



CONTENIDO



1.- ¿Qué es un Plan de Protección Civil?



2.- ¿Qué se pretende con un Plan de Protección Civil?



3.- ¿Qué debe contener un Plan Familiar de Protección Civil?

3.1. Análisis de vulnerabilidad.

3.2. Medidas Preventivas.



3.2.1 Determinación de los lugares más seguros dentro y fuera de la casa.



3.2.2 Diseño de rutas de evacuación.

3.2.3 Decisión razonada. Permanecer o salir del inmueble.



3.2.4 Ensayo de simulacros.

3.2.5 Recomendaciones generales.



4.- Compromiso dentro de un Plan de protección civil.

▶ 1.- ¿Qué es un Plan de Protección Civil?

Es el conjunto de actividades con todos los miembros de una familia para planear y ejercitar, adoptar y mantener medidas necesarias para prevenir de la mejor manera los efectos de un desastre.

▶ 2.- ¿Qué se pretende con un Plan Familiar de Protección Civil?

Contar con una guía personal y familiar para conocer lo que se debe hacer antes, durante y después de una calamidad.

También se persigue conocer y evaluar el grado de seguridad de la vivienda y sus alrededores, así como las medidas correctivas que se deben llevar a cabo para estar más protegidos.

Es necesario realizar un listado de utensilios y materiales con los que debe contar la familia para protección, comunicación y abastecimiento en caso de desastre.

▶ 3.- ¿Qué debe contener un Plan Familiar de Protección Civil?

3.1. Análisis de vulnerabilidad.

Para desarrollar el Plan, se debe conocer objetivamente si el lugar donde se vive y el entorno se encuentran en la zona sísmica o en una ubicación vulnerable a otro tipo de calamidades. Asimismo se debe evaluar si la casa habitación reúne condiciones razonables de seguridad en su construcción, ubicación y en la forma en que está acondicionado el inmueble. Lo anterior debe ser realizado con el apoyo técnico de un ingeniero o perito de la Delegación o Municipio correspondiente.

▶ 3.2. Medidas Preventivas.

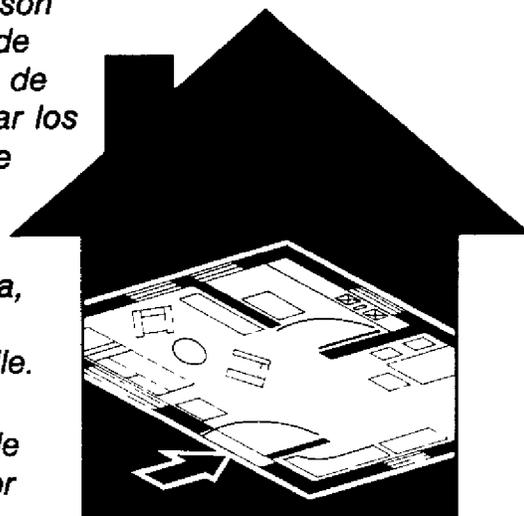
Las medidas a considerar para la realización del Plan son las siguientes:

▶ 3.2.1. Determinación de los lugares más seguros.

Es de vital importancia conocer de antemano los lugares más



seguros dentro y fuera de la casa; estos son dónde se corren menos riesgos en caso de desplome y están protegidos de la caída de vidrios y cables eléctricos. Para determinar los lugares más seguros dentro de la casa se requiere:



- a) *Elaborar un sencillo croquis de la casa, incluyendo las áreas colindantes más cercanas como jardín, banqueta y calle.*
- b) *Señalar en el plano los elementos exteriores que puedan caer en caso de temblor y marcarlos con color rojo. Por ejemplo, hay que marcar los grandes ventanales de la casa, postes de luz y teléfono, cables eléctricos y transformadores, árboles, anuncios grandes, bardas de gran altura, etc.*
- c) *Señalar en el mapa todos los muebles, accesorios u otros materiales que puedan caer en caso de temblor, tanto en la fachada como en el interior de la casa. Hay que tomar en cuenta muebles u objetos que obstaculicen pasillos y escaleras. De igual forma cuidar en la calle roturas o desniveles en el piso, salientes con las que las personas pueden golpearse, cables tendidos y jardineras o plantas que puedan provocar caídas.*
- d) *Determinar el lugar más seguro fuera de la casa. Un patio, un jardín, la calle frente a la casa, un camellón vecino frente a un parque cercano así como un lote baldío pueden ser lugares adecuados para salir y protegerse de un temblor. Es necesario considerar los peligros que se puedan presentar en el campo y trazar las rutas más seguras marcando los riesgos a evitarse.*
- e) *Señalar en el mapa con color azul, los lugares más seguros dentro y fuera de la casa y poner flechas en las rutas de evacuación más rápidas.*

► **3.2.2. Diseño de rutas y tiempos de evacuación.**

El siguiente paso consiste en precisar como llegar a los lugares más seguros dentro y fuera de la casa.

