

# MANUAL PROVINCIAL DE PROTECCIÓN CIVIL FAMILIAR



**Santa Cruz**  
Gobierno de la provincia

MINISTERIO  
DE SEGURIDAD

# AUTORIDADES

**Gobernadora de la Provincia  
de Santa Cruz**  
Dra. Alicia KIRCHNER

**Vicegobernador**  
CP. Eugenio QUIROGA

**Ministro de Seguridad**  
Sr. Luca PRATTI

**Subsecretario de Protección Civil y  
Abordaje Integral de Emergencias y  
Catástrofes**  
Sr. Diego FARÍAS

**Subsecretaría de Formación,  
Capacitación y Análisis de la  
Información Criminal**  
Mg. Pablo CANOBRA

# CREADO POR

**Subsecretario de Protección Civil y  
Abordaje Integral de Emergencias y  
Catástrofes**

**Sr. Diego FARÍAS**

**Director Provincial de Reducción de  
Riesgos de Desastres**

**Sr. Hernán NAHUEL**

**Directora de Análisis del Riesgo,  
Mitigación y Recuperación**

**Sra. Yésica SUÁREZ CANO**

# COLABORADORES

**Subsecretaría de Formación,  
Capacitación y Análisis de la  
Información Criminal**

**Mg. Pablo CANOBRA**

**Dirección Provincial de Comunicación  
Institucional**

**Lic. Melanie RUSSO**

**Tec. Leonardo TRONCOSO**

**Lic. Ignacio DOMINGUEZ**

# ÍNDICE

## 1.INTRODUCCIÓN

## 2.OBJETIVOS

- Objetivos Generales
- Objetivos Específicos

## 3. GUÍA PARA ELABORAR EL MANUAL FAMILIAR DE PROTECCIÓN CIVIL

- Informarse
- Hacer un plan
- Preparar equipo de suministros para emergencia

## 4. REFERENCIAS WEB GRÁFICAS

# COMUNIDADES MÁS SEGURAS



El Manual Familiar de Protección Civil genera condiciones apropiadas de seguridad frente a los diversos riesgos existentes. Es el conjunto de actividades que los miembros de una familia deben realizar para estar preparada y responder ante una situación de emergencia y/o desastre.

En la elaboración de este manual deben participar todas las personas que viven y trabajan en la comunidad, incluyendo diferentes géneros, edades y clases sociales. Las emergencias o catástrofes pueden ocurrir en cualquier momento o lugar y sin previo aviso, por lo que es importante que elabores tu plan familiar para estar preparado y responder adecuadamente a una posible situación de riesgo y/o siniestro.

## OBJETIVOS GENERALES

Ofrecer el manual familiar de Protección Civil como una herramienta útil para que cada familia de nuestra comunidad pueda estar preparada al momento de responder ante una emergencia.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Conocer los servicios de emergencia de su localidad.
- Identificar las amenazas a las que está expuesta la comunidad.
- Preparar un equipo de suministros para emergencias.
- Responder de manera organizada ante una emergencia o desastre.

# 1- GUÍA PARA ELABORAR EL MANUAL FAMILIAR DE PROTECCIÓN CIVIL

El presente manual puede adaptarse a cualquier situación de emergencia y a las necesidades específicas de cada familia, siguiendo los siguientes pasos:

## A) INFORMARSE



Conozca los números de Emergencias:



**PROTECCIÓN CIVIL 103 - 420042**



**POLICÍA 101**



**BOMBEROS 100 - 420232**



**SALUD 107**

**Conozca los medios oficiales de comunicación en caso de emergencia y/o catástrofes de las autoridades locales y provinciales:**

**Facebook oficial** de la Subsecretaría de Protección Civil y Abordaje Integral de Emergencias y Catástrofes de la provincia de Santa Cruz: <https://www.facebook.com/proteccioncivil.santacruz>

**Facebook oficial del Ministerio de Seguridad de la provincia de Santa Cruz** <https://www.facebook.com/Minseguridadsantacruz>

**Facebook oficial** del Gobierno de la provincia de Santa Cruz: <https://www.facebook.com/SantaCruzAR>

# Conozca de primeros auxilios: diferencia entre urgencia y emergencia, y las maniobras de RCP y HEIMLICH

**Emergencia:** es toda situación que puede llevar a la muerte del paciente en los primeros 15 minutos.

**Urgencia:** es toda situación que nos da un tiempo prudencial de atención para el paciente, que no nos va a llevar a la muerte.

**Maniobra de Heimlich:** se realiza cuando a una persona se le puede quedar atorado en la garganta un elemento (alimento u objeto), lo que puede impedir que le llegue oxígeno a los pulmones, es decir, tiene obstruida la vía aérea de manera total.

Ante una situación así, debemos proceder de inmediato para evitar que la persona se asfixie.

