo clínico para poder manejar adecuadamente y con seguridad los flujos de pacientes cuando la demanda y las necesidades clínicas superan a los recursos.

**EPP:** Equipo de Protección Personal.

**LP:** Licuado de Petróleo.

## Procedimientos de emergencia; ¿Qué hacer en caso de?

- **Procedimientos Información general**

Incorporan la evidencia documental del desarrollo del procedimiento en forma de flujograma de actuación en emergencia previamente establecido, de acuerdo a la identificación de riesgos internos y externos y en función de cada uno de los fenómenos perturbadores que puedan afectar al inmueble, así como las responsabilidades de cada uno de los integrantes de la Unidad Interna de Protección Civil que permitan la evaluación de los resultados y determinar acciones de mejora.

Desde el punto de vista de la menor o mayor dificultad de controlar un accidente se van a distinguir los siguientes niveles de emergencia:

- **Conato de emergencia:**

Es aquella situación que puede ser controlada y dominada de forma sencilla y rápida por el personal y los equipos de protección de la instalación.

- **Emergencia parcial:**

Es aquella situación que para ser controlada, requiere la participación de las brigadas de emergencia de la instalación, requiriendo la evacuación parcial o total de la misma.

Se puede llegar a una situación de Emergencia Parcial por evolución desfavorable de un conato de Emergencia o por un desencadenamiento con evolución rápida.

- **Emergencia general:**

Es la emergencia que precisa de la actuación de todos los equipos y los medios de protección del inmueble y la ayuda externa. La situación de Emergencia General implicará la evacuación total de la instalación.

- **Evacuación:**

Son las normas a seguir en caso de un proceso de salida de las instalaciones o bien de un repliegue, según sea el caso, en las cuales se indica el orden de desalojo de los pisos, las normas de tránsito en pasillos y escaleras y cualquier otra indicación particular que debe llevar a cabo la gente en el momento de la evacuación.

- **La Zona de seguridad o menor riesgo:**

Se define como un punto de reunión durante la evacuación y donde los riesgos se encuentran bajo control. Es un lugar libre de elementos que puedan provocar lesiones como caídas de árboles, cables eléctricos, muros, vidrio, alcance de inundación.

- **La evacuación accesible o diferida:**

Es similar o diferente de la ruta estándar, pero debe llevar a este mismo punto y ofrecer allí condiciones no solo físicas sino también de comunicación para que las personas con dificultades de audición o visión puedan comprender la situación en que se encuentran en un lugar seguro y bajo control.

- **La Ayudas Técnicas para la Evacuación:**

Ante la situación de que los ascensores no deben ser usados en caso de emergencia, existen diferentes elementos en el mercado que facilitan las tareas de evacuación de personas con dificultades de desplazamiento o movilidad.

- **La activación del repliegue:**

Es utilizada para alertar a la población y se dirige a una zona de menor riesgo, también será el procedimiento específico para **persona con discapacidad** que se encuentre presente en el inmueble al momento de la emergencia.

- **Procedimiento general en caso de emergencia**

- **Activación de alarma**

La Alarma sonora que se escuchará en todo el centro, lo que será indicativo de que hay una situación emergente que requiere repliegue o evacuación ante la presencia de un peligro.

- **Repliegue a zonas seguras:**

- **Todo el personal:**

- Suspendará de manera inmediata sus actividades e indicará en voz alta, firme y clara: **¡REPLIEGUE!**
    - Se colocará en posición de seguridad en las zonas seguras más cercanas.
    - Indicará en voz alta, firme y clara: **¡CONSERVE LA CALMA!, ¡QUÉDESE DONDE ESTÁ!, ¡PROTÉJASE!**
    - Esperará a que el sismo haya concluido.

- **Evacuación hacia punto de reunión interno:**

- **Personal de la unidad interna de protección civil:**

- De manera expedita se dirigirá a las áreas designadas para recoger el equipo de los brigadistas.
    - Una vez con el equipo irá hacia el punto de reunión interno en donde entregará el equipo a los miembros de las brigadas.
    - Se equipará y esperará instrucciones por parte del comándante del incidente.

- **Personal administrativo en área de recepción y oficinas:**

- Procederá a tomar el registro de entradas ó el listado de personal (según aplique), y siguiendo la ruta de evacuación designada dirigirá al punto de reunión interno a todo individuo que se

encuentre en el área, de manera ordenada; al hacerlo indicará en voz alta, firme y clara: **¡NO CORRA!, ¡NO GRITE!, ¡NO EMPUJE!**

- Al llegar al punto de reunión el administrativo mantendrá la calma y procederá a formar al personal ajeno al instituto en filas.
- Enseguida se colocará de cara a los integrantes de la fila y les ordenará que guarden silencio y que se mantengan en formación sin separarse.
- Hecho lo anterior, se procederá a cotejar asistencia, el administrativo indicará en voz alta, firme y clara: **¡ATENCIÓN! ¡COTEJO DE ASISTENCIA! ¡DIGA “PRESENTE” AL ESCUCHAR SU NOMBRE!** Y procederá a pasar lista.
- En caso de que el individuo a quien se tenga registrado como “PRESENTE” no responda, se llamará su nombre nuevamente. Si a la tercera llamada no hay señales del individuo, se preguntará a los presentes cuándo y dónde fue la última vez que lo vieron (de haberlo visto) y con letra grande y legible se anotarán esos detalles en la lista.
- Después de terminar con los nombres en la lista el administrativo indicará en voz alta, firme y clara: **¡SI NO MENCIONÉ SU NOMBRE LEVANTE LA MANO!** Y procederá a añadir a la lista los nombres que hagan falta.
- Al finalizar, el administrativo levantará su mano derecha indicando a la UIPC que terminó de nombrar lista, y mantendrá su mano en alto hasta que uno de los brigadistas pase a recogerla.
- El administrativo mantendrá el orden y el silencio del personal ajeno al instituto, y esperará instrucciones por parte de la UIPC.

