PLAN DE EMERGENCIA

“ISS SERVICIOS INTEGRALES, S. de R. L. de C.V.”

2021

1. INTRODUCCIÓN.

En este documento se define la secuencia de acciones a desarrollar para el control inicial de las emergencias, como respuesta a las preguntas básicas: ¿Qué se hará?, ¿Quién lo hará?, ¿Cuándo se hará?, y ¿Cómo y dónde se hará?

Este Plan de Emergencias se basa en las siguientes premisas básicas:
Cualquier aviso siempre se considerará cierto.

Los trabajadores de ISS SERVICIOS INTEGRALES, S. de R. L. de C.V., se apegarán en primer lugar a las indicaciones de seguridad establecidas en este documento.

En caso de una emergencia, la atención siempre se dará en el siguiente orden de prioridad:

- PRIMER LUGAR: Personas
- SEGUNDO LUGAR: Instalaciones
- TERCER LUGAR: Imagen

OBJETIVOS Y ALCANCE.

OBJETIVO GENERAL.

Establecer las acciones que se deben llevar a cabo para minimizar los efectos de una situación de emergencia, en los diferentes horarios y días hábiles o inhábiles donde se presten servicios en las instalaciones de la oficina administrativa y ventas ubicada Calle Norte 35 No. 930 Bod. 21 y 22, Col. Industrial Vallejo, Azcapotzalco, C.P. 02300

ALCANCE.

El presente plan de emergencias se apega a las necesidades a cubrir en caso de emergencias en las instalaciones antes mencionadas.

2. MARCO JURÍDICO

- **LEY FEDERAL DEL TRABAJO**

Artículo 47.- Son causas de rescisión de la relación de trabajo, sin responsabilidad para el patrón:

VII. Comprometer el trabajador, por su imprudencia o descuido inexcusable, la seguridad del establecimiento o de las personas que se encuentren en él;

XII. Negarse el trabajador a adoptar las medidas preventivas o a seguir los procedimientos indicados para evitar accidentes o enfermedades;

Artículo 134.- Son obligaciones de los trabajadores:
I.- Cumplir las disposiciones de las normas de trabajo que les sean aplicables;
II. Observar las disposiciones contenidas en el reglamento y las normas oficiales mexicanas en materia de seguridad, salud y medio ambiente de trabajo, así como las que indiquen los patrones para su seguridad y protección personal;
VIII.- Prestar auxilios en cualquier tiempo que se necesiten, cuando por siniestro o riesgo inminente peligren las personas o los intereses del patrón o de sus compañeros de trabajo;
XI. Poner en conocimiento del patrón las enfermedades contagiosas que padezcan, tan pronto como tengan conocimiento de las mismas;
XII. Comunicar al patrón o a su representante las deficiencias que adviertan, a fin de evitar daños o perjuicios a los intereses y vidas de sus compañeros de trabajo o de los patrones;

Artículo 135.- Queda prohibido a los trabajadores:
I. Ejecutar cualquier acto que pueda poner en peligro su propia seguridad, la de sus compañeros de trabajo o la de terceras personas, así como la de los establecimientos o lugares en que el trabajo se desempeñe;

- **NORMA OFICIAL MEXICANA NOM-002-STPS-2010, CONDICIONES DE SEGURIDAD-PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN CONTRA INCENDIOS EN LOS CENTROS DE TRABAJO.**

5. Obligaciones del patrón:
5.5 Contar con un plan de atención a emergencias de incendio

6. Obligaciones de los trabajadores:
6.1 Cumplir con las instrucciones de seguridad que dicte el patrón.
6.2 Cumplir con las medidas de prevención y protección contra incendios establecidas por el patrón.
6.3 Participar en las actividades de capacitación y entrenamiento proporcionadas por el patrón para la prevención y protección contra incendios.
6.4 Auxiliar en la respuesta a emergencias de incendio que se presenten en el centro de trabajo, conforme a la capacitación y entrenamiento recibidos.
6.7 Participar en los simulacros de emergencias de incendio.
6.8 No bloquear, dañar, inutilizar o dar uso inadecuado a los equipos de protección personal para la atención a emergencias, croquis, planos, mapas, y señalamientos de evacuación, prevención y combate de incendios, entre otros.

6.9 Poner en práctica el procedimiento de alertamiento, en caso de detectar una situación de emergencia de incendio.

- **NORMA OFICIAL MEXICANA NOM-006-STPS-2014, MANEJO Y ALMACENAMIENTO DE MATERIALES-CONDICIONES Y PROCEDIMIENTOS DE SEGURIDAD.**

7.7. En los centros de trabajo se deberá contar con un procedimiento general para la atención de emergencias por el manejo y almacenamiento de materiales.

- **NORMA OFICIAL MEXICANA NOM-009-STPS-2011, CONDICIONES DE SEGURIDAD PARA REALIZAR TRABAJOS EN ALTURA.**

5. Obligaciones del patrón:
5.11 Disponer de un plan de atención a emergencias.

- **NORMA OFICIAL MEXICANA NOM-027-STPS-2008, ACTIVIDADES DE SOLDADURA Y CORTE-CONDICIONES DE SEGURIDAD E HIGIENE.**

5. Obligaciones del patrón:
5.10 Contar con un procedimiento de rescate para alturas, sótanos, subterráneos, espacios confinados o en recipientes donde existan polvos, gases o vapores inflamables o explosivos.
5.11 Capacitar y adiestrar, al menos una vez por año, al personal asignado para realizar las actividades de rescate de trabajadores accidentados en alturas, subterráneos o espacios confinados.
5.16 Contar con los procedimientos que permitan brindar la atención a un posible accidentado durante las actividades de soldadura y corte. Cuando asigne personal para proporcionar los primeros auxilios, debe capacitarlo y adiestrarlo en esta materia, al menos una vez por año.

- **NORMA OFICIAL MEXICANA NOM-029-STPS-2011, MANTENIMIENTO DE LAS INSTALACIONES ELÉCTRICAS EN LOS CENTROS DE TRABAJO-CONDICIONES DE SEGURIDAD.**