## MANIOBRA DE HEIMBLICH EN BEBÉS

- Si el chico balbucea, llora, habla o tose, significa que le pasa aire por la garganta. Probablemente tiene una obstrucción parcial.
- Dejá que el chiquito tosa naturalmente. No le golpees la espalda ni le des agua, porque se puede mover el objeto y complicar la obstrucción.
- Si no expulsa el objeto, hacele la maniobra de Heimlich.

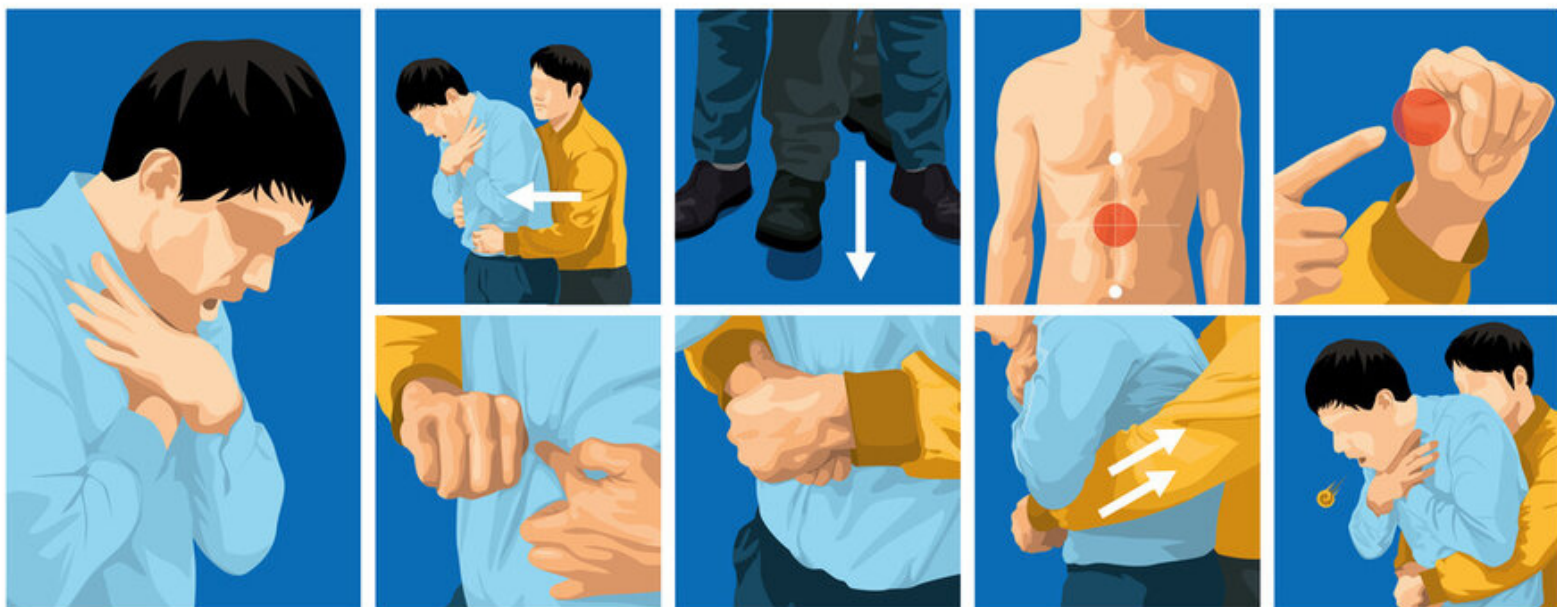




Cuando una persona se atraganta y no puede respirar, generalmente se lleva las manos al cuello y se le enrojecen el rostro y el cuello.

### Procede del siguiente modo:

1. Abrazá a la persona por la espalda y por debajo de sus brazos.
2. Poné una de tus manos en puño cerrado cuatro dedos encima de su ombligo, en la línea media del estómago.
3. Colocá tu otra mano sobre el puño.
4. Recliná tu cuerpo un poco hacia delante.
5. Hacé presión sobre el abdomen en sentido hacia atrás y arriba.
6. Continúa la maniobra hasta que salga el objeto que obstruye.



# REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR (RCP)

La Reanimación Cardiopulmonar (RCP) es una maniobra de emergencia. Consiste en aplicar presión rítmica sobre el pecho de una persona que haya sufrido un paro cardiorrespiratorio para que el oxígeno pueda seguir llegando a sus órganos vitales.

El inicio inmediato de RCP por parte de alguien entrenado, aunque no sea un profesional, puede aumentar en un 40% las posibilidades de supervivencia de los afectados.