- **Fuera de su ubicación habitual:**
  - Siguiendo la ruta de evacuación designada dirigirá al punto de reunión interno a todo individuo que se encuentre en el área, de manera ordenada; al hacerlo indicará en voz alta, firme y clara: **¡NO CORRA!, ¡NO GRITE!, ¡NO EMPUJE!**
  - Mantendrá la calma y se alinearán con el resto del personal administrativo, y seguirá el protocolo del cotejo de asistencia.
  - Esperará instrucciones por parte de la UIPC.

- **Personal docente:** Procederá a tomar la lista de asistencia de su grupo.

**Departamento de niños:**

- A fin de seguir la ruta de evacuación designada y dirigirse al punto de reunión, el docente ordenará a sus alumnos que se pongan de pie y que salgan del aula uno detrás de otro en una fila, colocando su mano derecha en el hombro derecho del compañero que se encuentre frente a ellos y guardando distancia.
- El docente irá último en la fila, después de asegurarse de que no queda nadie en el aula e indicará a sus alumnos en voz alta, firme y clara: **¡NO CORRAS!, ¡NO GRITES!, ¡NO EMPUJES!**
- Al llegar al punto de reunión el docente mantendrá la calma, pasará al frente de la fila y se colocará de cara a sus alumnos, una vez ahí ordenará a sus alumnos que guarden silencio y que se mantengan en formación sin separarse.
- Hecho lo anterior, se procederá a cotejar asistencia, el docente indicará en voz alta, firme y clara: **¡ATENCIÓN! ¡TOMARÉ ASISTENCIA! ¡DI “PRESENTE” AL ESCUCHAR TU NOMBRE!** Y procederá a pasar lista.
- En caso de que el alumno a quien se tenga registrado como “PRESENTE” no responda, se llamará su nombre nuevamente. Si

a la tercera llamada no hay señales del alumno, se preguntará a los compañeros de clase cuándo y dónde fue la última vez que lo vieron (de haberlo visto) y con letra grande y legible se anotarán esos detalles en la lista.

- Después de terminar con los nombres en la lista el docente indicará en voz alta, firme y clara: **¡SI NO DIJE TU NOMBRE LEVANTA LA MANO!** Y procederá a añadir a la lista los nombres que hagan falta.
  - Al finalizar, el docente levantará su mano derecha indicando a la UIPC que terminó de nombrar lista, y mantendrá su mano en alto hasta que uno de los brigadistas pase a recogerla.
  - El docente mantendrá el orden y el silencio de su grupo, y esperará instrucciones por parte de la UIPC.
- **Departamento de adultos:**
    - A fin de seguir la ruta de evacuación designada y dirigirse al punto de reunión, el docente ordenará a sus alumnos que salgan del aula de manera ordenada uno detrás de otro.
    - El docente irá último en la fila y después de asegurarse de que no queda nadie en el aula indicará a sus alumnos en voz alta, firme y clara: **¡NO CORRA!, ¡NO GRITE!, ¡NO EMPUJE!**
    - Al llegar al punto de reunión el docente mantendrá la calma, pasará al frente de la fila y se colocará de cara a sus alumnos, una vez ahí ordenará a sus alumnos que guarden silencio y que se mantengan en formación sin separarse.
    - Hecho lo anterior, se procederá a cotejar asistencia, el docente indicará en voz alta, firme y clara: **¡ATENCIÓN! ¡COTEJO DE ASISTENCIA! ¡DIGA “PRESENTE” AL ESCUCHAR SU NOMBRE!** Y procederá a pasar lista.



- En caso de que el alumno a quien se tenga registrado como “PRESENTE” no responda, se llamará su nombre nuevamente. Si a la tercera llamada no hay señales del alumno, se preguntará a los compañeros de grupo cuándo y dónde fue la última vez que lo vieron (de haberlo visto) y con letra grande y legible se anotarán esos detalles en la lista.
  - Después de terminar con los nombres en la lista el docente indicará en voz alta, firme y clara: **¡SI NO MENCIONÉ SU NOMBRE LEVANTE LA MANO!** Y procederá a añadir a la lista los nombres que hagan falta.
  - Al finalizar, el docente levantará su mano derecha indicando a la UIPC que terminó de nombrar lista, y mantendrá su mano en alto hasta que uno de los brigadistas pase a recogerla.
  - El docente mantendrá el orden y el silencio de su grupo, y esperará instrucciones por parte de la UIPC.
- **Reglamento interno en caso de emergencias**
    1. Acate las indicaciones del personal responsable de la UIPC, en cuanto a información del evento y de la atención a la emergencia.  
**No genere rumores.**
    2. Conserve la serenidad, evite el pánico y luego actúe. No corra, no grite, no empuje.
    3. Emplee los medios a adecuados y oficiales para dar la voz de alerta.
    4. Tenga presente los números telefónicos de Emergencia.
    5. Conocer los puntos de reunión y medidas de seguridad, ante una emergencia.
    6. Apoye a la movilidad según lo entrenado a las personas con discapacidad.