5. Obligaciones del patrón:
5.15 Contar con un plan de atención a emergencias, disponible para su consulta y aplicación.

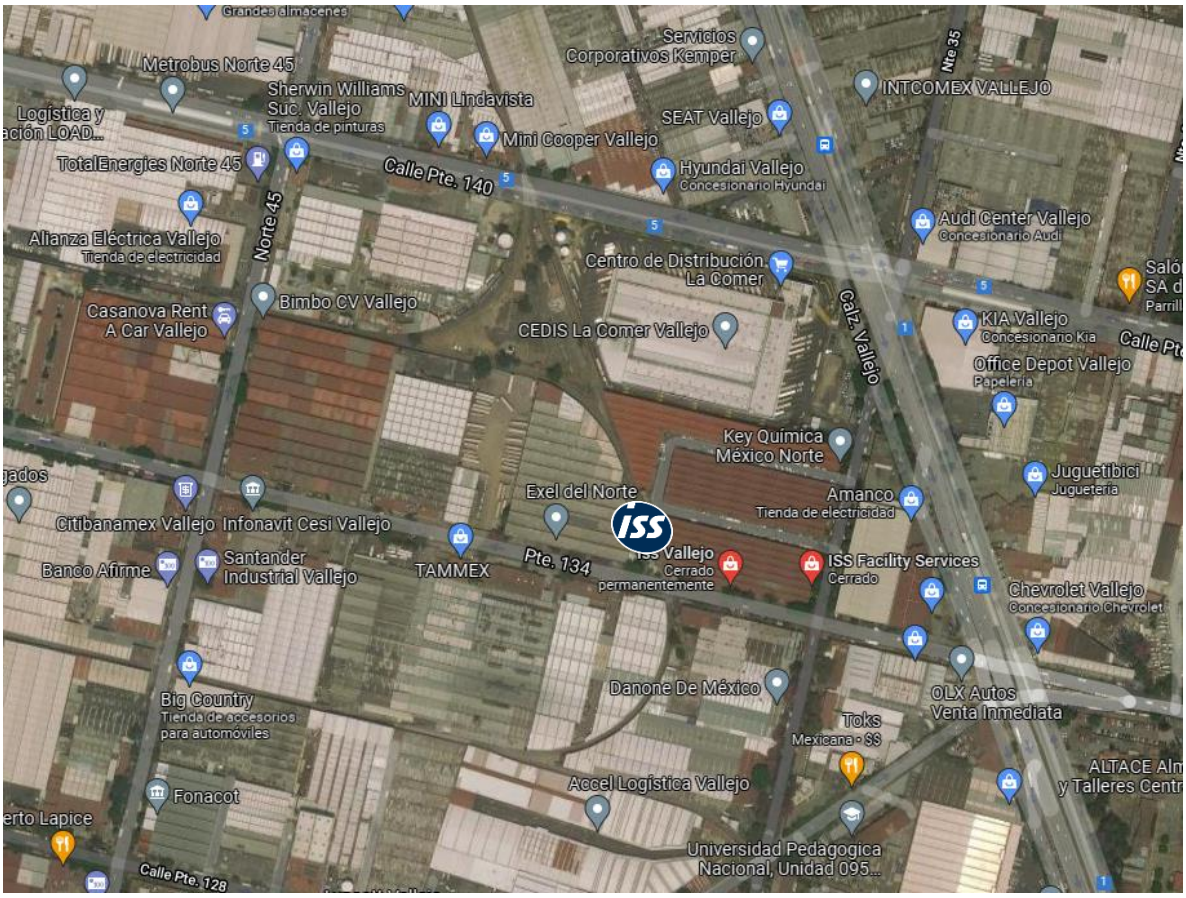
DATOS GENERALES

Los datos generales de la empresa, se describen en el siguiente formato:

Razón Social (Persona Física):	ISS SERVICIOS INTEGRALES, S. de R. L. de C.V.
Domicilio:	Norte 35 No. 930 Bod. 21 y 22, Col. Industrial Vallejo, Azcapotzalco, C.P. 02300
Teléfonos:	
Actividades desarrollada:	Almacen general
Horarios de trabajos:	8:00 am – 6:00 pm
Número de Empleados que laboran:	30 Personas
Promedio de vistas a la semana	20 Personas
Representante Legal:	Juan Carlos Gonzalez Rodriguez
Correo Electrónico	
Coordinador General:	Jorge Rivera Franco
Niveles de la construcción	2 (Planta Baja y primer piso)
Niveles ocupados	2

LOCALIZACIÓN DEL INMUEBLE

La oficina de la Empresa “ISS SERVICIOS INTEGRALES, S. de R. L. de C.V.”, la edad de la instalación es de 3 año. La planta baja cuenta con acceso directo sobre la calle Norte 35 No. 930 Bod. 21 y 22, Col. Industrial Vallejo, Azcapotzalco, C.P. 02300. Se cuenta en todo momento con elementos de seguridad propios de la empresa durante todo el horario de labores.



“ISS FACILITY SERVICES S. A. de C.V.**”**. Norte 35 No. 930 Bod. 21 y 22, Col. Industrial Vallejo, Azcapotzalco, C.P. 02300

RESPONSABILIDADES Y FUNCIONES

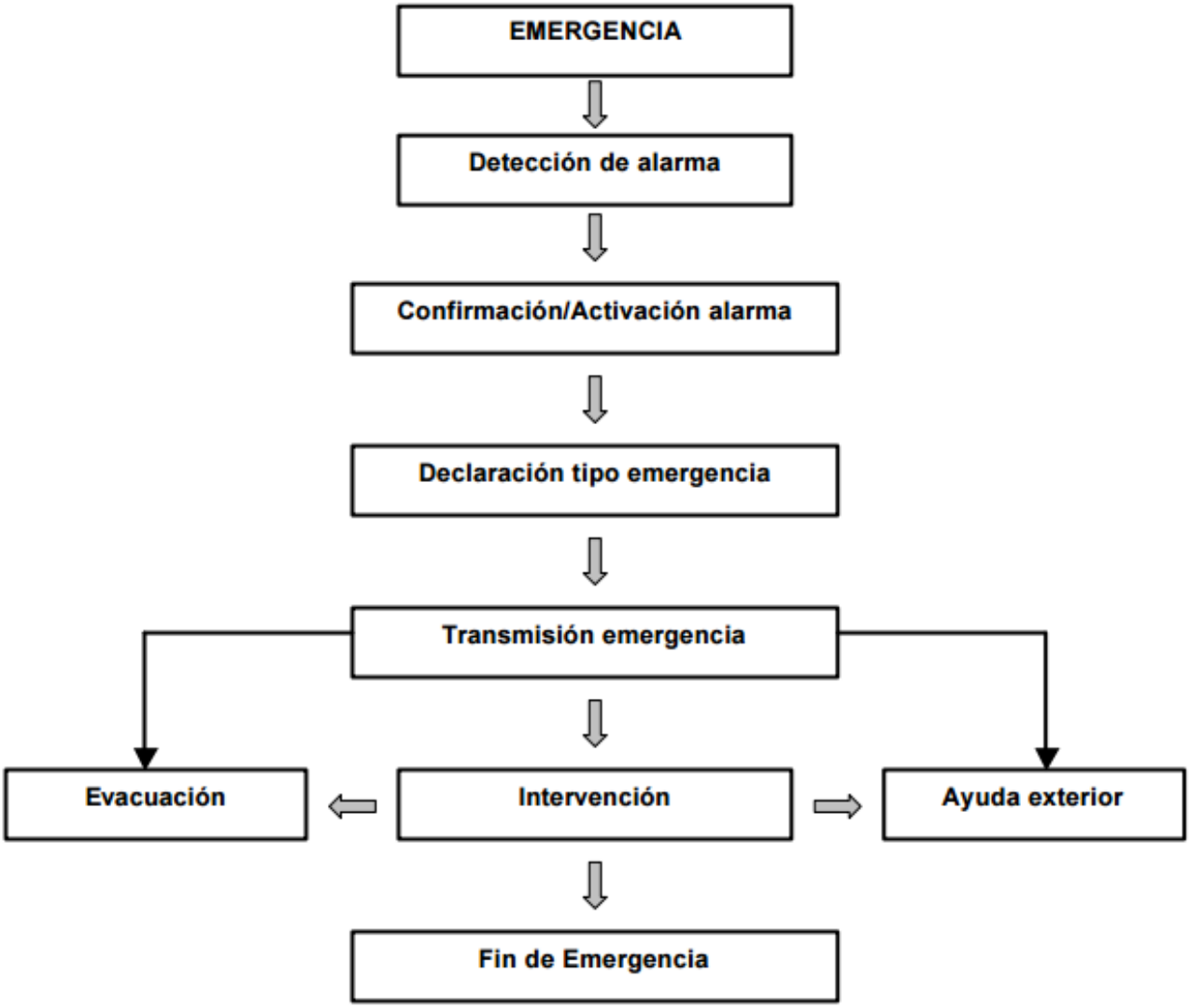
a) **Es responsabilidad de las Brigadas de Emergencia:**
- Comunicar el Plan de Emergencias a todo el personal que labore en estas instalaciones.
- Verificar que se capacite al personal en los procedimientos a seguir en caso de emergencias.

