



2.0 SUBPROGRAMA DE AUXILIO.

Este procedimiento solo se trata de un ejemplo, de UNIVERSIDAD VIRTUAL DEL ESTADO DE GUANAJUATO

Plan de evaluación de daños

El coordinador general, evaluará conjuntamente con las autoridades responsables y municipales los daños ocasionados, por el siniestro, determinando un plan de actuar a efecto de evitar mayores desastres en el lugar que puedan ocasionar daños posteriores tanto en el inmueble, como aledaños y personas que concurren al inmueble.

El proceso de actividades que se deben realizar para la activación del plan de alerta miento son las siguientes:

- A. La notificación de la emergencia puede provenir de varias fuentes de información tales como: anónimas, policía, bomberos, trabajadores, visitantes, etc.
- B. El personal que recibe la notificación, operador del conmutador, personal en general, de seguridad, etc. se comunica inmediatamente con el Presidente o Secretario de la Unidad Interna de Protección Civil, quien convoca inmediatamente a los Coordinadores y Brigadistas, poniendo en funcionamiento los planes de emergencia que se determinen con base a la información recibida; así como la ubicación del puesto de mando.
- C. la Unidad Interna ubicada en el puesto de mando, evalúa los reportes que recibe de los daños a la población e instalaciones y aplica las acciones a seguir, monitoreando el desarrollo de estas y asignando los recursos de acuerdo a la magnitud y ubicación de la emergencia.
- D. La Unidad Interna, considerando la evaluación de los reportes, determinara el tipo de respuesta, dividiéndose en tres fases.



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

SUBPROGRAMA DE AUXILIO

2.1. Plan de alertamiento.

El proceso de actividades que se deben realizar para la activación del plan de alerta miento son las siguientes:

- A. La notificación de la emergencia puede provenir de varias fuentes de información tales como: anónimas, policía, bomberos, trabajadores, visitantes, etc.
- B. El personal que recibe la notificación, operador del conmutador, personal en general, de seguridad, etc. se comunica inmediatamente con el Presidente o Secretario de la Unidad Interna de Protección Civil, quien convoca inmediatamente a los Coordinadores y Brigadistas, poniendo en funcionamiento los planes de emergencia que se determinen con base a la información recibida; así como la ubicación del puesto de mando.
- C. La Unidad Interna ubicada en el puesto de mando, evalúa los reportes que recibe de los daños a la población e instalaciones y aplica las acciones a seguir, monitoreando el desarrollo de estas y asignando los recursos de acuerdo a la magnitud y ubicación de la emergencia.
- D. La Unidad Interna, considerando la evaluación de los reportes, determinará el tipo de respuesta, dividiéndose en tres fases.

Fase I.

Alerta local, Indica que las funciones de un área o servicio, se encuentra afectada; pero que no se interrumpen las funciones ordinarias del centro laboral.

Fase II.

Alerta zonal, Indica que las funciones de un piso o espacio de mayor magnitud, se encuentran afectadas; poniendo en estado de alerta al resto de las áreas y servicios del centro laboral para una posible evacuación.

Fase III.

Alerta general, indica que las funciones ordinarias del centro laboral, se ven totalmente afectadas, siendo necesaria la evacuación del personal.

- A. La Unidad Interna, en caso de usar sistema de voceo, mediante sonido local, megáfono, etc. utilizará las claves de alerta establecidas.



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

B. La Unidad Interna, en caso de usar sistema sonoro de alerta mediante timbre, chicharra, sirena, silbatos u otro medio se emitirán los sonidos establecidos:

Alerta miento.

Sonido establecido.

Evacuación:

Sonido establecido.

C. Los Brigadistas en las áreas designadas previamente realizaran las funciones establecidas y practicadas, a través de los sistemas voceo y/o sonoros de con que cuenta el centro laboral en caso de emergencia.

D. La Unidad Interna utilizara las fases y las claves de voceo y/o sonoras, para alertar a los Brigadistas.

Fases y claves de alerta por sistema de voceo

Fase 1 Clave ámbar Ubicación del lugar

E. La evacuación de la población por parte de los brigadistas, tiene como propósito trasladar a la población hacia los puntos de reunión y cumplir con las disposiciones del Programa Interno de Protección Civil debiéndose considerar los puntos siguientes:

- Las rutas de evacuaciones deben tener un camino continuo y estar libres de obstáculos.
- El tiempo de evacuación del centro laboral, no debe ser mayor al de 3 minutos.
- La evacuación se debe llevar en forma ordenada y debe existir control de la población en todo momento.
- Los elevadores no deben ser considerados como parte de la ruta de evacuación.
- La evacuación de pacientes o lesionados, requiere desde una, hasta seis personas y en su traslado se pueden usar: sillas de ruedas, camillas, etc. o aplicar las técnicas de levantamiento y/o arrastre en caso de ser necesario.

- La prioridad de evacuación será:
 - ✓ Personal que no sea voluntario, mayor de edad y visitantes que no requieren asistencia.
 - ✓ Personas que caminen con asistencia
 - ✓ Personas que pueden ser movidos por una persona.
 - ✓ Personas que pueden ser movidos por dos o más personas.