7. Procure tener a mano elementos necesarios para atender una emergencia, ordenados de manera que cuando los necesite los encuentre fácilmente.
8. Es conveniente tener en la casa una linterna, una navaja, una reserva de alimentos preferiblemente enlatados, un extintor, agua potable, un botiquín de primeros auxilios, un pito y un radio con pilas.
9. En caso de emergencia sintonice la radio, la televisión, por estos medios recibirá instrucciones.
10. Realizar continuamente inspecciones del inmueble para identificar los lugares seguros o peligrosos.
11. Diseñe y practique un plan de evacuación, eligiendo dos lugares de reunión, un contacto familiar externo a su lugar de residencia con sus respectivos nombres, dirección y teléfonos (tarjeta).
12. Establezca un plan familiar de protección civil que contemple su retorno a su casa desde su centro de trabajo así como el donde y como lo localice su familia o usted a ella.

- **Activación de alertamiento y alarma**

Según Santos A. (2016), menciona que se pueden utilizar los medios existentes al momento, más los incluyentes, si se cuenta con alarmas de emergencia de incendio, megáfonos y silbatos, o dispositivos de alarma para discapacidad sensorial, intelectual los cuales se activan manualmente por el personal responsable en cada área del inmueble.

- **Definiciones de Alertamiento:**

- **Activación de la alerta:**

Instante en que el receptor primario, receptor secundario, altoparlantes y dispositivos automáticos inician sus procesos preestablecidos para indicar o accionar mediante sonidos, señales visuales, procesos automáticos, derivado de la señal emitida por el Sistema de Alerta Sísmica de la Ciudad de México;

- **Alarma:**

Instrumento acústico, óptico o mecánico que se activa al percibir la presencia de un fenómeno perturbador y que constituye una señal para activar el plan de contingencias.

- **Alerta Temprana:**

Es la identificación y evaluación oportuna del surgimiento de nuevas amenazas.

- **Alertamiento:**

Proceso que permite prevenir efectos de un fenómeno perturbador. Informa de manera oportuna, anticipada, precisa y suficiente a las autoridades responsables de participar en las acciones de respuesta ante los fenómenos perturbadores.

- **Sistema de alertamiento incluyente:**

Dispositivo de aviso que cuenta con dispositivos sonoros, luminosos y físicos para alertar una situación de emergencia a Pc.

- **Distribución y tipo de dispositivo de alertamiento:**

Los códigos propuestos se basan en los lineamientos de USAR USAID para la evacuación de inmuebles con riesgo de colapso, se propone la siguiente estandarización.

- **Alarma de emergencia:**

Se activará manualmente dejándola sonar continuamente hasta realizar la acción indicada de evacuación parcial (repliegue) o total, apoyándose de manera auditiva y visual con indicaciones por parte de la brigada de evacuación.

**Este sistema cumple criterios de inclusión sonoros y visuales, la altura de los dispositivos permite su activación manual a persona con discapacidad física, usuarios de silla de ruedas, talla baja, y menores de edad.**

**Megáfono**, se activará la alarma del equipo dejándola sonar:

- **Continuamente** un sonido por **4 segundos**, para indicar **atención o repliegue** en caso de sismo, en espera de las siguientes indicaciones:
- **Tres sonidos** de alarma **cortos** de (**2 segundos**) para **evacuación total** terminado el sismo, así mismo este código se usara para evacuación directa en **caso de incendio, fuga gas lp**,
- **5 sonidos de alarma cortos** continuos adoptar medidas de protección por actos violentos internos o externos.

**Este sistema por sus características es de uso para personal brigadista o prestadores de servicios de emergencia.**

**Silbato**, se activará la alarma tocando el silbato:

- **Continuamente** un sonido por **4 segundos**, para indicar **atención o repliegue** en caso de sismo, en espera de las siguientes indicaciones:
  - **Tres sonidos** del silbato **cortos** de (**2 segundos**) para **evacuación total terminado el sismo**, para **evacuación total en caso de incendio, fuga gas lp**, se repiten hasta finalizar la evacuación.

- **5 sonidos de silbato cortos** continuos adoptar medidas de protección por actos violentos internos o externos.

**Este sistema cumple criterios de inclusión sonoros que también puede ser usado por personas de movilidad reducida, discapacidad múltiple, sensorial para hacer visible auditivamente su solicitud de ayuda en situaciones de emergencia o desastres.**

### **Procedimientos específico con Personas con Discapacidad**

Cualquier individuo que se percate de la presencia de alguna persona con discapacidad cuya condición no le permita evacuar por sí sola, deberá:

1. Llamar la atención de la persona para que note su presencia.
  - a. Pregunte: **¿Como la puede apoyar?**
  - b. Si la persona está en una crisis de ansiedad aguda o meltdown por ser una persona con Autismo: **EVITE TOCARLA.**



2. Si la persona es sorda y usted no sabe lenguaje de señas pase al paso 4.
3. Indicarle a la persona en voz alta, firme y clara: **¡QUÉDESE DÓNDE ESTÁ!  
¡AVISARÉ QUE SE ENCUENTRA AQUÍ PARA QUE VENGAN POR USTED!**

4. Dejar a la persona donde está, (zona de menor riesgo), o indicar la ruta de evacuación a seguir de manera verbal y vestibular en qué dirección debe salir, **en caso de discapacidad motriz o cognitiva permanecerá en la zona de repliegue, (esto siempre y cuando represente un riesgo mayor salir con el resto de la población evacuada), o menor riesgo y podrá evacuar, ya que todo el personal haya evacuado, siempre con la supervisión de un brigadista.**
5. Dirigirse al punto de reunión según el protocolo.
6. Reportar a quien está haciendo el conteo del personal:
  - a. El nombre de la persona (si lo conoce).
  - b. Edad aproximada y género.
  - c. El área en donde la vio.
  - d. Las condiciones en que se encuentra.