**SOLICITE A LA DIRECCIÓN DE CAPACITACIONES DE LA SUBSECRETARÍA DE PROTECCIÓN CIVIL CURSO DE PRIMEROS AUXILIOS, O.V.A Y R.CP**

## QUÉ HACER SI ALGUIEN SUFRE UN PARO CARDIO-RESPIRATORIO

- 1- Evaluá el estado de conciencia de la persona.**
- 2-Llamá a emergencias o pedí a otra persona que lo haga.**
- 3-Iniciá las maniobras de RCP.**
- 4-Reevaluá el estado de la persona.**

# REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR EN BEBÉS

- Evalúalo: observá si respira; fijate si hay movimiento del pecho.
- Colocá al bebé con cuidado boca arriba sobre una superficie rígida, o sostenelo firmemente usando tu brazo o pierna.
- Si no respira, no respira normalmente (jadeo) o no reacciona: iniciá la RCP y pedile a un tercero que llame a emergencias y solicite traer un DEA. Si estás solo, hacé dos (2) minutos de RCP, llamá a emergencias y continuá con las maniobras hasta la llegada de la ayuda médica.
- Realizá compresiones ininterrumpidas, aplicá presión hacia abajo, comprimiendo 4 cms de profundidad. Tenés que hacer entre 100 y 120 compresiones por minuto.
- Reevaluá al bebé y, si no hay recuperación continuá con las compresiones hasta que llegue la ayuda médica.
- Si comienza a respirar por sí mismo, colócalo en posición de recuperación (lateral), evaluándolo permanentemente hasta que llegue la ayuda.

# REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR EN ADULTOS

Evaluá el estado de conciencia de la víctima: movela suavemente de los hombros y preguntale en voz alta ¿Me escuchás?, ¿Te sentís bien?; Si no responde, no respira, jadea o respira con dificultad, continuá con los siguientes pasos:

- Llamá al número de emergencias o pedí a otra persona que lo haga.
- Iniciá la maniobra de reanimación cardiopulmonar (RPC)

## Reevaluá el estado de la persona:

- Si no recupera la conciencia continuá con las compresiones hasta que llegue el equipo de emergencias.
- Si la persona recupera la conciencia, colocala de costado o posición de recuperación (lateral) hasta que llegue el equipo de emergencias.



Evaluar estado de la víctima



Llamar a emergencias



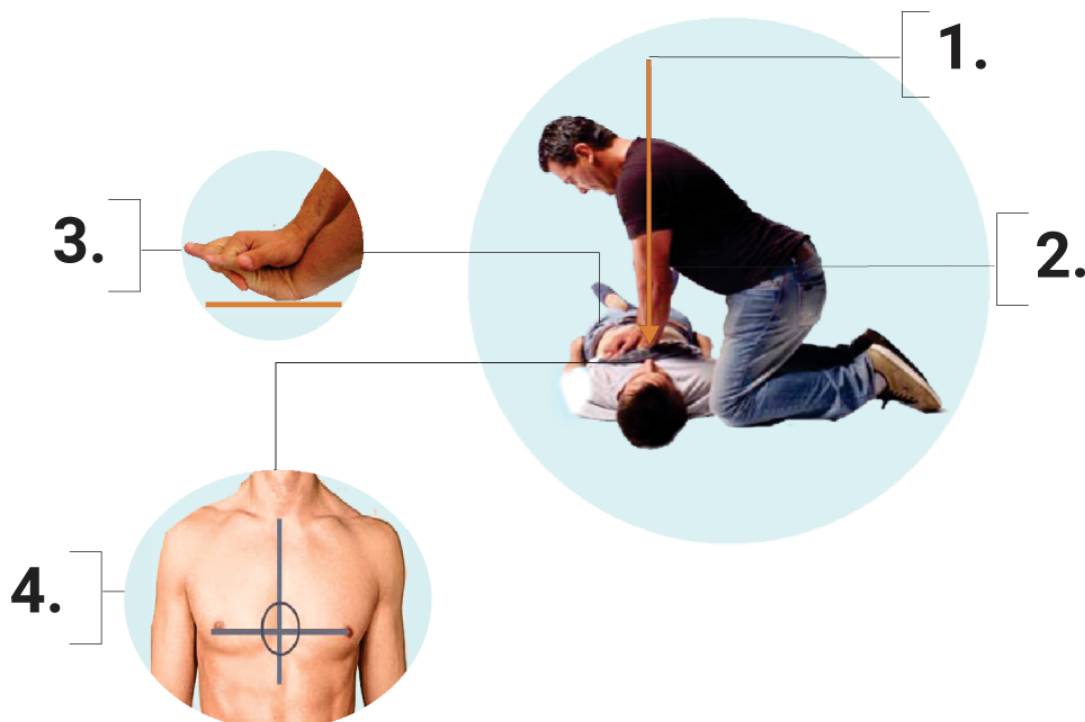
Maniobra de rehabilitación



Evaluar estado de la víctima

# PASOS PARA REALIZAR LA MANIOBRA

- Comprímí hacia abajo el tórax de la persona hasta hundirlo entre 5 a 6 cms.
- Mantené siempre los brazos extendidos. Apoyá el talón de una mano en el centro inferior del esternón. Colocá el talón de la otra mano sobre la primera y entrelazá tus dedos.
- Zona donde se deben realizar las compresiones: realizá compresiones ininterrumpidas, aplicá presión hacia abajo, comprimiendo al menos 5cm de profundidad. Tenés que hacer entre 100 y 120 compresiones por minuto.