b) **Es responsabilidad de la Gerencia:**
- Conocer y cumplir las condiciones y medidas de seguridad establecidas en el presente Plan de Emergencias, así como las establecidas por Protección Civil de la entidad.
- Asegurar que los jefes y personal operativo y administrativo de la corporación, estén capacitados en los procedimientos a seguir en caso de emergencias.
- Ordenar la corrección de los actos y de las condiciones inseguras identificadas.
- Verificar que el personal operativo conozca los procedimientos necesarios para actuar en caso de emergencia en las instalaciones de los diferentes clientes.

c) **Es responsabilidad de los Jefes de área:**
- Conocer y cumplir las condiciones y medidas de seguridad establecidas por la Corporación en el presente Plan de Emergencias.
- Difundir el presente Plan de Emergencias a todo el personal operativo a su cargo.
- Supervisar que los trabajadores cumplan con las medidas generales de seguridad y de protección civil.
- Identificar los factores de riesgo que puedan originar una situación de emergencia.
- Evitar o interrumpir actos inseguros que puedan generar una situación de riesgo.
- Accionar el equipo de seguridad o mecanismos, cuando corresponda.
- Dar la voz de alarma en caso de presentarse un riesgo o emergencia.
- Canalizar lesionados a servicio médico profesional.
- Mantener vigente el directorio telefónico del personal que puedan orientar en caso de emergencia.

d) **Es responsabilidad del Personal Operativo / Administrativo:**
- Conocer y cumplir las condiciones y medidas de seguridad establecidas por la Corporación en el presente Plan de Emergencias, así como las establecidas por el Cliente.
- Comunicar a su Supervisor inmediato la presencia de cualquier condición o acto inseguro dentro de las instalaciones.
- Dar la voz de alarma en caso de presentarse un riesgo o emergencia.
- Accionar el equipo de seguridad o mecanismos, cuando corresponda.

Esquema general de actuación en una emergencia



DIRECTORIO DE PERSONAL DE OFICINA

DEPARTAMENTO O ÁREA CORPORATIVA	TELÉFONO
Puesto: **Nombre:**	
Puesto **Nombre:**	
Puesto **Nombre:**	
Puesto: **Nombre:**	
Puesto: **Nombre:**	
Puesto: **Nombre:**	
Puesto: **Nombre:**	
Puesto: **Nombre:**	
Puesto: **Nombre:**	
Puesto: **Nombre:**	

DIRECTORIO DE EMERGENCIAS (APOYO EXTERNO)

BOMBEROS	911
CRUZ ROJA	
POLICÍA	

SEÑALIZACIÓN

Todos los señalamientos de carácter preventivo, informativo, restrictivo y prohibitivo empleados en este establecimiento, se encuentran colocados y son elaborados conforme a la normatividad vigente:

- NOM-003-SEGOB-2011 “Señales y Avisos para Protección Civil. - Colores, formas y símbolos a utilizar”.
- NOM-026-STPS-2008 “Colores y Señales de Seguridad e Higiene, e Identificación de Riesgos por Fluidos Conducidos en Tuberías”.
- NOM-002-STPS-2010 “Condiciones de Seguridad – Prevención, Protección y Combate de Incendios en los Centros de Trabajo”.

Color de seguridad	Significado	Indicación
Rojo	Paro.	Dispositivos de desconexión para emergencias.
	Prohibición.	Prohíbe acciones específicas.
	Material, equipo y sistema para combate de incendios.	Ubicación y localización de los mismos así como tubería que conduce fluidos para combatir incendios.
Amarillo	Advertencia de peligro	Atención de situaciones peligrosas.
	Delimitación de áreas.	Limita áreas restringidas o de uso específico.
	Advertencia de peligro por radiaciones ionizantes.	Indicación de presencia de material radiactivo.
Verde	Condición segura.	Señala salidas de emergencia, rutas de evacuación así como lugares seguros y de primeros auxilios.
Azul	Obligación.	Señala acciones específicas a seguir.

CONDICIÓN SEGURA

SEÑALAMIENTO	DESCRIPCIÓN	UBICACIÓN
	Dirección de una ruta de evacuación en el sentido requerido.	Cada 10 m y en los cambios de dirección de las rutas de evacuación. A una altura de 1.80 m.
	Zona de seguridad.	En todas las zonas de seguridad dentro del inmueble. A una altura de 1.80 m.
	Ubicación del botiquín de primeros auxilios.	Donde se ubique un botiquín de primeros auxilios.
	Ubicación del punto de reunión o zona de conteo.	En todos los puntos de reunión fuera del inmueble. A una altura de 1.80 m o bien, en el suelo.
	Ubicación de una salida de emergencia.	En el dintel de las puertas de emergencia y salidas convencionales que comuniquen con el exterior o con una ruta de evacuación.

	Ubicación de una escalera de emergencia.	En cada descanso de las escaleras de emergencia.

EQUIPO CONTRA INCENDIOS

SEÑALAMIENTO	DESCRIPCIÓN	UBICACIÓN
	Ubicación de un extintor.	Donde se ubique un extintor.
	Ubicación de un hidrante.	Donde se ubique un hidrante
	Ubicación de un dispositivo de activación de alarma.	Donde se ubique una alarma de emergencia.

PROHIBICIÓN

SEÑALAMIENTO	DESCRIPCIÓN	UBICACIÓN
	Prohibido fumar.	En los accesos al inmueble, almacenamiento de sustancias inflamables y áreas de preparación de alimentos.
	Prohibido usar celular.	En el interior del inmueble, en las zonas de mayor afluencia.
	No utilizar en caso de sismo o incendio.	En cada acceso a elevadores y montacargas.
	Prohibido el paso.	En los accesos a zonas restringidas (cuarto de UPS y Site)

PRECAUCIÓN

SEÑALAMIENTO	DESCRIPCIÓN	UBICACIÓN
	Precaución Piso Resbaloso.	En áreas de limpieza.
	Advertencia de Riesgo Eléctrico.	En cuarto de subestación y tableros eléctricos.