El encargado del conteo del personal hará llegar esta información a los miembros de la UIPC al entregar su lista conforme a protocolo, y se desplegará la brigada de búsqueda y rescate a la orden de la comandante del incidente, para evacuar a la PCD, al punto de reunión.

**En caso de que una persona no pueda evacuar por sí misma:**

Cualquier individuo que se percate de la presencia de alguna persona cuya condición no le permita evacuar por sí sola, se optará por hacer un **repliegue o evacuación diferida:**

1. Llamar la atención de la persona para que note su presencia.
  - a. Pregunte: **¿Cómo la puede apoyar?**
  - b. Si la persona está inmovilizada por causa física: **NO LA MUEVA.**



- c. Si la persona está inmovilizada a causa de una crisis de ansiedad aguda o meltdown por ser una persona con Autismo: **NO LA TOQUE.**
  - d. Si la persona esta inconsciente pase al paso 3.
- 2. Indicarle a la persona en voz alta, firme y clara: **¡AVISARÉ QUE SE ENCUENTRA AQUÍ PARA QUE VENGAN POR USTED!**
- 3. Dejar a la persona donde está, (zona de menor riesgo). En caso de que decida permanecer con la persona asegúrese de avisar de la forma que sea (valla y vuelva o mande mensaje con otra persona), que usted está con una persona en crisis y necesitan apoyo para evacuar.
- 4. Dirigirse al punto de reunión según el protocolo.
- 5. Reportar a quien esté haciendo el conteo del personal:
  - a. El nombre de la persona (si lo conoce).
  - b. Edad aproximada y género.
  - c. El área en donde la vio.
  - d. Las condiciones en que se encuentra.


El encargado del conteo del personal hará llegar esta información a los miembros de la UIPC al entregar su lista conforme a protocolo, y se desplegará la brigada de búsqueda y rescate a la orden de la comandante.

Teniendo posibles poblaciones con discapacidad motoras, sensorial o cognitivas, dicha evacuación se hará en función de la dificultad específica que presenten según siguiente tabla.


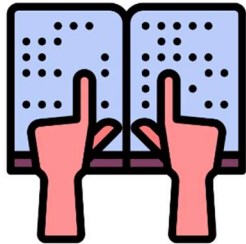




**Tabla. Especificación de Evacuación Según Dificultades por discapacidad**



Discapacidad presente	Se debe considerar	Acciones a contemplar por discapacidad
<p><b>Personas con discapacidad motora, con dificultad de movilidad</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se desplazan con dificultad, problemas de equilibrio.</li> <li>- Les complica subir o bajar escalones.</li> <li>- Se cansan con facilidad. Requieren mayor tiempo para evacuar.</li> <li>- Tienen problemas de equilibrio.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evitar forzar la marcha de la persona o empujarla rápidamente con su dispositivo de movilidad.</li> <li>- Si es necesario por razones de máximo beneficio del resto de la población, permanezca en la zona de menor riesgo hasta que la brigada de búsqueda y rescate la evacue.</li> </ul>



		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tener dispositivos de evacuación especializados para un rápido y adecuado desplazamiento.</li> </ul>
<p><b>Personas con discapacidad sensorial, con dificultades perceptivas</b></p> 	<p>El tocar a una persona con discapacidad sensorial puede alterar más su estado emocional por la situación de emergencia existente.</p> <p><b>Personas con discapacidad visual:</b></p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Requieren información auditiva y táctil.</li> <li>- Memorizar rutas de evacuación, previamente.</li> <li>- Mayores condiciones de seguridad en escaleras.</li> </ul> <p><b>Personas con discapacidad auditiva:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tener personal brigadista (entrenado) que le sirva de guía humana.</li> <li>- Si es necesario por razones de máximo benéfico del resto de la población, permanezca en la zona de menor riesgo hasta que la brigada de búsqueda y rescate la evacue.</li> <li>- Evita cualquier contacto físico a menos que considere una contención física para reducir un riesgo de lesión y en su defecto hacer evacuación forzada de la persona.</li> </ul>

	 <p>Requieren señales e información inclusiva visual y acústica.</p>	
<p><b>Personas con discapacidad neurológica o cognitiva, (Intelectual o mental), con dificultades de Control y Percepción</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El tocar a una persona con discapacidad neuro-cognitiva puede alterar más su estado emocional por la situación de emergencia existente.</li> <li>- Confusión o bloqueo durante una emergencia.</li> <li>- Pérdida del sentido de orientación.</li> <li>- Requerir instrucciones de emergencia en pasos sencillos.</li> </ul> <p>Dificultades en aprender, comprender y comunicarse. Dificultades en identificar con claridad mensajes sonoros.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nula o dificultad para la interpretación de</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evita cualquier contacto físico a menos que considere una contención física para reducir un riesgo de lesión y en su defecto hacer evacuación forzada de la persona.</li> <li>- Tener personal brigadista (entrenado) que le sirva de guía humana.</li> <li>- Use recursos visuales con pictogramas de uso común y de comprensión cognitiva secuencial de fácil comprensión, para dar las instrucciones a seguir.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Considere el uso de</li> </ul>

	<p>señalización escrita y pictográfica de uso común.</p>	<p>recursos personales de supresión de ruido y estímulos visual, durante la evacuación y su estancia en el punto de reunión para evitar una crisis.</p> <p>- Si es necesario por razones de máximo beneficio del resto de la población, permanezca en la zona de menor riesgo hasta que la brigada de búsqueda y rescate la evacue.</p>
<p><b>Otras Poblaciones a considerar o discapacidad múltiple</b></p>	<p>- Visitantes que no están familiarizadas con el edificio. Estos grupos necesitan más tiempo para la evacuación.</p> <p>- limitaciones ocultas, donde factores como el estrés de una situación de emergencia, puede desencadenar en diferentes tiempos de respuesta o movimiento.</p> <p>Este tipo de limitaciones ocultas también podrían incluir tales como asma,</p>	<p>- Tener personal brigadista (entrenado) que le sirva de guía humana.</p> <p>- Tener dispositivos de evacuación especializados para un rápido y adecuado desplazamiento.</p> <p>- Si es necesario por razones de máximo beneficio del resto de la población, permanezca en la zona de menor riesgo hasta que la brigada de búsqueda y rescate la evacue.</p>