# CÓMO UTILIZAR EXTINTORES PORTÁTILES

SOLICITE A LA SUBSECRETARÍA DE PROTECCIÓN CIVIL Y ABORDAJE INTEGRAL DE EMERGENCIAS Y CATASTROFES EL CURSO DE MANEJO BÁSICO DE EXTINTORES

Extintores portátiles contra incendios: asegúrese que todos sepan dónde se encuentra y cómo utilizar el extintor de incendios (tipo ABC).



# CUÁLES SON LOS PELIGROS ESPECÍFICOS QUE AMENAZAN A SU COMUNIDAD

## SI OCURRE UN DESASTRE:

- En caso de emergencia y/o desastre, siga las indicaciones de las autoridades locales, provinciales o nacionales. Recuerde consultar los medios de comunicación oficiales de su comunidad.
- Si le recomiendan refugiarse, hágalo de inmediato
- Si le indican evacuar la zona:
- Visite o escuche los medios de comunicación oficiales para tomar conocimiento de los refugios de emergencia y seguir las indicaciones de las autoridades en caso de una emergencia.
- Lleve su equipo de suministros de emergencia y use ropa y calzado adecuado.



## DESPUÉS DE UN DESASTRE:

- Obtenga ayuda para quienes hayan sufrido lesiones graves y dé primeros auxilios si tiene conocimiento.
- Si se encuentra en su hogar, verifique si hubo daños utilizando linternas a pilas o baterías. No encienda interruptores eléctricos, velas ni fósforos.
- Verifique que no haya incendios, daños en las instalaciones eléctricas y otros peligros del hogar.
- Verifique que no haya escapes de gas. En caso de oler a gas, cierre la llave principal, abra las ventanas y evacue el hogar.
- Desconecte los servicios públicos dañados
- Manténgase alejado de cables caídos
- Verifique cómo se encuentran sus vecinos
- Llame al contacto de emergencia fuera de su ciudad
- Vea o escuche información de los medios de comunicación oficiales para conocer los lugares donde podrá recibir asistencia



# QUÉ SON LOS ACCIDENTES DOMÉSTICOS

Los accidentes domésticos son acontecimientos fortuitos que ocurren en casa, ajenos a nuestra voluntad y con frecuencia producen lesiones. La cocina y el baño son los lugares donde se producen los accidentes más comunes en el hogar.

**Accidentes más comunes en el hogar:** los accidentes domésticos más comunes son las caídas en las escaleras, en el baño o en las habitaciones. También los golpes los cortes y las quemaduras; las intoxicaciones con productos de limpieza o medicamentos, los atragantamientos y las lesiones con contacto con la electricidad.

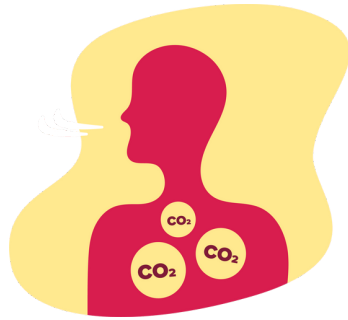


## RECOMENDACIONES ANTE ACCIDENTES DOMÉSTICOS

- No sobrecargar zapatillas eléctricas.
- Desconectar los enchufes sin tirar del cable.
- Ante cualquier arreglo eléctrico, se recomienda cortar la electricidad.
- Contratar un electricista matriculado para los trabajos eléctricos del hogar.
- Revisar el estado de los artefactos y cables.
- En zonas húmedas como la cocina o el baño, prestar suma atención al lugar donde colocamos equipos eléctricos.
- Buena iluminación en casa para evitar caídas innecesarias.
- Utilizar escaleras seguras y estables.
- Mantener el orden y limpieza de la casa para no tropezarnos con algún objeto.
- Lavá bien los alimentos y utilizá un cuchillo diferente para las carnes y vegetales, para evitar la contaminación.
- Si se rompió algún elemento de vidrio, procurá recolectar los pedazos de vidrio rápidamente.
- En la cocina recomendamos dejar el mango de las sartenes o asas de ollas del lado de adentro de la cocina para evitar accidentes en el hogar por quemaduras con agua hirviendo; utilizar guantes para retirar alimentos del horno y no dejar ollas sin vigilancia para prevenir posibles incendios.
- Vigilá a los niños en todo momento. Siempre deben contar con la supervisión de un adulto.