REGLAS GENERALES DE SEGURIDAD

Acceso:

- Todos los trabajadores deberán registrar su entrada de acuerdo a los medios y mecanismos provistos por el Cliente.
- Todos los trabajadores deberán registrar su asistencia diaria en las listas de asistencia o medios electrónicos provistos por la empresa.
- Está prohibido introducir los siguientes artículos a las instalaciones:
  - Cualquier tipo de arma (fuego, o arma blanca).
  - Bebidas alcohólicas.
  - Sustancias ilegales tales como drogas o narcóticos.
  - Cerillos o encendedores.

- Para el ingreso de narcóticos o drogas prescritos por un médico, se deberá solicitar autorización al área de Recursos Humanos, mostrando siempre la prescripción suscrita por el médico.

Dentro de las instalaciones está prohibido:

- Fumar.
- Ingerir bebidas alcohólicas o sustancias ilegales (drogas).
- Realizar bromas o juegos que pongan en riesgo la integridad o seguridad de los trabajadores.
- Correr.
- Sujetar o colgar cualquier objeto en las tuberías eléctricas o hidráulicas.
- Tomar fotografías dentro de las instalaciones a menos que la actividad lo requiera, para lo cual se requiere autorización por escrito del Cliente.
- Realizar actividades de mantenimiento, incluyendo operar equipos, tuberías, instalaciones eléctricas, etc., si no se porta el equipo de protección personal de acuerdo a la actividad a realizar.
- Realizar trabajos de alto riesgo como trabajos a una altura de 1.80 m o más, mantenimiento de instalaciones eléctrica, trabajos en caliente y trabajos que involucren uso de sustancias químicas inflamables o explosivas sin la autorización respectiva del “Permiso de Trabajo Seguro” autorizado por el Supervisor o Jefe Inmediato.
- Utilizar el equipo contra incendio y equipo de emergencias para propósitos distintos a la atención de emergencias.

Dentro de las instalaciones:

- Los trabajadores deberán portar de forma visible su gafete como empleados durante toda su jornada laboral.
- Todos los accidentes, incidentes o actos subestándar deben ser reportados inmediatamente al área pertinente.
- Todas las emergencias deben ser reportadas al gerente de área y Recursos Humanos.

- Cuando se escuche la alarma sonora de incendios todo el personal debe evacuar las instalaciones y seguir las indicaciones de los brigadistas, quienes serán la autoridad máxima dentro del inmueble en caso de emergencia.
- El equipo contra incendio y todos los equipos que sean utilizados para casos de emergencia deben ser retornados a su lugar luego de su uso y reportarlos al encargado de las brigadas, quien verificará que se lleve a cabo el mantenimiento constante de los mismos.

PLANES DE EMERGENCIA

OBJETIVO

Establecer los criterios básicos de actuación del personal, para una rápida y ordenada actuación, en función del tipo de emergencia. El plan de emergencias responderá a las preguntas ¿Qué se hará? ¿Cuándo se hará? ¿Cómo y dónde se hará? y ¿Quién lo hará? Debe contemplar actuaciones o consignas dirigidas a prevenir potenciales situaciones de emergencia.

PROCEDIMIENTO GENERAL

1) Cualquier persona que detecte una emergencia deberá notificarlo a los brigadistas o al responsable de área, indicando la mayor cantidad de información sobre la emergencia.

2) Se activarán las alarmas y el sistema de voceo informara el tipo de emergencia que está ocurriendo (Incendio, sismo, evacuación, etc.).

3) Al escuchar la alarma, el personal de tendrá que seguir las instrucciones de los brigadistas.

4) Si al evaluar la emergencia se decide que es necesario evacuar, el personal de tendrá que dirigirse de manera ordenada a la salida de emergencia más cercana, para posteriormente acudir al punto de reunión asignado (Camellón de la Av. Reforma). Todo el personal se mantendrá en el mismo lugar para que se realice el conteo de las personas evacuadas.

5) El gestor del servicio y los supervisores son los responsables de reunir al personal en el punto de reunión, para después realizar el conteo de los mismos.

6) Cuando la emergencia no pueda ser controlada por las brigadas, y se solicite apoyo externo, el personal se mantendrá atento a las indicaciones del Coordinador General de Emergencias.

7) Después de la emergencia el Coordinador General, en coordinación de las autoridades externas procederá a realizar un reconocimiento de los daños ocasionados por la emergencia y evaluarán la posible vuelta a la normalidad.



INSTRUCCIONES DE EVACUACIÓN

El personal que labora en ISS SERVICIOS INTEGRALES, S. de R. L. de C.V., tiene la obligación de conocer:

- El único facultado para emitir la clave de evacuación, será el Coordinador General y en su ausencia el Subcoordinador General o Coordinador de Evacuación.
- Si dentro de los 3 primeros minutos no se puede controlar la emergencia, se procederá con la evacuación.

1) Conserva la calma y atiende las indicaciones de los brigadistas.
2) Comenzaran a evacuar las personas más cercanas a la zona siniestrada.
3) Sal por la salida más alejada de la zona siniestrada, siguiendo las rutas de evacuación, hasta el punto de reunión ubicado en el camellón de la avenida Reforma.
4) Avanza de manera ordenada, en filas y conservando siempre la derecha, para permitir que por la izquierda ingrese la ayuda externa.
5) No lleves ningún objeto contigo y mantén tus manos desocupadas para avanzar más rápido.
6) Una vez que todos haya salido, se hará un barrido en cada área para asegurarse que nadie se haya quedado dentro.
7) Si por alguna razón no se puede llegar a los puntos de reunión externos, repliégate a la pared, debajo de columnas, marcos de puertas y áreas de menor riesgo.
7) Mantente alejado de ventanas, muebles, estantes y demás áreas de riesgo.
8) Una vez en el punto de reunión, mantente atento a las indicaciones de los brigadistas, ya que se hará un conteo rápido de la población que se evacuó para asegurarse que no hayan quedado personas atrapadas o extraviadas.
9) Permanece en el punto de reunión hasta que el Coordinador General indique que es posible retornar al inmueble y reanudar actividades.
10) Cuando se indique el reingreso al inmueble, hazlo de manera ordenada.
11) Durante la evacuación, ayuda a las personas con discapacidades a llegar al punto de reunión y no los dejes solos hasta que haya pasado la emergencia.

RECUERDA:

- Si hay tiempo desconecta rápidamente los aparatos eléctricos a tu cargo.
- Si se encuentra junto a ti una visita, acompáñala y guíala hasta el exterior del inmueble.
- Evacua de forma rápida, pero sin correr.
- No te dirijas al estacionamiento a retirar tu auto, abandónalo y dirígete al punto de reunión establecido.
- Durante la evacuación no retrocedas a retirar objetos o a buscar personas.