F. La Unidad Interna y los Brigadistas considerarán las siguientes etapas para la evacuación de la población del centro laboral.

Etapas 1.

Evacuación horizontal parcial: Traslado de la población a una zona de seguridad fuera del área de riesgo, dentro del mismo nivel y servicio; como corredores, salas de espera, balcones, etc.

Etapas 2.

Evacuación horizontal total: Traslado de la población a una zona de seguridad fuera del área de riesgo y del servicio, pero dentro del mismo nivel; como traslado del ala oriente al poniente del piso.

Etapas 3.

Evacuación vertical: Retiro de la población hacia el exterior de las instalaciones.

Las claves de colores y el alertamiento sonoro son solo ejemplos, cada empresa puede implementar los que en su caso sea práctico y útil de acuerdo a la actividad realizada en el lugar.



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

2.2. PLAN DE EMERGENCIA.

El proceso de actividades que se deben realizar para la activación del plan de emergencia son las siguientes:

- A. El Secretario dependiendo de la magnitud de la emergencia, convocará a los integrantes de la Unidad Interna, para aplicar las acciones a realizar ante la emergencia.
- B. Los integrantes de la Unidad Interna y Brigadistas ejecutaran las acciones seleccionadas y establecidas en el plan de emergencia de Programa Interno para el factor de riesgo que esté afectando al centro laboral.
- C. La Unidad Interna, elaborará un reporte informativo de la emergencia y lo enviará el Secretario con los siguientes puntos:
 - Localización, día y hora de la emergencia.
 - Descripción de los daños a la población, servicios, etc.
 - Acciones realizadas y recursos utilizados en la atención de la emergencia.
 - Estimación del costo de pérdida material.
 - Apoyos requeridos, responsables del reporte y datos para su localización.
 - Documentos complementarios como: acta administrativa, parte de novedades de vigilancia, reporte de bomberos, presupuesto de daños, evidencia fotográfica, Acta del Ministerio Público, etc.
- D. El Presidente, solicitará el apoyo e intervención de la Unidad Municipal de Protección Civil o a Instituciones públicas o privadas de la localidad, cuando la capacidad resolutoria del centro laboral está rebasada por la emergencia.
- E. El Apoyo e intervención de la Unidad Municipal de Protección Civil se podrá realizar a cualquier hora, los 365 días del año, mediante un reporte escrito que incluya la información actualizada del punto C.
- F. La Unidad Interna informará periódicamente los acontecimientos de la emergencia, a la Unidad Municipal de Protección Civil, la cual en caso de considerarlo necesario, dependiendo del efecto y daño ocasionado por el siniestro, dará aviso a las Autoridades a Nivel Estatal, hasta la vuelta a condiciones normales de operación del centro laboral.



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

QUE HACER PARA PREVENIR Y ATENDER LOS INCENDIOS

Medidas preventivas:

- No sobrecargues las líneas eléctricas.
- Evita conectar más de un aparato eléctrico en cada toma de corriente.
- No arrojes cerillos y cigarrillos encendidos a los cestos de basura.
- Evita fumar en áreas restringidas.
- Notifica la presencia de fugas de gas o derrames de líquidos inflamables.
- Identifica las salidas de emergencia, así como los teléfonos de servicios médicos y bomberos más cercanos.

Acciones durante el incendio:

- Trata de conservar la calma y avisa de inmediato a los bomberos y servicio de emergencia.
- Proporciona los datos precisos sobre el incendio (origen o causa, ubicación, y características de la zona afectada).
- Si el incendio es de poca magnitud y sabes usar el extintor, intenta apagarlo.
- Al atacar el fuego, fíjate que el aire no dirija las llamas hacia tí.
- No des la espalda al fuego, hasta estar seguro de que haya sido completamente sofocado.
- Si es posible, cierra las válvulas del gas y baja el interruptor de la luz.
- Cierra puertas y ventanas al alejarte del área donde se localiza el fuego.
- Cúbrete la boca y la nariz con una tela húmeda, si el humo es excesivo, desplázate a gatas para evitar la intoxicación por inhalación de humo.
- Desaloja el inmueble por las rutas de evacuación previamente establecidas.
- No uses elevadores.
- No pierdas tiempo en buscar objetos personales.

Acciones si quedas atrapado:

- Mantén la calma, localiza una pared y avanza a lo largo de ella.
- Aléjate lo más posible del fuego.
- No abras puertas si notas que están calientes.
- Ubícate en un sitio que consideres menos inseguro. Si puedes pide auxilio, precisando el lugar en donde te encuentras.



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

Acciones a seguir si las ropas de alguna persona se queman:

No permitas que se salga corriendo.

Haz que se acueste en el suelo y se cubra con las manos la cara y el cuello.

Hazla rodar lentamente sobre el suelo, envuélvela con una tela o saco grueso para extinguir las llamas.

Colócala en un sitio ventilado y fuera de peligro. Solicita ayuda a los servicios médicos de emergencia.