	<p>problemas cardíacos, mala condición física</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evita cualquier contacto físico a menos que considere una contención física para reducir un riesgo de lesión y en su defecto hacer evacuación forzada de la persona.</li> <li>- Revisar procedimientos médicos de emergencia, contar con el equipamiento requerido por NOM, para la aplicación adecuada y oportuna de primeros auxilios médicos.</li> </ul>
<p><b>Consideraciones especiales</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Por las características de la población y los riesgos circundantes el procedimiento de evacuación del inmueble se realiza de <b>tipo repliegue y diferida</b>.</li> <li>- La señalética incluyente (ver párrafo al final) está en función a lo requerido en las normas de accesibilidad y señalética aplicables, actualmente 2022, las Normas oficiales Mexicana no aportan ningún tipo de señalética o sistema de</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Considera la <b>Zona de Menor Riesgo</b>, o de espera para aquellas personas con discapacidad que no pueden salvar escalones en caso de evacuación.</li> <li>- Es una zona pensada como de espera hasta recibir la asistencia coordinada de personal entrenado del Centro.</li> <li>- Esta área de refugio o espera se sitúa.</li> </ul>

	<p>alarma incluyente, por lo que el centro cuenta con diseños adaptados y vinculados a las NOM.</p>	<p>- Que es un área estructuralmente segura, fuera del alcance de humo y del recorrido general de evacuación. La superficie misma de la zona de seguridad o menor riesgo, se señala con el símbolo de accesibilidad.</p>
--	---	--

Fuente: Corporación Ciudades Accesibles. (2021). Ficha 16 Criterios de Evacuación Accesible. CA. Chile.

- **Pautas generales durante el proceso**

Pregunte a la persona con discapacidad si desea ser asistida, ¿por quién y cómo?, así como si necesitan algún apoyo para la movilidad, audición, visión o expresión de la voluntad.

Puede ser que la persona con discapacidad ya tenga un protocolo de actuación ante la emergencia en todo momento:

- Respete su integridad para no realizar acciones que busquen protegerles, pero que las lastimen, violenten su autonomía o resulten contrarias a su dignidad.
- Brinde un trato cálido, con comunicación clara y sin intermediación de terceras personas, atendiendo en todo momento a sus peticiones.

- Permítalos expresar, en caso de crisis emocional, sus preocupaciones y temores sin minimizarlos.
- Vigile que no se les excluya de la Protección Civil, ni se subestimen sus decisiones y que no se interactúe con ellas a través de estereotipos o mensajes ofensivos. Facilite siempre la interacción con el Grupo de Apoyo Especial.

- **Consideraciones específicas**

El SINAPROC, establece una notificación de alarma de evacuación total en inmuebles de una planta a un nivel, del nivel 2 se usará repliegue, en los pisos subsecuentes.

Monitores o par espejo un mínimo de 2 personas de la brigada o compañero de área de trabajo para notificar o apoyar a la PcD en caso de acciones de emergencia, se recomienda 2 personas en caso de que falte una haya siempre alguien que auxilie a la persona.

- **Reubicación de ocupantes**

Cuando los ocupantes no pueden evacuar, posiblemente debido a condiciones médicas o restricción física, se puede utilizar la estrategia de reubicación de ocupantes. Por lo general, se emplea en edificios con protección activa (rociadores contra incendios) y pasiva (barreras contra el humo/fuego) que brindan lugares seguros para los ocupantes dentro del edificio durante una emergencia. Esto incluye el uso de áreas de refugio como se describe en NFPA 101, Código de Seguridad Humana.

Kaiser C. (2014), propone que la activación del repliegue es utilizada para alertar a la población y se dirija a una zona de menor riesgo, también será el procedimiento específico para **persona con discapacidad** que se encuentre presente en el

inmueble al momento de la emergencia, y **por razones de máximo beneficio** del resto de la población, (UNISDR. (2013), indica que la persona permanecerá en la zona de menor riesgo hasta que la brigada de búsqueda y rescate la evacue, o reciba indicaciones de acción que por lo general irá la de evacuación, en ocasiones el uso del repliegue se hará para dar indicaciones de acción ante una posible amenaza o falsa alarma.

Es importante considerar que debemos confiar en sus capacidades, méritos y habilidades; y preguntar la mejor manera de apoyarlas, en caso de que así lo soliciten en una emergencia o desastre.

- **Definición de Sismos:**

Son fenómenos causados por movimientos de la corteza terrestre y como resultado de esto, se producen vibraciones que se propagan en todas direcciones y que la población percibe como sacudidas o balanceos.

México se ubica dentro del Cinturón de Fuego del Pacífico, que es la zona sísmica más activa del mundo. Dicha actividad es causada principalmente por la movilidad de cuatro placas tectónicas: Norteamericana, Cocos, Rivera y del Pacífico, ahí se concentra el 80% de la actividad volcánica y tectónica, por ello, frecuentemente se registran sismos en las costas del Océano Pacífico, en Guerrero, Michoacán, Oaxaca, Colima, Jalisco y Chiapas, y en menor medida, en la Cd. de México CDMX, Puebla, Veracruz y el Estado de México.