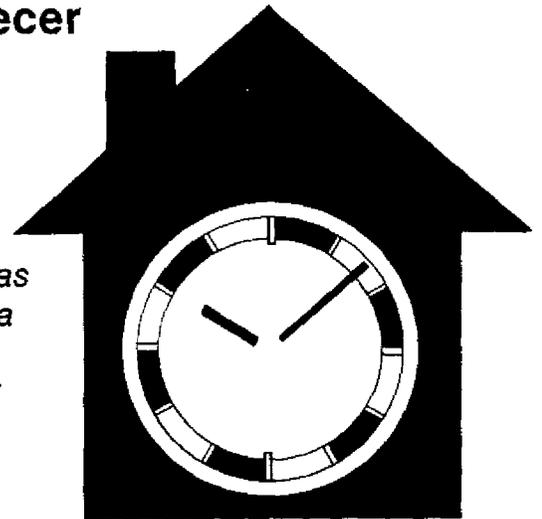
Es conveniente estudiar no sólo cual es la ruta mas directa sino la que menos riesgos implica.

Una vez establecidas y marcadas las rutas de evacuación se debe medir el tiempo que las personas tardarían para llegar a lugares seguros, partiendo de los diferentes puntos de la casa. En un sismo, un minuto de más es de gran importancia. Es importante pensar en las personas mayores, adultos con impedimentos y niños pequeños que requerirían ayuda en un determinado momento. Por último debe hacerse una relación de los cambios necesarios como cambiar de lugar muebles, reparar puertas y cerraduras, asegurar ventanas, proteger con un techo parte del patio o jardín, adaptar o reformar mesas o muebles que puedan servir de refugio, etc.

► 3.2.3. **Decisión razonada. Permanecer dentro o salir.**

La cuestión que muchas personas se plantean es si hay más seguridad permaneciendo dentro y fuera de la casa. No hay una respuesta aplicable a todas las situaciones. Un lugar es más seguro en la medida en que se encuentra menos expuesto a riesgos. Si se decide salir hay que hacerlo estando seguros de no exponernos.

Los criterios a tomar en cuenta son:



- a) *El grado de seguridad que ofrece el interior de la casa habitación, evaluando los siguientes aspectos:*
- *Comprobar que fué construída conforme a los reglamentos de construcción.*
 - *Analizar si se respetaron las especificaciones de resistencia y calidad de materiales;*
 - *Investigar si la casa ha sido maltratada y no se le ha dado el debido mantenimiento;*
 - *Investigar si ha sido utilizada para fines distintos de los que fué construída y esto le ha causado deterioro;*
 - *Indagar si ha sido sobrecargada con maquinaria ó equipo de oficina, o utilizada como bodega, ha sido modificada su estructura de construcción sin previo estudio y adecuada solución constructiva;*
 - *Analizar si los efectos de temblores previos que aunque no hayan destruído el inmueble, puedan haberlo dañado. Por cualquiera de estas causas un inmueble que en el proyecto original reunía condiciones de seguridad,*

- puede perderlas y llegar a presentar niveles de alto riesgo para la vida de las personas que lo habitan.*
- b) La vulnerabilidad de la zona donde se encuentra la casa. En la ciudad de México así como en otros lugares del país se han ocasionado graves daños por los temblores. Estas zonas son de alta vulnerabilidad. Se sabe, entonces, que cualquier construcción en estos lugares puede estar expuesta a una prueba más intensa de resistencia.*
 - c) Los riesgos en el camino más seguro. Cierta tipo de materiales en escaleras y pasillos dificultan el tránsito rápido de las personas a lugares más seguros y en ocasiones provoca caídas.*
 - d) El tiempo necesario para protegerse. El propósito del plan es lograr el desplazamiento a un lugar seguro en el menor tiempo posible. Los segundos inmediatos al sismo son los más valiosos. El movimiento aumenta progresiva y rápidamente incrementando los riesgos, que alcanza su mayor nivel cuando se prolonga más de un minuto. Por lo tanto, el tiempo para protegerse debe reducirse al mínimo con recorridos muy cortos. Si el llegar a un lugar seguro lleva más de 60 segundos el riesgo es alto.*

► 3.2.4. Ensayo de simulacros.

Un ensayo de simulacro es una práctica de como se actuaría en un supuesto de emergencia, en este caso un temblor. Las ventajas de realizar simulacros son la posibilidad de ver si las acciones preventivas funcionan efectivamente y corregirlas y ajustarlas según el caso. Además se fomenta una cultura de protección civil entre los miembros de la familia.