Medidas después del incendio:

Aléjate del lugar del siniestro para no entorpecer las labores de los grupos especializados en atención de emergencias.

No regreses al inmueble, hasta recibir indicaciones.

Después de un sismo:

Conserve la calma y busque la manera de pedir ayuda, por medio de celular, o radio o golpeando sobre las estructuras o el suelo, si después de ocurrido el sismo, queda usted atrapado o lesionado.

Si está lesionado o su familia, atiéndales con su botiquín y de ser necesario, busque ayuda médica.

No toque, mueva o pise cables de corriente.

Si percibe fuga de gas, repórtela o cierre las llaves de gas inmediatamente. Desde luego, no encienda fósforos o encendedores para terminar la fuga.

No encienda aparatos eléctricos, no use elevadores y revise las escaleras de emergencia para saber si puede usarlas con seguridad.

Limpie inmediatamente líquidos derramados, como medicina, material inflamable o tóxico.

Escuche su radio de pilas para estar informado.

Revise el estado que guarda su casa u oficina después del sismo.

En caso de tener que evacuar su casa, no olvide llevar consigo sus documentos personales.

Prepárese para otros sismos o replicas, pueden sucederse en cualquier momento y causar daños.



Prevencciones antes de un acto masivo:

- Asegúrese de llevar una identificación con tipo de sangre y si es alérgico a algún medicamento.
- No lleve mochilas, ni objetos pesados, voluminosos o punzocortantes.
- Utilice vestimenta y calzado cómodo, acorde al clima.
- No lleve botellas de vidrio, porque no le permitirán su acceso.
- Acuerde un punto de reunión con sus familiares o amigos, en caso de que alguien se extravíe.
- Ingiera líquidos antes de salir de casa si es temporada de calor para evitar deshidrataciones.
- Lleve sólo el dinero necesario para los gastos que puedan presentarse.
- Llegue con tiempo suficiente para ubicar su lugar o asiento.
- No compre boletos en reventa, puede generar sobrecupo o asaltos.

Durante un acto masivo:

- Manténgase siempre alerta y no se separe de sus familiares o amigos.
 - No suelte a los niños de la mano.
 - Ubique lugares de acceso y salidas de emergencia y extintores.
 - Respete las señales de seguridad y preventivas en el inmueble.
 - Ubique al personal de seguridad y de protección civil, por si llega a necesitar de su auxilio.
 - No suba a los barandales, vallas o sillas del lugar y guarde el orden, con ello evitará accidentes.
 - Absténgase de involucrarse en una riña, en caso de que ocurra, llame a la autoridad correspondiente y no obstaculice la labor del cuerpo de seguridad.
 - Respete a los participantes y las personas asistentes a un acto público.
 - En caso de accidente o emergencia, de aviso a las autoridades, mantenga la calma y siga las indicaciones del personal de seguridad y de protección civil, ellos están para protegerlo y auxiliario.
- Recuerde: **No corra, no grite, no empuje.**



Después del acto masivo.

Espere unos minutos a que se despejen las salidas. Es mejor salir tranquilos que a empujones.

Reporte inmediatamente al personal de seguridad los datos y descripción física de cualquier familiar o amigo que se hubiese extraviado.

Si está usted extraviado, busque a las autoridades para que avisen a sus familiares o amigos.

Camine al punto de reunión previamente acordado cuando se separe del grupo con el que asistió al acto.

Si se accidentó, pida lo reporten al módulo de auxilio.

Previsiones contra alguna fuga o derrame químico.

Sólo guarde en su casa la mínima cantidad de productos químicos y verifique que los envases no presenten fugas.

Asegúrese que el material del piso resista a las sustancias que se van a almacenar.

Cerciórese de que el almacén tenga un desnivel hacia una zona de drenaje segura y accesible por si llegaran a derramarse las sustancias químicas.

Identifique todos los recipientes con etiquetas de advertencia, los cuales deberán ser de materiales adecuados y probados. **Nunca se deben utilizar envases de refrescos o alimentos**, ya que pueden confundirse, principalmente por los niños, e ingerirlos por equivocación.

Coloque señales de advertencia en los almacenes de productos peligrosos y especifique las prohibiciones de uso del área, como no fumar o no encender fogatas.

Coloque en lugar visible las normas básicas de seguridad, teléfonos de emergencia, y demás información útil en el área de almacenamiento; esto deberá contar con las medidas de protección y prevención necesarias.

Tenga los productos químicos fuera del alcance de los niños y los ancianos.

Jamás mezcle productos químicos diferentes, ya que pueden reaccionar de manera violenta.

Verifique que los tanques de gas de casa e industriales cumplan con las especificaciones de seguridad y vigencia.



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

Durante una fuga o derrame químico.

Siga las instrucciones que emitan las autoridades por los diversos medios.

Manténgase alejado del lugar del incidente para reducir el riesgo de contaminación.

Recuerde que algunos químicos tóxicos son inodoros.

Evacúe su casa de inmediato si las autoridades le indican que tiene que hacerlo.