INSTRUCCIONES EN CASO DE INCENDIO

El personal que labora en ISS SERVICIOS INTEGRALES, S. de R. L. de C.V., tiene la obligación de conocer:

- Identificar la ubicación de los extintores, rutas de evacuación y puntos de reunión.
- Mantener libres los accesos los extintores, hidrantes y alarmas de emergencia. Si se detecta algún equipo bloqueado, o no apto para ser utilizado se tiene que reportar de manera inmediata.
- No combatas un incendio que se está esparciendo más allá del lugar donde empezó.
- Antes de abandonar la zona de incendio, una vez extinguido el mismo, verifica que no haya posibilidades de re ignición.

Todos somos responsables de la prevención:

1. Mantén siempre el orden y limpieza de tu área.
2. Queda Prohibido fumar.
3. Solo se permitirá fumar en la zona autorizada para ello.
4. No aproximes focos de calor intenso a materiales combustibles.
5. No sobrecargues la toma de corriente conectando varios aparatos a la misma.
6. No coloques vasos con líquido sobre computadoras, impresoras u otros aparatos eléctricos.
7. Inspecciona tu puesto de trabajo al final de la jornada laboral, procurando no dejar aparatos eléctricos encendidos. (Si dejas algún equipo avisa)
8. Identifica los medios de protección contra incendio y las vías de evacuación de tu oficina y familiarízate con ellos.
9. Conoce a los responsables de Brigada de tu planta, haz siempre caso de sus órdenes y colabora junto a ellos en lo que necesiten.

QUE HACER EN CASO DE INCENDIO

1) Mantén la calma e indaga qué es lo que se quema.
2) Avisa a otras personas para que estén alertas (si se puede).
3) Actúa de forma disciplinada y ordenada; obedece las instrucciones proporcionadas por el personal responsable de la emergencia.
4) Si detectas la fuente del incendio notifica y si es posible activa la alerta contra incendio.
5) Si sabes utilizar el extintor ocúpalo, si no aléjate del peligro

RECUERDA ADEMÁS QUE…

1) En fuegos originados en equipos eléctricos, no utilices extintores de base acuosa (agua, espuma física, etc.) y corta la energía eléctrica lo antes posible.
2) En fuegos originados por combustible líquido, dispara el extintor sobre las paredes para ocasionar un efecto de rocío.
3) Para fuegos originados por cartón o papel, deja una buena capa de polvo sobre los escombros para evitar el re ignición.

RECUERDA EN TODO MOMENTO:
ABANDONA INMEDIATAMENTE EL ÁREA Y DA AVISO AL COORDINADOR GENERAL

EN CASO DE QUEDAR ATRAPADO POR EL HUMO Y CALOR…

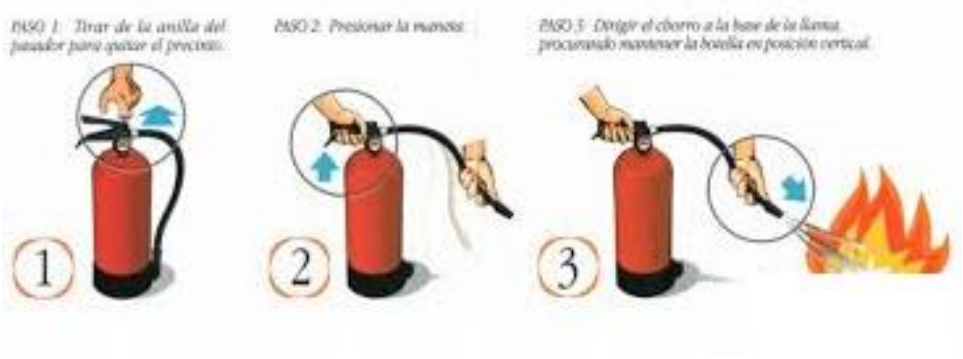
1 Mantente en pareja por lo menos. Nunca solo.
2 Pégate a las paredes y sigue hasta encontrar la salida.
3 Mantente en posición segura, lo más cerca del suelo durante el avance hacia la salida.
4 Para poder respirar mejor, mantén la boca cerrada, la lengua al paladar y procura hacer mucha saliva. Respira cerca del piso, con los dientes cerrados entreabriendo los labios. Si te es posible mojar un pañuelo, cubre tu nariz y boca.

EN CASO DE QUEDAR ATRAPADO EN UNA OFICINA O LUGAR CERRADO…

5 Cierra la puerta.
6 Tapa cualquier entrada de humo.
7 Comunícate por teléfono con un compañero de trabajo o directamente al cuerpo de bomberos y señala tu posición.
8 No te encierres en baños, el humo invadirá toda el área disponible.
9 No regreses por ningún objeto.

INSTRUCCIONES PARA USOS DE EXTINTORES

- Sujétalo firmemente del asa y boquilla.
- Sitúate a dos o tres metros del foco del fuego.
- Dirige la boquilla de la manguera hacia la base del fuego y acciona la palanca de operación y mueve la manguera de izquierda a derecha.
- Ya extinguido el fuego o terminado el contenido del extintor, retírate del sitio sin dar la espalda.
- Reporta la descarga del extintor y colócalo en un sitio adecuado para que no sea utilizado de manera errónea.



INSTRUCCIONES EN CASO DE SISMO

Al momento de activarse la alerta sísmica o percibir un sismo:

1 Mantén la calma.
2 No evacúes de inmediato. La alerta nos avisa que debemos prepararnos, NO es una orden de evacuación.
3 Resguárdate en una zona segura, lejos de ventanas u objetos que puedan caer, las paredes del cubo central del inmueble son las más sólidas y seguras.
4 Al momento de sentir el movimiento, adopta la posición de seguridad cubriendo tu cabeza con los brazos y si las condiciones lo permiten, colócate debajo de una mesa o mueble robusto:


Cubre con una mano tu nuca y con el otro brazo abraza tu cabeza.


Colócate por debajo de una mesa o mueble robusto de rodillas (posición fetal). Y sujétate del mueble para evitar su movimiento.


Protégete de pie en muros de carga que contengan través y columnas

5 Una vez que haya terminado el sismo, revisa tus alrededores, identifica peligros en el área donde te encuentres. Ejemplos: Vidrios rotos, daños estructurales, fugas, incendio incipiente.
6 Comunica los peligros a los brigadistas.
12 Revisa que la ruta de evacuación sea segura y espera las indicaciones de evacuación.
13 No utilices elevadores durante o después del sismo.
14 Una vez que haya terminado el sismo dirígete al punto de reunión externo. En orden, sin correr, sin gritar y sin empujar.
15 Si te percatas de una persona ausente o lesionada, infórmalo a los brigadistas.
16 Cuando se hayan revisado las condiciones del inmueble y el Coordinador General lo determine, regresa a tus labores en orden.

¿POR QUÉ NO EVACUAR DURANTE UN SISMO?

- El piso se encuentra en movimiento. Puedes perder el equilibrio.
- Por estrés, la gente al salir puede causar una estampida y obstaculizar las salidas.
- Durante tu trayecto te pueden caer objetos encima (lámparas, plafones, etc.)
- Lo primero que se daña son los vidrios y escaleras.