## ¿Qué medidas tomar antes de un sismo?



Elabora y actualiza tu Plan Familiar y/o pide a la administración de tu inmueble que genere un Programa Interno de Protección Civil.



Verifica tu casa periódicamente, revisa hundimientos, desplomes o grietas y fisuras existentes.



Prepara una maleta de vida con los siguientes elementos:



Llaves del automóvil y dinero extra.



Linterna y pilas.



Radio y pilas.



Equipo de primeros auxilios.



Teléfonos de emergencias y algún celular extra.



Tratamientos especiales en caso de que alguien de la familia lo requiera.



Alimentos no perecederos y botellas de agua desechables.



Abrelatas manual.



Papel higiénico y otros elementos personales.



Bolsa impermeabilizada para objetos personales



Verifica con frecuencia la fecha de caducidad de los alimentos y medicamentos y revisa su estado.



Copia o escaneo en una USB de los documentos más importantes (INE, pasaporte, escrituras, factura del auto, cuenta bancaria, Infonavit, crédito bancario, identificación de toda la familia y fotos actualizadas de cada integrante).



## ¿Qué Hacer antes de un Sismo?



Acude a la Unidad de Protección Civil y pregunta si tu casa, escuela y/o lugar de trabajo pueden ser afectados por un sismo.

Cuando estés en alguno de estos lugares, identifica las zonas de riesgo como ventanas, plafones, barandales u objetos que puedan caer.



Identifica las salidas de emergencia y los lugares de menor riesgo como columnas, trabes o muros de carga. Ubica y aprende a usar los mecanismos que cortan el suministro de energía eléctrica, de gas y de agua, ya que pueden causar incendios u otros problemas.

En la calle, identifica lugares peligrosos como anuncios espectaculares, bardas en mal estado, postes, marquesinas, lámparas o macetas colgantes.



Plática con tu familia y elijan un lugar de reunión fuera de casa y a qué teléfonos deben reportarse después de un sismo.

Lleva una identificación que contenga tu tipo de sangre, dirección, teléfono, si eres alérgico o si tomas medicamentos en específico.



Guarda en una bolsa copia de documentos importantes como actas de nacimiento, cartilla del servicio militar, escrituras, títulos, cédulas, pólizas de seguros, etc., y entrégaselas a algún familiar o persona de confianza que viva en otra zona de la ciudad.

Ten a la mano los teléfonos de emergencia



## Procedimiento de las brigadas de emergencia para caso de “SISMO”

### Fase de Prevención GIR / Antes.

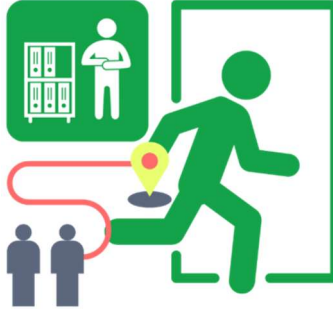


### Brigada de Prevención, control y combate de incendios

- Una vez por año tomar capacitación en el uso y manejo de extintores;
- Revisar e inspeccionar mensualmente los equipos contra incendio como extintores y detectores de humo;
- Contar con la información de sobre la ubicación de rutas de evacuación, salidas de emergencia, escaleras de emergencia, zonas de seguridad y puntos de reunión;
- Participar en los simulacros y en la evaluación de los mismos;
- Contar con la información de sobre la ubicación de rutas de evacuación, salidas de emergencia, escaleras de emergencia, zonas de seguridad y puntos de reunión; en caso de:
- Conocer la localización de los cortes de suministro de energía eléctrica, gas l.p. y agua.

## Brigada de Evacuación y repliegue

### Fase de Prevención GIR / Antes.



- Participar en simulacros de evacuación y en situaciones de emergencia;
- Contar con un censo actualizado y permanente del personal;
- Ser guías y retaguardias en simulacros de evacuación y en situaciones de emergencia, así como
- Llevar a los grupos de personas hacia las zonas de menor riesgo y revisar que nadie se quede en su área de competencia;
- Determinar los puntos de reunión más adecuados y mantener en buen estado la señalización del inmueble, lo mismo que los planos guía;
- Vigilar que el equipo de brigadas esté libre de obstáculos.

## Brigada de Búsqueda y rescate

### Fase de Prevención GIR / Antes.



- Contar con la información de sobre la ubicación de rutas de evacuación, salidas de emergencia, escaleras de emergencia, zonas de seguridad y puntos de reunión;
- Conocer las rutas de evacuación;
- Capacitación de brigadistas una vez por año;
- Conocimiento de las áreas;
- Contar con el equipo de trabajo y EPP indispensable;
- Contar con un croquis del inmueble.

## Brigada de Primeros Auxilios

### Fase de Prevención GIR / Antes



- Contar con un listado de personas que presenten enfermedades crónicas, y tener los medicamentos específicos para tales casos;
- Contar con la información de sobre la ubicación de rutas de evacuación, salidas de emergencia, escaleras de emergencia, zonas de seguridad y puntos de reunión;
- Revisar permanentemente que los botiquines contengan el material específico, para enfrentar una emergencia, (con base a la Norma Oficial Mexicana NOM-005-STPS-1998
- Mantener el botiquín de primeros auxilios libre de obstrucciones para un fácil acceso a él.
- Participar en simulacros mismos se realizan una vez al mes.
- Conocer los protocolos de las diferentes lesiones para su debida aplicación cuando así se requiera
- Elaboración o actualización del Directorio de Instituciones de respuesta como hospitales, clínicas, etc.
- Identificar las diferentes áreas para brindar los primeros auxilios (punto de reunión o zona de TRIAGE) área de control de víctimas.