# QUÉ ES EL MONÓXIDO DE CARBONO

El monóxido de carbono es un gas muy tóxico para las personas y los animales. Ingresa al organismo a través de los pulmones y desde allí pasa a la sangre, ocupando el lugar del oxígeno. Reduce la capacidad para transportar oxígeno de la sangre y hace que las células no puedan utilizar el oxígeno que les llega. La falta de oxígeno afecta principalmente al cerebro y al corazón.



## RECOMENDACIONES PARA PREVENIR INTOXICACIÓN POR MONÓXIDO

Es muy importante la correcta evacuación de gases al exterior. Esto evitará la acumulación de gases tóxicos en el interior de las viviendas. Por eso es fundamental el control de la instalación y el buen funcionamiento de artefactos y además:

- Mantener los ambientes bien ventilados.
- Si se encienden brasas o llamas de cualquier tipo, no dormir con éstas encendidas. Siempre apagarlas fuera de la casa.
- No usar el horno y hornallas de la cocina para calefaccionar el ambiente.
- No mantener recipientes con agua sobre la estufa, cocina u otra fuente de calor.
- El calefón no debe estar en el baño, ni en espacios cerrados o mal ventilados.
- No encender motores a combustión (grupos electrógenos, motosierras, etc.) en ambientes cerrados, en sótanos o garajes.
- En caso de intoxicación por monóxido de carbono: abrir puertas y ventanas para ventilar, retirarse o retirar a la víctima del lugar contaminado para respirar aire fresco y llevar a la víctima rápidamente al Hospital, o al Centro asistencial más próximo, aunque haya recuperado el conocimiento.



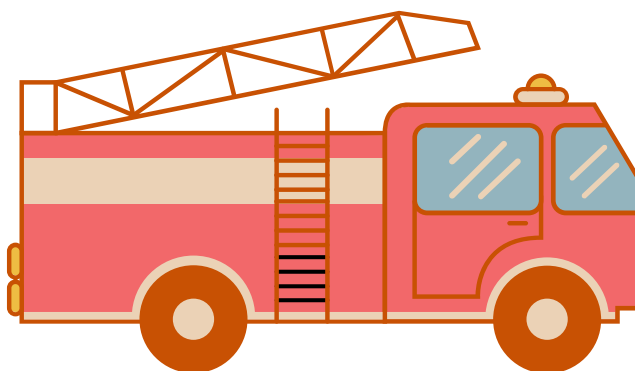
# QUÉ ES UN INCENDIO ESTRUCTURAL

Un incendio estructural corresponde a aquel tipo de incendio que se produce en casas, edificios, locales comerciales, etc.

La gran mayoría de los incendios estructurales son provocados por el hombre, ya sea por negligencias, descuidos en el uso del fuego o por falta de mantención del sistema eléctrico y de gas.

## RECOMENDACIONES ANTE UN INCENDIO

- Llamá a bomberos.
- Debés salir de tu casa inmediatamente.
- Para hacerlo, agáchate, gatea y buscá una salida.
- Si sientes olor a gas, cierra las llaves de paso, no enciendas fósforos ni prendas aparatos eléctricos y ventilá el lugar. En caso de que el olor persista, llamá a los bomberos.
- No utilices ascensores.
- Antes de abrir una puerta, debes palpar con el dorso de la mano. Si está caliente, no la abras y sal por otro camino.
- Si vas abrir una puerta, hazlo con cuidado, con tu hombro contra la puerta y empujándola lentamente.
- Si al hacerlo entra humo y calor, ciérrala y busca una vía de escape alternativa.
- Después de salir de una pieza, asegúrate de que no quede nadie en su interior y cierra bien la puerta.
- Una vez que estés afuera, llamá a bomberos (100) o solicitá que alguien los llame.
- No regreses a tu hogar hasta que las autoridades te indiquen que es seguro hacerlo.
- SI NO PUEDES EVACUAR llamá a bomberos (100) solicitando que te rescaten, indicando en qué situación y dónde te encuentras.
- Remueve cortinas y otros artículos combustibles que estén cerca del fuego.





# QUÉ ES UNA INUNDACIÓN

Una inundación corresponde a un rápido ascenso del nivel del agua, generando caudales inusuales que cubren o llenan superficies de terreno que normalmente son secas.

La principal causa de las inundaciones son las precipitaciones intensas en un corto período de tiempo.