Retírese y mantenga una posición contra el viento si se encuentra en la zona de riesgo.

Trate de alejarse y evite el contacto con líquidos derramados, vapores o depósitos de sustancias químicas.

Mantenga las ventanas cerradas y sistemas de ventilación, aire acondicionado y calefacción apagados, si la fuga o derrame químico lo sorprende a bordo de su automóvil y no puede abandonarlo.

Apague los sistemas de aire acondicionado y ventilación. En edificios grandes, ajuste los sistemas de ventilación al 100 por ciento de recirculación, para que no entre aire del exterior; si esto no es posible, apague todos los sistemas de ventilación.

Aléjese lo más posible del accidente, si se encuentra cerca de algún derrame de químicos, de manera que el viento sople a su espalda para evitar así cualquier tipo de riesgo para su salud.

Durante una inundación.

Tenga a la mano los artículos almacenados y de emergencia.

Mantenga el radio encendido para estar al tanto de las novedades, así como para recibir instrucciones de las autoridades locales.

Cubra con bolsas de plástico los aparatos que puedan afectarse con la humedad o el agua.

Desconecte los servicios de luz, agua y gas.

Cerciórese de que su casa está bien cerrada.

Si es necesario diríjase a un refugio temporal o siga las instrucciones de las autoridades.

Si decide dejar su casa e ir a un refugio temporal, revise la ruta que debe seguir de acuerdo a las instrucciones de las autoridades vía radio.

Si se queda aislado, suba a la parte más alta del lugar en donde esté y espere a que lo rescaten.



Después de una inundación

No realice cruces de ríos o de corrientes de agua que lleven caudal y fuerzas, ya sea a pie o en vehículo; muchas veces no calculamos la fuerza de la corriente.

Evite caminar por zonas inundadas, puede ser golpeado por alguna piedra, trozos de árbol, o un objeto cualquiera.

Manténgase alejado de las casas, postes de luz, ramas o árboles que estén a punto de caer.

Evalúe si la zona en donde está es propensa a deslaves y esté preparado para ellos.

Previsiones para tormentas eléctricas

Instale pararrayos en torres y antenas.

Desconecte los aparatos eléctricos de su casa, incluso la antena de cable, pues una alteración del voltaje por causa de un rayo, pueden causarles graves daños.

Asegure objetos sueltos fuera de la casa, que puedan ser proyectiles cuando se presentan vientos fuertes durante la tormenta.

Cierre las ventanas y corra las cortinas.

Refuerce las puertas que dan al exterior de la casa.

Pode árboles o ramas que puedan ceder ante los vientos de tormenta y golpear o caer sobre una persona o la casa.

Procure la polarización correcta de todas las tomas de corriente, incluyendo una tierra física en todo el sistema eléctrico.

¿Qué hacer cuando una lactante se está atragantando?

Lactante consciente:

1.-Llama a emergencias.

2.- Coloca al lactante boca abajo sobre el antebrazo, con la cabeza más baja que el cuerpo. Sujeta con la mano la barbilla del lactante y coloca un dedo en su labio inferior para que la boca permanezca abierta y sentir si sale el cuerpo extraño.

3.-Con la otra mano, dale hasta 5 golpes en la espalda entre los omoplatos. Si no hay expulsión del cuerpo extraño, es necesario dar la vuelta al lactante y colocarlo sobre el antebrazo mirando hacia arriba y aguantando el cuello con la mano. También puedes colocarlo sobre una superficie dura. Aplica hasta 5 compresiones torácicas con los dedos de la mano en posición vertical en el centro del pecho, un poco más abajo de una línea imaginaria trazada entre los dos pezones.

4.- Repite todo el ciclo completo hasta la recuperación y hasta la llegada de ayuda.



¿Cómo curar una herida o detener una hemorragia?

1.-Higiene

- Lávate las manos y ponte guantes desechables antes de proceder a curar una herida
- Limpia la herida con agua corriente y fresca a chorro.

2. Medidas de prevención

- Seca la piel de alrededor sin tocar la herida.

3. Detención de la hemorragia

- Cubre la herida con un apósito estéril o un pañuelo limpio y seco.
- Detén la hemorragia presionando directamente sobre la herida, si no se ha detenido espontáneamente.
- Evita quitar la primera gasa mojada de sangre al detener la hemorragia, pues posible que la piel se haya secado y al retirarlo se quede pegada.

4. Aplicación de un antiséptico

antisépticos en líquido transparente permite ver el estado de la herida, su evolución y su coloración a lo largo de todo el proceso de cicatrización.

- Al colocar el antiséptico, evita que el gotero entre en contacto directo con la herida.



- Los

5. Cubrir y tapar la herida

- Coloca un apósito o tirta encima de la herida para que no se contamine hasta que se forme la costra que protegerá la piel hasta que se formen los tejidos interiores que irán reparando la piel de la herida.

6. Acudir al médico

- Visita al médico para que valore el estado de la herida y valore si el niño o el bebé está vacunado contra el tétanos.