Los pasos para realizar simulacros en caso de sismo son:

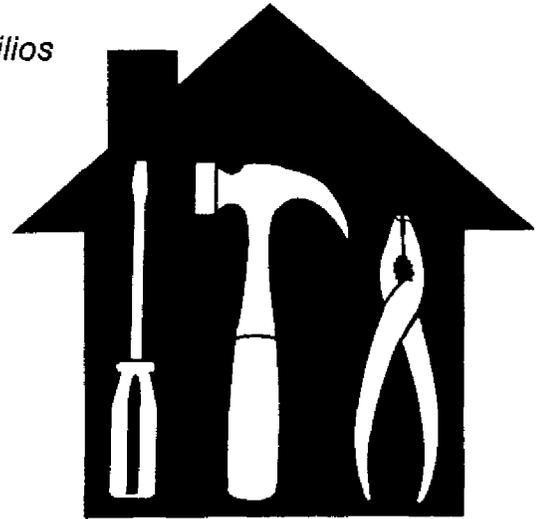
- a) Plantear situaciones.*
- b) Determinar participantes con sus respectivas responsabilidades.*
- c) Emitir la voz de alarma.*
- d) Interrumpir inmediatamente las actividades.*
- e) Recorrer las rutas correspondientes.*
- f) Conducirse en orden. No correr, no gritar, no empujar*



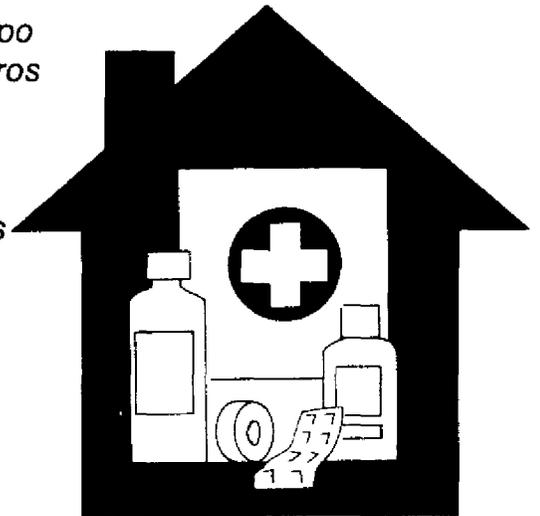
- g) *Llegar al punto de reunión convenido.*
- h) *Checar que nadie falte y se encuentren todos bien.*
- i) *Evaluar los hechos y ajustar tiempos y movimientos.*

► 3.2.5. Recomendaciones generales.

- a) *Revisar la construcción, identificar causas de riesgo e indicarlos en el plano correspondiente.*
- b) *Enlistar los arreglos, reparaciones y modificaciones por hacer, para aumentar la seguridad en la casa y sus alrededores.*
- c) *Señalar en el plano de la casa la distribución del mobiliario.*
- d) *Determinar la lista de objetos y utensilios que deben mantenerse a la mano.*
- e) *Hacer una relación de documentos personales de cada miembro de la familia, como son:*
 - *Acta de nacimiento y matrimonio.*
 - *Fé de bautismo.*
 - *Certificados escolares.*
 - *Títulos y cédulas profesionales.*
 - *Cartilla del servicio militar nacional.*
 - *Pasaporte.*
 - *Credenciales.*
 - *Certificados de inversiones.*
 - *Escrituras de propiedad.*
 - *Pólizas de seguros.*
 - *Facturas de bienes.*
- f) *Guardar ordenadamente estos documentos en caja o archivos de cartón.*
- g) *Obtener copias de los documentos más importantes y solicitar a algún pariente o persona de confianza que los guarde para caso de emergencia.*
- h) *Integrar un directorio con teléfonos y direcciones de las instituciones y personas con las que en caso de urgencia será necesario comunicarse (Cruz Roja, Bomberos, Delegación y autoridades más cercanas). Conviene incorporar también los siguientes teléfonos:*
 - *El médico familiar.*
 - *Compañía de seguros.*
 - *Familiares cercanos.*



- Escuelas a donde asisten los hijos.
 - Lugares donde los miembros de la familia asisten con regularidad.
- i) Determinar la manera como los miembros de la familia podrían comunicarse en caso de desastre. Previendo la falta de servicio telefónico, fijar un punto de reunión con algún pariente o amigo.
 - j) Obtener un duplicado de las llaves de la casa, identificarlas y colocarlas en un punto estratégico. Colocar en la entrada un llavero de seguridad de buen tamaño para no perder un solo segundo.
 - k) Es conveniente tener un registro del tipo sanguíneo de cada uno de los miembros de la familia.
 - l) Guardar en el buró una linterna y un radio de pilas.
 - m) Armar un botiquín de primeros auxilios con su correspondiente instructivo.
 - n) De ser posible tener una caja de herramientas y equipo básico para salvamento.
 - o) Almacenar víveres en lata con su respectivo abridor.
 - p) Organizar un Comité vecinal de protección civil en la cuadra, barrio o edificio para mantener una colaboración vecinal y ayuda mutua, como sucedió en los sismo de 1985.



► 4.- Compromisos dentro de un Plan de Protección Civil.

Después de realizar los simulacros, todos los miembros deberán discutir los puntos para que finalmente todos queden plenamente convencidos de lo que se debe hacer.

Es necesario que todos memoricen, especialmente los niños, en dónde están los lugares más seguros y cuáles son los pasos inmediatos al inicio de un temblor.

Cuando hay colaboración con vecinos, las medidas preventivas se llevan a cabo en menos tiempo y todos están más protegidos.

“Todos necesitamos de todos”.

En el caso de edificio o condominio, el mejor plan es el que involucre a todos los vecinos. Si se vive en comunidad hay que tomar conciencia de que hay que cuidarse y salvarse entre todos si llega a darse el caso.