## RECOMENDACIONES ANTE UNA INUNDACIÓN

- Si vives en un sector cercano a un lago, laguna, río o quebrada, ante un aumento de caudal o inundación aléjate de la zona de peligro.
- Desconectá el interruptor general del sistema eléctrico, cortá el gas y el agua.
- Evacúa tu vivienda, si no puedes hacerlo, abandoná las plantas bajas y dirígete a los pisos superiores o estructuras elevadas.
- No transites en zonas o caminos inundados. Caminá por lugares altos y libres de agua.
- Evitá cruzar por calles anegadas o inundadas.
- Regresá a tu hogar cuando las autoridades lo indiquen.
- Al volver, verificá las instalaciones eléctricas, de gas y agua e iniciá la limpieza y desinfección de tu vivienda.
- No consumas agua hasta que las autoridades indiquen que es seguro hacerlo.
- Eliminá alimentos que estuvieron en contacto con el agua de la inundación.



# QUÉ ES UN SISMO

Un sismo es un movimiento de la superficie terrestre. Es un proceso de liberación súbita de una gran cantidad de energía debido principalmente al roce de placas tectónicas, fallas geológicas o por actividades volcánicas.

## RECOMENDACIONES ANTE UN SISMO

- Mantén la calma y ubícate en un Lugar de Protección Sísmica.
- Aléjate de ventanas, repisas o de cualquier utensilio, artefacto u objeto que pueda caer.
- Protégete y afírmate debajo de un elemento firme. Si no es posible ubicarse debajo, ubícate junto a él.
- Cortá la energía eléctrica de tú vivienda y cerrá las llaves de paso de agua y gas.
- Si estás en la calle, aléjate de los edificios, postes y cables eléctricos.
- Si estás en un evento de asistencia masiva, mantén la calma y quédate en tu lugar, protege tu cabeza y cuello con los brazos. Sigue las instrucciones de los encargados de seguridad.
- Al evacuar un edificio, hazlo por la escalera de emergencia, no utilices ascensores.
- Si te quedas encerrado o atrapado, mantén la calma y pide auxilio.



# QUÉ ES UNA NEVADA

Las nubes que producen la nieve son las mismas que producen la lluvia, pues uno y otro tipo de precipitación se diferencian únicamente por la temperatura del aire. La nieve se produce cuando la temperatura del aire es inferior a 0°C.



## RECOMENDACIONES ANTE NEVADAS

- Vestir ropa de abrigo y calzado cerrado. Mantén tus manos, cuello y cabeza protegidos.
- Aumentar el consumo de proteínas (como frutos secos) y frutas ricas en vitamina C (como cítricos). Beber líquidos calientes para mantener la temperatura corporal.
- Evitar cambios bruscos de temperatura.
- Si requieres movilizarte y no puedes usar vehículos motorizados en caminos cubiertos con nieve, utilizá medios alternativos de transporte.
- Limpiar la nieve acumulada en techos y estructuras que puedan colapsar debido al peso adicional.
- Cubrir cañerías para evitar que se congelen.
- Limpiar y despejar caminos de acceso a tu vivienda
- Evitar salir del hogar si no es necesario.
- Tener precaución al caminar y permanecer atento a las condiciones del terreno.
- Al conducir, infórmate de las condiciones de la ruta y siempre movilizate acompañado. Manejar con precaución y mantener una distancia prudente con otros vehículos.
- Utilizá cadenas y/o cubiertas con clavos y encender las luces. Evitar la conducción durante la noche.
- Si una tormenta de nieve o ventisca se presenta mientras conduces: detenerse en un lugar seguro, y encender las luces intermitentes del vehículo. Esperar que mejoren las condiciones para continuar.

# QUÉ ES UNA OLA DE CALOR

Es cuando durante tres o más días consecutivos la temperatura máxima diaria de una localidad es igual o mayor a la temperatura máxima promedio mensual (entre noviembre y marzo). Si el evento se presenta por cinco o más días continuos, se denomina ola de calor extrema.

## RECOMENDACIONES ANTE OLAS DE CALOR

- Beber líquidos constantemente, aunque no sientas sed; priorizar el consumo de agua, evitando las bebidas alcohólicas y azucaradas. Evitar comidas altas en calorías y aumentar el consumo de frutas y verduras.
- Mantener el interior de tu hogar a una temperatura más baja que el exterior, bajando cortinas, cerrando o abriendo ventanas.
- Evitar exponerte al sol durante las horas centrales del día (11:00 a 17:00 hrs máxima radiación ultravioleta). En caso de exposición, usar protección solar, complementada con el uso de sombrero, lentes de sol y/o sombrilla.
- Descansar con frecuencia.
- Usar ropa ligera, holgada, de colores claros y evitar las telas sintéticas.



# QUÉ SON LOS VIENTOS FUERTES

Son considerados cuando la velocidad del viento supera los umbrales de alerta emitidos por el Servicio Meteorológico Nacional.