7. Vigilar regularmente la herida cada día para valorar si existe infección

- Conviene realizar una cura diaria, aplicando de nuevo antiséptico y cambiando el apósito de la herida.

¿Qué hacer en caso de quemaduras primero, segundo y tercer grado?

Quemadura superficial o de primer grado.

1.-hay que hacer es sumergir la quemadura en agua fría, nunca en agua helada. Tampoco es conveniente aplicar hielo directamente sobre la quemadura, pasta de dientes, manteca o aceite porque podría ocasionar más daño en la piel.

2.-Tras enfriar la quemadura, aplica una crema con aloe vera o una crema especial para quemaduras con antibiótico. El ibuprofeno o el paracetamol por vía oral pueden ayudar a mitigar el dolor del niño.

3.-Si la quemadura de primer o segundo grado está en la cara, manos, pies o genitales del niño, llévale al médico enseguida.



Quemadura de segundo grado.

1.-sumerge la quemadura en agua fría durante 15 minutos.

Después, aplica una crema con antibiótico y cubre la quemadura con un apósito no adherente fijándolo con una gasa o con cinta.

3.-Cambia el apósito todos los días y aprovecha para revisar la quemadura por si existen indicios de infección como enrojecimiento, hinchazón o pus.

4.-Para cambiar el apósito, asegúrate de tener las manos bien limpias, luego lava la quemadura y aplica una crema antibiótica.

5.-Para prevenir la infección evita que el niño se intente reventar las ampollas, mantén sus uñas cortas y procura que no se rasque alrededor del área quemada. El área quemada será sensible a los rayos solares durante un año.

Quemadura de tercer grado.

Es la quemadura más grave y necesita asistencia médica.

1.-No le quites al niño la ropa quemada que esté pegada a la piel, ni sumerjas la quemadura en agua. Acude a Urgencias inmediatamente.

¿Qué hacer en caso de quemaduras eléctricas en los niños?

Las quemaduras por electricidad, que ocurren cuando por ejemplo un niño mete los dedos en un enchufe o se quema con un cable de la luz, suelen causar lesiones graves dentro del cuerpo. Las lesiones no se aprecian, por tanto, sobre la piel y, por este motivo, hay que llevar al niño inmediatamente al médico o llamar a la asistencia sanitaria. Entre tanto, hay varias cosas que debes tener en cuenta:



1. Antes de atender al niño y tocarlo, asegúrate de que ya no está en contacto con la fuente de electricidad porque, si no, tú también sufrirás la descarga eléctrica.
2. Lava la zona quemada con mucha agua corriente durante, al menos, 5 minutos.
3. No le quites la ropa quemada al niño por si estuviera pegada a la piel. Acude a Urgencias inmediatamente



Son los cuidados inmediatos y provisionales prestados a los adultos mayores, accidentados o enfermedad, antes de ser atendidos por especialistas.

OBJETIVOS

Conservar la vida,

Evitar complicaciones,

Ayudar a la recuperación,

Asegurar el traslado al centro asistencial

Puntos a considerar

Actuar con seguridad o mejor no intervenir,

Evitar el pánico,

No dejar sola a la víctima

Revisar si tiene pulso y respiración

Si no hay obstrucción en vías aéreas, por secreciones, lengua u objetos extraños.

No levantar a las personas amenos que sea estrictamente necesario.

No poner alcohol en ninguna parte del cuerpo

No demos líquidos.

Control de Pulso

Se palpa el borde externo de la muñeca de la persona, se palpa con los dedos índice, medio y anular las pulsaciones de la arteria por 60 segundos, también podemos controlar en periodos 30 seg. Multiplicado por 2 o 15 seg. Multiplicado por 4.

El pulso normal de 60 a 80 pulsaciones por minuto.



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

CONTROL DE LA RESPIRACION

Se acerca la cara a la nariz y con los ojos se observa el pecho, verificando si el tórax se eleva.

Tomemos en cuenta en las mujeres la respiración es torácica (se eleva la parte superior de la caja torácica como se eleva), mientras que en los varones la respiración es abdominal (se eleva el abdomen).

La respiración normal de un adulto es de 12 a 16 respiraciones por minuto.

REFLEJOS

En este se observa la dilatación de las pupilas, pellizcar o pinchar la piel del lesionado y ver la reacción.

Asfixia en adulto o niño mayor de 1 año

La asfixia o ahogo se presenta cuando alguien tiene muchos problemas para respirar debido a que alimento, un juguete u otro objeto está obstruyendo la garganta o tráquea (vías respiratorias).

Las vías respiratorias de una persona que se está asfixiando pueden estar obstruidas de manera tal que el oxígeno no llega a los pulmones. Sin oxígeno, puede presentarse daño cerebral en tan solo 4 a 6 minutos. La administración rápida de primeros auxilios para la asfixia puede salvar una vida.

Causas



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

La asfixia puede ser provocada por cualquiera de las siguientes causas:

Comer demasiado rápido, no masticar bien los alimentos o comer con prótesis dentales que no están bien ajustadas.