INSTRUCCIONES EN CASO DE AMENAZA DE BOMBA

Al encontrarse una nota amenazante:

1 Mantén la calma y entrega la nota de inmediato al coordinador de emergencia del edificio (Consulta el directorio de emergencias).

2 No lo comentes con ninguna otra persona.

Al recibir una llamada telefónica:

3 Mantener la calma y comunica a tu interlocutor que tú no eres la persona indicada e intenta remitirlo con el departamento de seguridad.

4 Requisita el Formato de Amenaza de Bomba (anexo). Si estás al teléfono, escucha con atención y contesta con tranquilidad, intenta alargar la conversación haciendo las preguntas del formato.

5 Se realizará una revisión en todo el inmueble para encontrar paquetes sospechosos, no obstruyas los pasillos o áreas cercanas a tu punto de trabajo.

Al encontrar un paquete sospechoso:

6 No lo toques ni permitas que nadie se acerque a él.

7 Verifica que no pertenezca a personal del inmueble y de ser así, avisa de inmediato al coordinador general o área de HSE. Se procederá a la evacuación y, de manera paralela, se pedirá apoyo a Seguridad Pública.

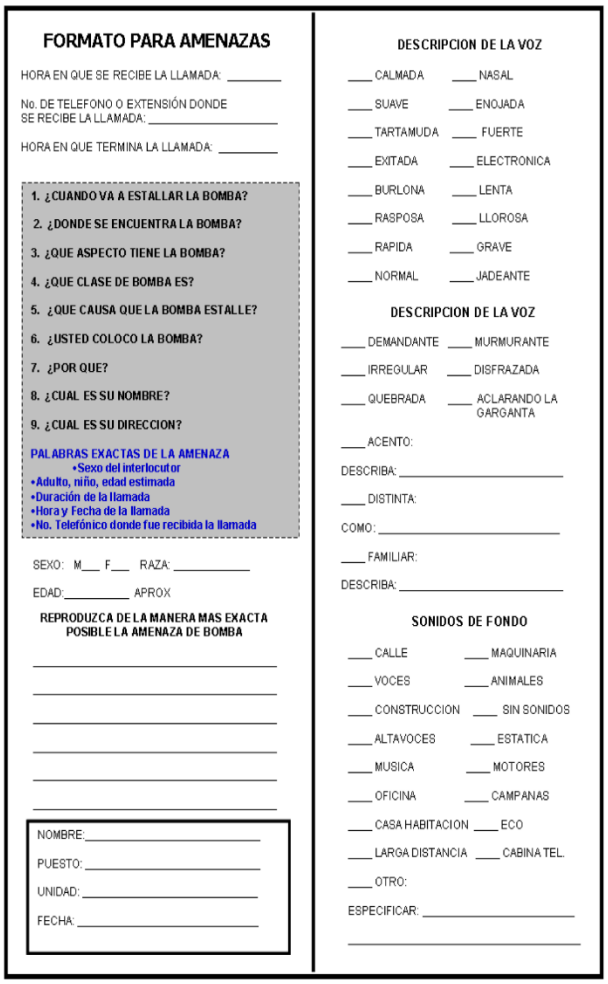
Los únicos que pueden confirmar la presencia o no de un artefacto explosivo en un inmueble son:

- FUERZA DE TAREA DE SSP
- GERI DE LA PGJDF
- SEDENA

LOS CUERPOS ESPECIALIZADOS SERÁN LOS ÚNICOS FACULTADOS PARA DETERMINAR SI ES POSIBLE REGRESAR AL INTERIOR DEL INMUEBLE

RECUERDA:

- Está prohibido tocar, fumar, encender aparatos de radio, acercarse con ropa de nylon, cortar un cordel, destapar una cinta adhesiva, cargarlo y/o moverlo de lugar o cambiarlo de posición
- Está prohibido gritar, tocar silbatos, activar megáfonos o similares o accionar cualquier sistema convencional de alertamiento.



FORMATO PARA AMENAZAS

HORA EN QUE SE RECIBE LA LLAMADA: _____

No. DE TELEFONO O EXTENSIÓN DONDE SE RECIBE LA LLAMADA: _____

HORA EN QUE TERMINA LA LLAMADA: _____

1. ¿CUANDO VA A ESTALLAR LA BOMBA?
2. ¿DONDE SE ENCUENTRA LA BOMBA?
3. ¿QUE ASPECTO TIENE LA BOMBA?
4. ¿QUE CLASE DE BOMBA ES?
5. ¿QUE CAUSA QUE LA BOMBA ESTALLE?
6. ¿USTED COLOCO LA BOMBA?
7. ¿POR QUE?
8. ¿CUAL ES SU NOMBRE?
9. ¿CUAL ES SU DIRECCION?

PALABRAS EXACTAS DE LA AMENAZA
•Sexo del interlocutor
•Adulto, niño, edad estimada
•Duración de la llamada
•Hora y Fecha de la llamada
•No. Telefónico donde fue recibida la llamada

SEXO: M___ F___ RAZA: _____

EDAD:_____ APROX

REPRODUZCA DE LA MANERA MAS EXACTA POSIBLE LA AMENAZA DE BOMBA

_____
_____
_____
_____
_____
_____

NOMBRE:_____
PUESTO: _____
UNIDAD: _____
FECHA: _____

DESCRIPCION DE LA VOZ

___ CALMADA ___ NASAL
___ SUAVE ___ ENOJADA
___ TARTAMUDA ___ FUERTE
___ EXITADA ___ ELECTRONICA
___ BURLONA ___ LENTA
___ RASPOSA ___ LLOROSA
___ RAPIDA ___ GRAVE
___ NORMAL ___ JADEANTE

DESCRIPCION DE LA VOZ

___ DEMANDANTE ___ MURMURANTE
___ IRREGULAR ___ DISFRAZADA
___ QUEBRADA ___ ACLARANDO LA GARGANTA

___ ACENTO:
DESCRIBA: _____

___ DISTINTA:
COMO: _____

___ FAMILIAR:
DESCRIBA: _____

SONIDOS DE FONDO

___ CALLE ___ MAQUINARIA
___ VOCES ___ ANIMALES
___ CONSTRUCCION ___ SIN SONIDOS
___ ALTAVOCES ___ ESTATICA
___ MUSICA ___ MOTORES
___ OFICINA ___ CAMPANAS
___ CASA HABITACION ___ ECO
___ LARGA DISTANCIA ___ CABINA TEL.
___ OTRO:
ESPECIFICAR: _____
_____

INSTRUCCIONES EN CASO DE EMERGENCIA MÉDICA

- Identifica a las personas que padezcan una enfermedad crónica y procura tener a la mano sus datos y teléfonos.
- Identifica el sitio donde se encuentra instalado el botiquín de primeros auxilios.
- Mantén el directorio de teléfonos de emergencia actualizado y visible.

SI ESTÁS FRENTE A UNA EMERGENCIA MÉDICA…

1. Mantén la calma.
2. Avisa inmediatamente al encargado del servicio, brigadistas, coordinador general y para solicitar apoyo al BMS a la extensión 16925. Para días inhábiles consulte el directorio telefónico de emergencias para reportar la emergencia.
3. Aleja a los curiosos o gente de alrededor y espera hasta que la ayuda médica llegue.
4. No hagas más de lo que sea necesario, hasta que llegue la ayuda profesional.
5. Si la víctima está consciente interrógalo sobre sus síntomas y qué fue lo que le pasó.