## RECOMENDACIONES ANTE VIENTOS FUERTES

- Cerrar y asegurar puertas y ventanas. Retirar macetas y todos aquellos objetos que puedan caer a la calle y provocar un accidente.
- Evitá realizar actividades al aire libre.
- No refugiarse cerca de árboles y postes de electricidad que puedan caerse. Buscar un lugar seguro bajo techo.
- Si va a viajar, infórmese de las condiciones meteorológicas de la zona a la que se dirige.



# 3.PROCEDIMIENTO GENERAL DE EVACUACIÓN

## Recomendaciones evacuación:

- Todos los integrantes del establecimiento dejarán de realizar sus tareas diarias y se prepararán para esperar la orden de evacuación si fuese necesario.
- Conservar y promover la calma.
- Todos los integrantes del establecimiento deberán obedecer la orden del monitor de apoyo y coordinador de área o piso.
- Se dirigirán hacia la zona de seguridad, por la vía de evacuación que se le indique.
- No corra, no grite y no empuje.
- Si el establecimiento cuenta con más de un piso y usted se encuentra en otro, evacue con alumnos u otras personas que se encuentren en él y diríjase a la zona de seguridad. No se utilizarán los ascensores, si estos existen. Procure usar pasamanos en el caso de escaleras.
- En el caso de existir personas con algún tipo de discapacidad, procure ayudarlo en la actividad de evacuación.
- Si hay humo o gases en el camino, proteja sus vías respiratorias y si es necesario avance agachado.
- Evite llevar objetos en sus manos.
- Una vez en la zona de seguridad, permanezca ahí hasta recibir instrucciones del personal a cargo de la evacuación.
- Todo abandono de la instalación hacia el exterior deberá ser iniciado a partir de la orden del coordinador general.
- No regrese para recoger objetos personales.



## B) HACER UN PLAN

La elaboración del plan familiar requiere que todos los miembros de una familia participen y lo hagan de manera coordinada, lo que permite que las personas que viven en el hogar conozcan el rol que deben cumplir.

### Documentación y listado de la familia con números de contactos de cada uno/lugar de trabajo

- Tener una lista con la información clave del grupo familiar, incluyendo documentos importantes y condiciones médicas e indicando quienes de tu grupo familiar necesitan mayor atención ante una situación especial.
- Incluir la información de contacto de los miembros de la familia, el lugar de trabajo y la escuela.
- **ASIGNAR UN CONTACTO DE EMERGENCIA:** pida a un amigo o familiar que sea su persona de contacto en caso de emergencias; los miembros de la familia deberán llamar a esta persona diciéndole dónde se encuentran.
- Enseñe a sus hijos cómo y cuándo llamar a los números de emergencias y busque diferentes formas de comunicarse en caso de estar separados al momento de la emergencia.

PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIA	Ficha de Identificación
<b>NOMBRE DE CONTACTO EN CASO DE EMERGENCIA</b> .....	Nombre: .....
<b>TELÉFONO EN CASO DE EMERGENCIA O DESASTRE</b> .....	Fecha de Nacimiento: .....
<b>LUGAR DE CONTACTO EN EL BARRIO / COMUNIDAD</b> .....	Dni: ..... Edad: .....
<b>LUGAR DE CONTACTO FUERA DEL BARRIO/ COMUNIDAD</b> .....	Alergias o Padecimientos Médicos ( ) Si ( ) No Especifique: .....
<b>INFORMACIÓN IMPORTANTE</b> .....	<b>Datos Familiares</b>
	Nombre de la madre: .....
	Ocupación: ..... Teléfono: .....
	Nombre del padre: .....
	Ocupación: ..... Teléfono: .....
	Domicilio: .....
	En caso de No localizar a los padres llamar a: .....
	Teléfono: ..... Parentesco: .....

**Conocé los riesgos dentro y fuera del hogar: en una emergencia, los materiales, instalaciones o muebles de la casa pueden causar daños o lesiones.**

**Es importante identificar los lugares que involucran peligros para poder reducir los riesgos:**

- Revisá el estado de tu casa.
- Verificá con un experto las instalaciones de agua, gas y energía eléctrica. Asegúrese que todos los miembros de la familia sepan cómo y cuándo desconectar el agua, gas y la electricidad usando los interruptores principales, llaves de paso o válvulas.
- Asegurá los muebles que se puedan caer. Coloque los objetos grandes y pesados en estantes más bajos, y cuelgue cuadros y espejos lejos de las camas.
- Guarde los productos inflamables lejos de las fuentes de calor.
- Identificá los lugares que involucran peligro dentro del hogar: paredes con roturas, desniveles en el piso, cables sueltos, desagües sin tapa, entre otros.
- Identificá los peligros que puedan presentarse alrededor de tu casa: si está ubicada cerca de una laguna, redes de gas, edificios en mal estado, cables eléctricos colgando o cerca de árboles con posibilidad de caerse, entre otros.