Consumir alcohol (incluso una pequeña cantidad afecta el estado de conciencia)

Estar inconsciente y bronco aspirarse con vómito

Inhalar objetos pequeños (niños pequeños)

Lesión en la cabeza y la cara (por ejemplo, la hinchazón, el sangrado o una deformidad pueden causar asfixia)

Problemas para tragar luego de un accidente cerebrovascular

Agrandamiento de las amígdalas o tumores del cuello y la garganta

Problemas con el esófago

Síntomas

Cuando un niño o un adulto mayor se está asfixiando, a menudo se agarran la garganta con la mano. Si la persona no lo hace, esté atento a estos signos de peligro:

Incapacidad para hablar

Dificultad para respirar

Respiración ruidosa o sonidos chillones muy agudos al inhalar

Tos débil e improductiva



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

Piel morada

Pérdida del conocimiento (sin reaccionar) si la obstrucción no se alivia

Primeros auxilios

Primero pregunte: ¿Se está asfixiando? ¿Puede hablar? NO aplique primeros auxilios si la persona está tosiendo con fuerza y puede hablar. Una tos fuerte puede desalojar el objeto. Aliente a la persona a seguir tosiendo con el fin de desalojar el objeto.

Si la persona no puede hablar o está teniendo problemas para respirar, usted debe actuar rápidamente para ayudar a la persona. Puede llevar a cabo los empujones abdominales, los golpes en la espalda o ambos.

Para realizar los empujones abdominales (la maniobra de Heimlich):

Párese detrás de la persona y rodéela con los brazos por la cintura. Para un niño, es posible que deba hincarse.

Forme un puño con una mano. Coloque el puño por el lado del pulgar justo encima del ombligo de la persona, bien por debajo del esternón.

Agarre el puño firmemente con la otra mano.

Realice una compresión rápida hacia arriba y hacia adentro con el puño.

Verifique si el objeto ha salido.

Continúe con dichas compresiones hasta que el objeto salga o la persona pierda el conocimiento (lea a continuación).

Para realizar los golpes de espalda:

Párese detrás de la persona. Para un niño, es posible que deba hincarse.



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

Rodéela con un brazo para soportar el torso de la persona. Inclínela hacia adelante hasta que el pecho quede paralelo al suelo.

Use la palma de su otra mano para dar un golpe firme entre los omóplatos de la persona.

Verifique si el objeto ha salido.

Continúe con los golpes hasta que el objeto salga o la persona pierda el conocimiento (lea a continuación).

Para realizar los empujones abdominales Y los golpes de espalda (planteamiento de 5 y 5)

Dé 5 golpes en la espalda, como se describió anteriormente.

Si el objeto no ha salido, aplique 5 empujones abdominales.

Siga realizando los 5 y 5 hasta que el objeto salga o la persona pierda el conocimiento.

SI LA PERSONA SE DESAMAYA O PIERDE EL CONOCIMIENTO:

Bájela al suelo.

Llame al número local de emergencias o solicítele a alguien que lo haga.

Comience a realizar RCP.

Las compresiones de tórax pueden ayudar a desalojar el objeto.

Si observa algo que está obstruyendo las vías respiratorias y este objeto está suelto, trate de retirarlo. Si el objeto está atorado en la garganta de la persona, NO intente sujetarlo. Hacerlo puede empujar el objeto más adentro de la vía respiratoria.

EN PERSONAS EMBARAZADAS U OBESAS:

Rodee a la persona con los brazos por el PECHO.



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

Coloque el puño en la MITAD del esternón entre las tetillas o pezones.

Realice compresiones firmes hacia atrás.

Después de extraer el objeto que causó el ahogo o asfixia, mantenga a la persona inmóvil y consiga ayuda médica. A cualquier persona que se esté ahogando se le debe hacer un examen médico. Las complicaciones no sólo pueden ocurrir a causa de la asfixia, sino también a causa de las medidas de primeros auxilios que se tomaron.

No se debe

NO intervenga si la persona está tosiendo con fuerza, si puede hablar o es capaz de inhalar y exhalar adecuadamente. Pero esté listo para actuar de inmediato si los síntomas empeoran.

NO abra a la fuerza la boca de la persona para intentar sujetar y sacar el objeto si la persona está consciente. Realice empujones abdominales y/o golpes de espalda para intentar expulsar el objeto.

Cuándo contactar a un profesional médico

Busque ayuda médica enseguida si encuentra a alguien inconsciente.

Cuando la persona se esté asfixiando:

Pídale a alguien que llame al 911 (en los Estados Unidos) o al número local de emergencias mientras usted empieza a administrar los primeros auxilios y la reanimación cardiopulmonar.

Si está solo, grite fuerte pidiendo ayuda y comience a administrar los primeros auxilios y reanimación cardiopulmonar.

Después de que el objeto se haya desalojado con éxito, la persona deberá acudir al médico, ya que se pueden presentar complicaciones.