## Brigada de Primeros Auxilios Psicológicos.



- Generar material relacionado con la promoción de la salud mental y los primeros auxilios psicológicos para uso de la Unidad Interna.
- Capacitarse constantemente para poder ser capaz de responder durante una emergencia.

## Fase de Auxilio GIR / Durante

### Brigada de Control y Combate de Incendios



- Al escuchar la alarma contra incendios, visualizar humo o fuego, dejar todo lo que estemos haciendo y tratar de mantener la calma
- Colocarse su EPP si cuenta con él.
- Si se registra un incendio que se pueda combatir (fuego incipiente), utiliza los extintores para apagarlo.
- Si el fuego es de origen eléctrico, no intentes apagarlo con agua, corta la energía eléctrica
- Cerrar las válvulas de Gas L.P e Instalaciones Eléctricas.
- Sigue las indicaciones del jefe de la brigada;
- Solicitar el servicio del departamento de Bomberos en caso necesario
- Durante el incendio nunca distraerse ni darle la espalda al fuego.
- No utilizar agua para apagar aceites.
- Si fuego incipiente ya no se puede controlar retirarse del lugar y esperar a que los bomberos lo sofoquen
- Al salir, si es posible, cierra las puertas para “encerrar” el fuego.
- Si quedas atrapado por el fuego, mantén la calma.
- Enciértrate en una habitación que no haya sido afectada, aléjate de la puerta si es posible, tapa el hueco debajo de la puerta con un trapo húmedo. Si las ventanas están cerradas, no las abras.
- Si el humo es muy denso, tírate al suelo y cúbrete la nariz y la boca con trapo. Si la respiración se te dificulta, aspira fuertemente por la boca sin descubrirte y suelta el aire lentamente por la nariz.
- Si el humo no te permite ver el camino, condúctete siempre por la pared.
- Antes de abrir cualquier puerta, tócala con el dorso de la mano. Si está caliente, no la abras y retírate de ese lugar.
- Nunca subas a la azotea o trates de saltar al vacío, espera a ser rescatado por los bomberos

### Fase de Auxilio GIR / Durante Brigada de Evacuacion



- Dar la señal de evacuación de las instalaciones, conforme a las instrucciones que establecieron en sus simulacros.
- Ser guías y retaguardias durante la evacuación y en situaciones de emergencia.
- Llevar a los grupos de personas hacia las zonas de menor riesgo y revisar que nadie se quede en su área de competencia.
- Realizar un censo de las personas al llegar al punto de reunión;
- Coordinar las acciones de repliegue, cuando sea necesario.
- Mantén la calma y ubícate en zonas de seguridad como trabes, columnas o muros de carga.
- No intentes permanecer dentro del inmueble durante el incendio, deja que la brigada correspondiente ataque el incendio, no uses los elevadores, ni utilices las escaleras si existe fuego en las mismas
- No te coloques debajo de mesas, escritorio.
- Si al realizar la evacuación visualizas que no se han cerrado las válvulas de Gas L.P. o instalaciones eléctricas, Cerrarlas



## Fase de Auxilio GIR / Durante Brigada de Búsqueda y Rescate

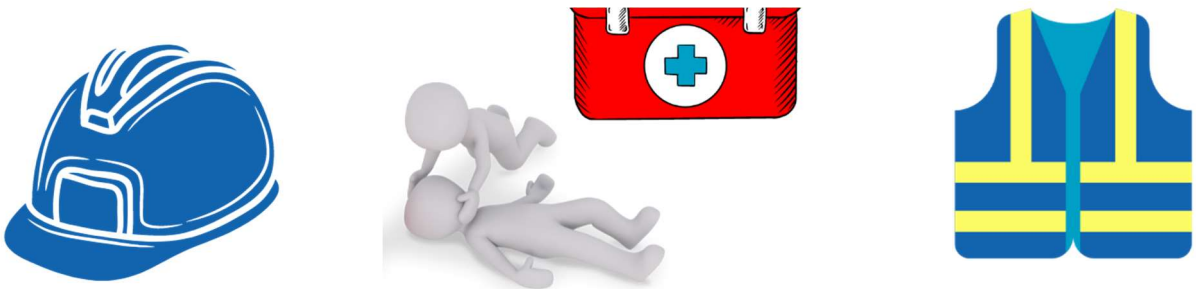


- Ser guías y retaguardias durante la evacuación y en situaciones de emergencia, así como llevar a los grupos de personas hacia las zonas de menor riesgo y revisar que nadie se quede en su área de competencia;
- Coordinar las acciones de repliegue, cuando sea necesario;
- Realizar las acciones de búsqueda y rescate bajo las órdenes del jefe de Brigadas.
- Entregar las víctimas rescatadas a la Brigada de Primeros auxilios para su atención médica.
- Realizar técnicas de rescate a personal herido.
- Nunca ingresar solo al inmueble para realizar labores de búsqueda y rescate.
- Tener buena comunicación con el equipo y otras brigadas de emergencia.
- Si el acceso al inmueble es inseguro no ingresar, esperar a que los bomberos o personal especializado realice la búsqueda y el rescate de las víctimas.
- Siempre cuidar su seguridad.
- Si pisa escalones pisar fuerte y firmemente, de una forma segura
- Si pierde visualización por humo producido por el incendio tocar las paredes, siempre y cuando la brigada de control de incendios lo permita.
- Nunca dejar a un compañero solo dentro del inmueble
- Contar cuantos brigadistas ingresan al inmueble.
- No hablar por claves, ni gritar para no estresarse más o estresar a sus compañeros.