## Rutas de salida del hogar: asegúrese de que todos los miembros de la familia conozcan las rutas de escape de su vivienda y cuáles son los lugares seguros de la casa:

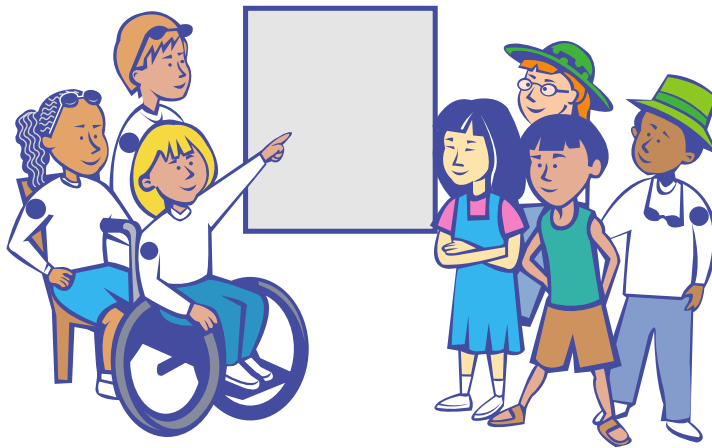
- Dibuje el plano de cada piso de su vivienda.
- Indique ubicación de puertas, ventanas, escaleras, muebles grandes, extintor de incendios, botiquines de primeros auxilios, equipo de suministros para desastres y llaves de paso de los servicios.
- Indique la ruta de evacuación desde cada habitación.
- Señale un lugar en el exterior de la vivienda donde las personas que viven en su casa deben reunirse en caso de evacuar.



## Haga un plan para las personas con discapacidad y/o que requieran algún tipo de asistencia o colaboración:

En caso de emergencia, las personas con discapacidad son más vulnerables que el resto, bien sea por verse afectadas por dificultades de movilidad o por cualquier otro tipo de limitaciones sensoriales que puedan influir en la percepción de la situación.

Es recomendable que estas personas estén ubicadas en plantas con salida directa al exterior del edificio y que verifique que las salidas de la vivienda sean accesibles.



## Haga un plan para sus mascotas:

Llévese sus animales si tiene que desalojar su casa. En caso de que no permitan mascotas en refugios públicos, prepare una lista de familiares, amigos y lugares de alojamiento que puedan brindar refugio a sus mascotas en una emergencia.



# PREPARAR EQUIPO DE SUMINISTROS PARA EMERGENCIAS

Ante una emergencia, deberá contar con provisiones básicas, para poder realizar la evacuación de manera preparada y organizada. Recomendamos preparar uno o más equipos de suministros, mantenerlos al día y en un lugar de fácil acceso para casos de desastres.



EQUIPO DE SUMINISTROS PARA EMERGENCIAS

## Equipo de suministros básicos de emergencia:

- Agua para tres días: considerará dos litros por persona al día (incluye botellas chicas que son más fáciles de trasladar).
- Alimentos no perecederos para tres días (comida enlatada, energética, azúcar, sal, entre otros).
- Linterna y pilas de repuesto.
- Radio portátil y pilas o baterías de repuesto.
- Botiquín de primeros auxilios.
- Artículos sanitarios y de higiene personal: toallitas o loción antiséptica para manos, alcohol en gel para manos, papel higiénico, artículos de aseo, entre otros.
- Velas, encendedores o fósforos.
- Silbato.
- Cambio de ropa y mantas.
- Artículos y utensilios de cocina.
- Fotocopias de documentos de identidad y tarjetas de crédito.
- Considerará las necesidades de niños, tercera edad y discapacitados.
- Dinero en efectivo.
- Herramientas básicas.
- Suministros para mascotas.

# REFERENCIAS WEB GRÁFICAS

- FEMA (Federal Emergency Management Agency) – Family Emergency Plan- Estados Unidos.
- Plan Familiar de Emergencia “La seguridad empieza en casa”. Perú – Instituto Nacional de Defensa Civil.
- ONEMI - <https://www.onemi.gov.cl/chile-preparado/>
- Plan Familiar de Emergencia “La seguridad empieza en casa”. SINAGIR Argentina - <https://www.argentina.gob.ar/sinagir/plan-familiar-de-emergencias>
- Manual de tomadores de decisiones del Servicio Meteorológico Nacional
- MANUAL de PRIMEROS AUXILIOS Y PREVENCIÓN de LESIONES - Dirección Nacional de Emergencias Sanitarias - Ministerio de Salud de la Nación Argentina
- Intoxicación por monóxido de carbono - <https://www.argentina.gob.ar/salud/glosario/intoxicacionpormonoxidodecarbono>