En los días siguientes al episodio de asfixia, póngase en contacto con el médico cuanto antes si la persona presenta:

Una tos que no desaparece

Fiebre

Dificultad para tragar o hablar

Dificultad para respirar

Sibilancias

Estos signos podrían indicar:

El objeto se introdujo en el pulmón en lugar de ser expulsado



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

Lesión en la laringe

Prevención

Para prevenir la asfixia:

Coma lentamente y mastique bien los alimentos.

Constata que las prótesis dentales estén bien ajustadas.

No tome demasiado alcohol antes o durante la comida.

Mantenga los objetos pequeños fuera del alcance de los niños pequeños.



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL
PRIMEROS AUXILIOS GERIÁTRICOS

SEPTIEMBRE 2019

Son los cuidados inmediatos y provisionales prestados a los adultos mayores, accidentados o enfermedad, antes de ser atendidos por especialistas.

OBJETIVOS

Conservar la vida,

Evitar complicaciones,

Ayudar a la recuperación,

Asegurar el traslado al centro asistencial

Puntos a considerar

Actuar con seguridad o mejor no intervenir,

Evitar el pánico,

No dejar sola a la víctima

Revisar si tiene pulso y respiración

Si no hay obstrucción en vías aéreas, por secreciones, lengua u objetos extraños.

No levantar a las personas a menos que sea estrictamente necesario.

No poner alcohol en ninguna parte del cuerpo

No demos líquidos.

Control de Pulso

Se palpa el borde externo de la muñeca de la persona, se palpa con los dedos índice, medio y anular las pulsaciones de la arteria por 60 segundos, también podemos controlar en periodos 30 seg. Multiplicado por 2 o 15 seg. Multiplicado por 4.

El pulso normal de 60 a 80 pulsaciones por minuto.

CONTROL DE LA RESPIRACION

Se acerca la cara a la nariz y con los ojos se observa el pecho, verificando si el tórax se eleva.

Tomemos en cuenta en las mujeres la respiración es torácica (se eleva la parte superior de la caja torácica como se eleva), mientras que en los varones la respiración es abdominal (se eleva el abdomen).

La respiración normal de un adulto es de 12 a 16 respiraciones por minuto.



En este se observa la dilatación de las pupilas, pellizcar o pinchar la piel del lesionado y ver la reacción.

Asfixia en adulto o niño mayor de 1 año

La asfixia o ahogo se presenta cuando alguien tiene muchos problemas para respirar debido a que alimento, un juguete u otro objeto está obstruyendo la garganta o tráquea (vías respiratorias).

Las vías respiratorias de una persona que se está asfixiando pueden estar obstruidas de manera tal que el oxígeno no llega a los pulmones. Sin oxígeno, puede presentarse daño cerebral en tan solo 4 a 6 minutos. La administración rápida de primeros auxilios para la asfixia puede salvar una vida.

Causas

La asfixia puede ser provocada por cualquiera de las siguientes causas:

Comer demasiado rápido, no masticar bien los alimentos o comer con prótesis dentales que no están bien ajustadas.

Consumir alcohol (incluso una pequeña cantidad afecta el estado de conciencia)

Estar inconsciente y bronco aspirarse con vómito

Inhalar objetos pequeños (niños pequeños)

Lesión en la cabeza y la cara (por ejemplo, la hinchazón, el sangrado o una deformidad pueden causar asfixia)

Problemas para tragar luego de un accidente cerebrovascular

Agrandamiento de las amígdalas o tumores del cuello y la garganta

Problemas con el esófago

Síntomas

Cuando un niño o un adulto mayor se está asfixiando, a menudo se agarran la garganta con la mano. Si la persona no lo hace, esté atento a estos signos de peligro:

Incapacidad para hablar

Dificultad para respirar

Respiración ruidosa o sonidos chillones muy agudos al inhalar

Tos débil e improductiva

Piel morada

Pérdida del conocimiento (sin reaccionar) si la obstrucción no se alivia



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

Primeros auxilios

Primero pregunte: ¿Se está asfixiando? ¿Puede hablar? NO aplique primeros auxilios si la persona está tosiendo con fuerza y puede hablar. Una tos fuerte puede desalojar el objeto. Aliente a la persona a seguir tosiendo con el fin de desalojar el objeto.

Si la persona no puede hablar o está teniendo problemas para respirar, usted debe actuar rápidamente para ayudar a la persona. Puede llevar a cabo los empujones abdominales, los golpes en la espalda o ambos.

Para realizar los empujones abdominales (la maniobra de Heimlich):

Párese detrás de la persona y rodéela con los brazos por la cintura. Para un niño, es posible que deba hincarse.

Forme un puño con una mano. Coloque el puño por el lado del pulgar justo encima del ombligo de la persona, bien por debajo del esternón.

Agarre el puño firmemente con la otra mano.

Realice una compresión rápida hacia arriba y hacia adentro con el puño.

Verifique si el objeto ha salido.

Continúe con dichas compresiones hasta que el objeto salga o la persona pierda el conocimiento (lea a continuación).

Para realizar los golpes de espalda:

Párese detrás de la persona. Para un niño, es posible que deba hincarse.