Si estás capacitado y puedes brindar los primeros auxilios:

1) Evalúa la emergencia, revisa el lugar donde ocurrió el accidente y trata de identificar los riesgos presentes y objetos involucrados.
2) Si existe un riesgo como fuego, derrame, derrumbe, etc., retira al lesionado y colócalo en un lugar seguro.
3) Revisa el estado de conciencia de la víctima, pregúntale en voz alta ¿Está usted bien, me escucha?
4) Busca la respiración de la víctima mediante el método VOS (Ver el pecho y/o abdomen de la víctima, Oír la salida de aire a través de la nariz y boca de la víctima y Sentir en su mejilla el intercambio de aire) durante cinco segundos.
5) De ser necesario, solicita ayuda a los cuerpos de auxilio externos.

Al hacer la llamada proporciona los siguientes datos:

- Ubicación exacta del lugar de la emergencia.
- Descripción de lo ocurrido.
- Cantidad de lesionados.
- Estado en el que se encuentran.
- Tipo de primeros auxilios que están recibiendo.
- No colgar hasta que lo haya hecho la persona que atendió su llamada.

Si la víctima es trasladada:

- Un compañero del trabajo o el coordinador general deberán acompañarlo todo el tiempo.
- El acompañante debe proporcionar toda la información posible sobre qué le sucedió.
- El acompañante deberá comunicar al coordinador general sobre el estado del paciente.

RECUERDA…

- No proporciones nada por vía oral.
- En caso de heridas o quemaduras no apliques ninguna sustancia, ungüento o remedio. Sólo aplica agua corriente y cubre para evitar infección.
- En caso de fracturas no muevas la parte afectada.

NOTA: EN EL CASO DE SOLICITAR UNA UNIDAD DE EMERGENCIA PARA EL TRASLADOS DE HERIDOS, SE CUENTA CON EL RECURSO ECONÓMICO PARA PAGAR UN SERVICIO PARTICULAR, EN CASO DE SER NECESARIO

INSTRUCCIONES PARA BÚSQUEDA Y RESCATE

En caso de que se presente esa situación, el coordinador general deberá investigar lo siguiente:

- En qué área fue visto por última ocasión.
- Que trabajo desarrollaba al presentarse la emergencia.
- Se encuentra en otro grupo diferente al suyo.

Si aún persiste la desaparición el Coordinador General ordenará se inicie las actividades de búsqueda y rescate.

1 La búsqueda de personal sólo deberá llevarse a cabo a petición del coordinador general, una vez que éste haya verificado, posterior a la realización de conteos en los puntos de reunión, que realmente puede haber personal atrapado o lesionado en las áreas de trabajo.

2 Se debe recabar la mayor información, sobre los posibles lugares donde se deba llevar a cabo la búsqueda tales como: área de trabajo, cuando y donde fue visto por última ocasión, etc.

3 El personal que sea asignado a la búsqueda siempre lo hará en parejas y manteniendo comunicación constante con el Coordinador de la Brigada.

4 Tan pronto como se encuentre a la persona se deberá dar aviso al Coordinador de la Brigada indicando su posición y solicitando, en caso de ser necesario, ayuda adicional.

RECUERDA:

- Conserva la calma
- No te desesperes
- Existe personal que te rescatará
- Has ruidos en forma constante, sin agotarte. Esto orientará los esfuerzos de los brigadistas
- Trata de conservar el aire- si es espacio cerrado.
- No realices esfuerzos innecesarios
- No prendas cerillos ni encendedores
- Si puedes eliminar escombros o materiales, hacia la salida, inténtalo
- Relájate el mayor tiempo posible, en tanto llega la ayuda
- Si alguna de tus extremidades está atrapada, NO forcejees
- Trata de manejar el dolor

DISEÑO DE ESCENARIOS PARA EJERCICIOS Y SIMULACROS

Un simulacro es la representación imaginaria de la presencia de una situación de emergencia, mediante la cual, al tiempo de fomentar en las personas la adopción de conductas de autoprotección y auto preparación, y de actitudes de prevención, constitutivas de una cultura de Protección Civil, se pone a prueba la capacidad de respuesta de las brigadas de protección civil.

Tomando en cuenta la normatividad vigente aplicable a nuestro establecimiento, se deberán realizar en el periodo de un año al menos TRES ejercicios de simulacros con las siguientes hipótesis:

PROGRAMA ANUAL DE SIMULACROS 2020		
HIPÓTESIS	**FECHA Y HORA**	**TIPO**
Incendio	Diciembre 2020	Evacuación con Aviso de Fecha y Hora
Incendio / Emergencia Médica	Mayo 2021	Evacuación con Aviso de Fecha y Hora
Sismo	Septiembre 2021	Evacuación con Aviso de Fecha y Hora

Los simulacros que se desarrollen tendrán ser de EVACUACIÓN, y cada uno de ellos deberá tener como soporte una reunión de la Unidad Interna de Protección Civil previa al ejercicio. Para la realización de los simulacros se deberán considerar los siguientes aspectos:

Antes

- Tomando en cuenta el giro de nuestro establecimiento y la afluencia de población flotante, los simulacros se realizarán siempre CON PREVIO AVISO de fecha y hora para evitar situaciones de pánico.
- Se informará a la población mediante correo electrónico o cárteles en áreas comunes, la fecha y hora del simulacro.
- Se dará aviso y se solicitará apoyo por escrito a la administración del inmueble.
- Previo a la realización de un simulacro de campo se realizará un simulacro de gabinete en el que se planee de forma detallada todas las actividades a desarrollar durante el desalojo, desde la hipótesis, el guion, los instrumentos necesarios, etc. En este deberán participar todos los brigadistas

Durante:

- Durante la ejecución de los simulacros se deberá contar con la presencia de personal interno y externo, cuya función sea la de observar y evaluar las actividades, con el fin de corregir las desviaciones que se puedan presentar en caso de presentarse un evento real.
- Se actuará conforme a lo planeado y se ejecutarán los procedimientos de emergencia contenidos en este Programa.
- Se deberán tomar fotografías de todo el ejercicio como soporte de su realización.

Después

- Una vez que se dé por finalizado el simulacro, se llenará el formato para EVALUACIÓN DE SIMULACROS, tomando en cuenta las observaciones hechas por los observadores y por los brigadistas.
- Dicha EVALUACIÓN será anexada a este Programa Interno junto con la memoria fotográfica del simulacro.

3. GLOSARI0

Accidente: Evento no predeterminado, aunque muchas veces previsible, que se presenta en forma súbita, altera el curso normal de los acontecimientos, lesiona o causa la muerte a las personas y ocasiona daños en los bienes y entorno.

Agente extintor: Sustancia en estado sólido, líquido o gaseoso, que al contacto con el fuego y en la cantidad adecuada, nulifica sus efectos extinguiéndolo.