- No realizar técnicas de extracción de víctimas si no las conoce.
- No hacer más de lo que le esté permitido realizar y sepa hacerlo.
- Si rescata a una persona con discapacidad motora priorizar el rescatarlo y retirarlo del lugar para no exponerlo alguna lesión.
- Evita cualquier contacto físico a menos que considere una contención física para reducir un riesgo de lesión y en su defecto hacer evacuación forzada de la persona con discapacidad visual.

### Fase de Auxilio GIR / Durante.

#### Brigada de Primeros Auxilios .



- Reunir a la brigada en un punto predeterminado en caso de emergencia, e instalar el puesto de socorro necesario para atender el alto riesgo, emergencia, siniestro o desastre;
- Proporcionar los cuidados inmediatos y temporales a las víctimas de un alto riesgo, emergencia, siniestro o desastre, a fin de mantenerlas con vida y evitarles un daño mayor, en tanto se recibe la ayuda médica especializada;
- Entregar el lesionado a los cuerpos de auxilio con la información específica de lo ocurrido.
- Si la emergencia lo amerita, brindar apoyo al personal médico cuando este lo requiera.

- Acercarse a la persona afectada; presentándose, cuidando el tono de voz y asegurando la confidencialidad de la persona.
- Mostrarse empático.
- Garantizar la seguridad física inmediata, buscando un lugar seguro en el que pueda aplicar los primeros auxilios psicológicos.
- Ofrecer apoyo emocional.
- Proveer información sobre actividades y servicios de respuesta ante un desastre  
Proveer información sobre el manejo de adversidades
- En ningún caso deberán iniciar procedimientos que son competencia exclusivamente del personal de salud.



### **Brigada de Primeros Auxilios Psicológicos**

### **Fase de Recuperación GIR / Después**

### **Brigada de Control y Combate de Incendios**



- Recoger el equipo, revisar e inspeccionar para que esté disponible en caso de otra emergencia;
- Realizar recorrido para evaluación de zonas de riesgo de incendio;
- Después de utilizar un Extintor dejarlo acostado para que ya no lo puedan utilizar nuevamente
- Informar a las áreas correspondientes para determinar que tan seguro es el lugar.
- Volver a solicitar el mantenimiento y recarga de los extintores utilizados a la unidad de Protección Civil
- Aplicar los procedimientos

- Jamás regreses a una zona incendiada si no lo indican las autoridades, aun cuando se haya sofocado el fuego.
- Cuando hayas ingresado, ventila bien las áreas siniestradas, usa cubrebocas y lentes al iniciar la limpieza y retira los escombros.
- Solicita la revisión de las instalaciones eléctricas y de gas antes de ingresar nuevamente.
- Desecha alimentos, bebidas o medicinas que hayan estado expuestas al calor, humo o fuego, No debes ingerirlas.



### Fase de Recuperación GIR / Después Brigada de Evacuación



- Coordinar el regreso del personal a las instalaciones después de un simulacro o de una situación de emergencia, cuando ya no exista peligro;
- Recoger el equipo, revisar e inspeccionar para que esté disponible en caso de otra emergencia;
- Realizar recorrido para evaluación de zonas de riesgo verificando que la señalización y rutas de evacuación estén en buenas condiciones y libre de peligros.
- No enciendas aparatos eléctricos hasta que estés seguro de que no hay una fuga de gas.
- No regreses a menos que las autoridades te lo indiquen.
- No lleves objetos en las manos que obstaculicen tus movimientos.
- Ayuda a adultos mayores, niños, enfermos y personas con alguna discapacidad.

- Verifica si existen lesionados y de ser así, busca ayuda médica. Utiliza el teléfono solo para realizar llamadas de emergencia
- Aléjate de edificios o zonas dañadas.
- Solicita que el personal capacitado realice la revisión estructural.
- No consumas alimentos o bebidas que hayan estado expuestos al polvo, en contacto con vidrios o alguna sustancia que los contamine.
- No difundas rumores porque causan alarma y desconcierto entre la gente.

### Fase de Recuperación GIR / Después Brigada de Búsqueda y Rescate



- Recoger el equipo, revisar e inspeccionar para que esté disponible en caso de otra emergencia.
- Limpiar el equipo de emergencia.
- Después de que se controle el incendio regresar a buscar la silla de ruedas, muletas o andadera para regresársela a la persona con la discapacidad motora, siempre y cuando las autoridades determinen que el riesgo es menor y es seguro ingresar.
- Después de la emergencia estar apoyando a mantener con calma a las personas con alguna discapacidad ya sean física, motoras o neurológicas.
- Una vez realizada la búsqueda y extracción de víctimas, hidratarse y esperar nuevas indicaciones de las demás brigadas de emergencia.
- Mantenerte seguro y nunca dar la espalda al incendio.

## Fase de Recuperación GIR / Después

### Brigada de Primeros Auxilios



- Realizar el inventario de los equipos que requerirán mantenimiento y de los medicamentos utilizados,
- una vez controlada la emergencia, así como reponer estos últimos;
- Recoger el equipo, revisar e inspeccionar para que esté disponible en caso de otra emergencia;
- Realizar un reporte de los lesionados, que incluya nombre, edad, lesiones que presentaba, a donde fue trasladado, que ambulancia se lo llevo y a cargo de quien para entregarlo al Coordinador de la UIPC.



## Fase de Recuperación GIR / Después

### Brigada de Primeros Auxilios Psicológicos



- Promover el acercamiento a grupos de apoyo
- Permitir el enlace a otros servicios de apoyo que sean necesarios.
- Reasignar la responsabilidad y pedir el apoyo al personal mayormente capacitado