Agente perturbador: Acontecimiento que puede impactar a un sistema afectable (población y entorno) y transformar su estado normal en un estado de daños que puede llegar al grado de desastre; por ejemplo, sismos, huracanes, incendios, etcétera. También se le llama calamidad, fenómeno destructivo o sistema perturbador.

Alarma: Ultimo de los tres posibles estados de mando que se producen en la fase de emergencia del subprograma de auxilio (prealerta, alerta y alarma).

Amenaza: Riesgo inminente de ocurrencia de un desastre. Signo de peligro, desgracia o molestia.

Atención de la emergencia: Consiste en la ejecución de las medidas necesarias para salvar vidas humanas, rescatar bienes y regularizar el funcionamiento de los servicios, con base en el plan de emergencia del subprograma de auxilio.

Autoprotección: Acción y efecto de contribuir a la protección de sí mismo, de la familia y de la comunidad, para disminuir los daños en su persona y la perdida de bienes o su menoscabo en caso de ocurrir algún desastre.

Combustibles: Cualquier material sólido, líquido o gaseoso que al combinarse con un comburente y en contacto con una fuente de calor, arde desprendiendo luz y calor propios.

Contingencia: Posibilidad de ocurrencia de una calamidad que permite preverla y estimar su evolución y probable intensidad de sus efectos, si las condiciones se mantienen invariables.

Coordinación de emergencia: función del subprograma de auxilio que consiste en el establecimiento de sistemas y mecanismos para la coordinación de los organismos, sectores y recursos, así como las acciones de auxilio que se llevan a cabo al impacto de una calamidad.

Daño: Menoscabo o deterioro inferido a elementos físicos de la persona o del medio ambiente, como consecuencia del impacto de un agente perturbador sobre un sistema afectable (población y entorno).

Desastre: Evento concentrado en tiempo y espacio, en el cual la sociedad o una parte de ella sufre un severo daño e incurre en pérdidas para sus miembros, de tal manera que la estructura social se desajusta e impide el cumplimiento de sus actividades esenciales, afectando el funcionamiento vital de la misma.

Diagnóstico: Proceso de acercamiento gradual al conocimiento analítico de un hecho o de un problema, que permite destacar los elementos más significativos en la realidad analizada. El diagnostico de un lugar determinado permite conocer los riesgos a que está expuesto por la eventual ocurrencia de una calamidad.

Ejercicio: Prueba práctica de un procedimiento de actuación, establecido dentro de un plan de emergencia y realizado con fines de capacitación (se realiza únicamente con recursos propios.).

Emergencia: Situación o condición anormal que puede causar un daño a la sociedad y propiciar un riesgo excesivo para la salud y la seguridad de la población, sus bienes y entorno.

Equipo contra incendio: Conjunto de aparatos y dispositivos que se utilizan para la prevención, control y combate de incendios.

Escenario de desastre: Presentación de situaciones y actos simultáneos o sucesivos que, en conjunto, constituyen la representación de un accidente o desastre simulado.

Estrategia: Principios y rutas fundamentales que se establecen y orientan para alcanzar un objetivo.

Evacuación: Procedimiento de: medida de seguridad por alejamiento de la población de la zona de peligro, en la cual debe preverse la colaboración de la población civil, de manera individual en grupos. En su programación, el procedimiento de evacuación debe considerar, entre otros aspectos: el desarrollo de las misiones de salvamento, socorro y asistencia social; los medios, los itinerarios y las zonas de seguridad y concentración o destino; la documentación del transporte para los niños; las instrucciones para el equipo familiar, además del esquema para el regreso al lugar de origen, una vez superada la situación de emergencia.

Evaluación del ejercicio o simulacro: Reunión convocada para discutir entorno a sucesos y acciones producidos durante un entrenamiento, un ejercicio o un simulacro totalmente integrado. Su objetivo principal consiste en señalar los detalles significativos observados durante el ejercicio y asegurarse que se programe la rectificación en el momento oportuno.

Explosión: Fenómeno originado por la expansión violenta de gases, se produce a partir de una reacción química, por ignición o calentamiento de algunos materiales, se manifiesta en forma de liberación de energía y da lugar a la aparición de efectos acústicos, térmicos y mecánicos.

Explosivos: Materiales que, por una reacción química, por ignición o por calentamiento producen una explosión.

Extintor portátil o móvil: Equipo para combatir conatos de incendio.

Fuego: Reacción química con manifestación de luz, calor y gases.

Identificación de riesgos: Reconocimiento y localización de los probables daños que pueden ocurrir en los sistemas afectables (población y entorno), bajo el entorno de los fenómenos perturbadores a que están expuestos.

Incendio: Fuego que se desarrolla sin control en tiempo y espacio.

Pre hospitalario: Instalación que comprende todas las unidades médicas y paramédicas que actúan en emergencias, incluyendo sus bases y elementos móviles, antes del ingreso de las víctimas a un centro hospitalario.

Prevención: Uno de los objetivos básicos de la protección civil, se traduce en el conjunto de disposiciones y medidas anticipadas, cuya finalidad estriba en impedir o disminuir los efectos que se producen con motivo de la ocurrencia de calamidades.

Protección civil: Acción solidaria y participativa de los diversos sectores que integran la sociedad, junto y bajo la dirección de la administración pública.

Riesgo: Posibilidad de peligro o contingencia de que se produzca un daño.

Salida de emergencia: Salida independiente a las de uso normal que se emplea para evacuar al personal en caso de peligro.

Simulacro: Es la representación gráfica de las acciones previamente planeadas para enfrentar una calamidad mediante la simulación de un desastre, implica el montaje de un escenario en un terreno especifico, diseñado a partir del procesamiento y estudio de información confiable y de las probabilidades con respecto al riesgo y a la vulnerabilidad de los sistemas afectables.

Simulacro de gabinete: Primera fase del simulacro o fase de recabación de información, estudio y planeación de un simulacro (incluye un ejercicio sin despliegue de recursos.).

Simulacro operativo: Segunda fase del simulacro o fase de realización, en esta fase se lleva a la práctica el simulacro (requiere la utilización de recursos propios y de apoyo externo.).

Siniestro: Hecho funesto, daño grave, destrucción fortuita o pérdida importante que sufren los seres humanos en su persona o en sus bienes, causados por la presencia de un agente perturbador.

Sistema afectable o sistema expuesto: Denominación genérica que recibe todo sistema integrado por el hombre y por los elementos que este necesita para su subsistencia, sobre el cual pueden materializarse los efectos de una calamidad.

Soporte vital: Medidas técnicamente estandarizadas de apoyo a las funciones vitales de una víctima o paciente.

Víctima: Persona que ha sufrido la pérdida de la salud en sus aspectos físicos, psíquicos o sociales, a causa de un accidente o desastre.

Voluntario: Persona que por propia voluntad participa en las actividades operativas de protección civil, debe recibir la capacitación básica para que pueda realizar las labores que se le encomienden.

Zona de seguridad: Superficie protegida, cercana a un foco de desastre, donde las víctimas o sus bienes tienen baja probabilidad de resultar lesionados o dañados.