Rodéela con un brazo para soportar el torso de la persona. Inclínela hacia adelante hasta que el pecho quede paralelo al suelo.

Use la palma de su otra mano para dar un golpe firme entre los omóplatos de la persona.

Verifique si el objeto ha salido.

Continúe con los golpes hasta que el objeto salga o la persona pierda el conocimiento (lea a continuación).

Para realizar los empujones abdominales Y los golpes de espalda (planteamiento de 5 y 5)

Dé 5 golpes en la espalda, como se describió anteriormente.

Si el objeto no ha salido, aplique 5 empujones abdominales.

Siga realizando los 5 y 5 hasta que el objeto salga o la persona pierda el conocimiento.



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

SI LA PERSONA SE DESAMAYA O PIERDE EL CONOCIMIENTO:

Bájela al suelo.

Llame al número local de emergencias o solicítele a alguien que lo haga.

Comience a realizar RCP.

Las compresiones de tórax pueden ayudar a desalojar el objeto.

Si observa algo que está obstruyendo las vías respiratorias y este objeto está suelto, trate de retirarlo. Si el objeto está atorado en la garganta de la persona, NO intente sujetarlo. Hacerlo puede empujar el objeto más adentro de la vía respiratoria.

EN PERSONAS EMBARAZADAS U OBESAS:

Rodee a la persona con los brazos por el PECHO.

Coloque el puño en la MITAD del esternón entre las tetillas o pezones.

Realice compresiones firmes hacia atrás.

Después de extraer el objeto que causó el ahogo o asfixia, mantenga a la persona inmóvil y consiga ayuda médica. A cualquier persona que se esté ahogando se le debe hacer un examen médico. Las complicaciones no sólo pueden ocurrir a causa de la asfixia, sino también a causa de las medidas de primeros auxilios que se tomaron.

No se debe

NO intervenga si la persona está tosiendo con fuerza, si puede hablar o es capaz de inhalar y exhalar adecuadamente. Pero esté listo para actuar de inmediato si los síntomas empeoran.

NO abra a la fuerza la boca de la persona para intentar sujetar y sacar el objeto si la persona está consciente. Realice empujones abdominales y/o golpes de espalda para intentar expulsar el objeto.

Cuándo contactar a un profesional médico

Busque ayuda médica enseguida si encuentra a alguien inconsciente.

Cuando la persona se esté asfixiando:

Pídale a alguien que llame al 911 (en los Estados Unidos) o al número local de emergencias mientras usted empieza a administrar los primeros auxilios y la reanimación cardiopulmonar.

Si está solo, grite fuerte pidiendo ayuda y comience a administrar los primeros auxilios y reanimación cardiopulmonar.

Después de que el objeto se haya desalojado con éxito, la persona deberá acudir al médico, ya que se pueden presentar complicaciones.

En los días siguientes al episodio de asfixia, póngase en contacto con el médico cuanto antes si la persona presenta:



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

Una tos que no desaparece

Fiebre

Dificultad para tragar o hablar

Dificultad para respirar

Sibilancias

Estos signos podrían indicar:

El objeto se introdujo en el pulmón en lugar de ser expulsado

Lesión en la laringe

Prevención

Para prevenir la asfixia:

Coma lentamente y mastique bien los alimentos.

Constata que las prótesis dentales estén bien ajustadas.

No tome demasiado alcohol antes o durante la comida.

Mantenga los objetos pequeños fuera del alcance de los niños pequeños.

PRIMEROS AUXILIOS Y PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Brindar Primeros Auxilios a las personas con discapacidad se sigue las mismas orientaciones que a las personas sin discapacidad. Sus objetivos son los mismos; salvar vidas y evitar complicaciones, se brindarán algunos conceptos para tratar mejor a las personas con algún tipo de deficiencia:

CUANDO TE DIRIJAS A UNA PERSONA CON DISCAPACIDAD FÍSICA:

Pregunte a la persona si tiene sensibilidad en cuerpo. Si la persona tiene la sensibilidad disminuida, debes observar con más atención las posibles lesiones que tenga el cuerpo, ya que no se da cuenta de algo le duele.

En caso de que hayas tenido que hacer un vendaje, debes observar con más cuidado la circulación del miembro vendado, porque si la persona no tiene sensibilidad, puede no sentir que el vendaje le aprieta.



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

PERSONA CIEGA:

Ella puede expresar bien, pregunta si le pasa o duele algo.

Si se le hace algún tratamiento explíquele que es lo que se le va a hacer, cómo y porqué, para que la persona esté informada y calma.

No tienes que hablar en voz alta.

PERSONA SORDA:

Pide que enseñe, si tiene lesiones.

Observa sus gestos y expresiones, verbalmente ella no le va a decir donde le duele.

Busque ayuda de un familiar que pueda comunicarse con el a señas y servir de interprete

PERSONA CON DISCAPACIDAD MENTAL O INTELECTUAL

Una persona con este tipo de discapacidad puede tener dificultades de entender la seriedad de la situación y puede angustiarse fácilmente.

Usa lenguaje sencillo y trasmite confianza y calma desde el inicio.

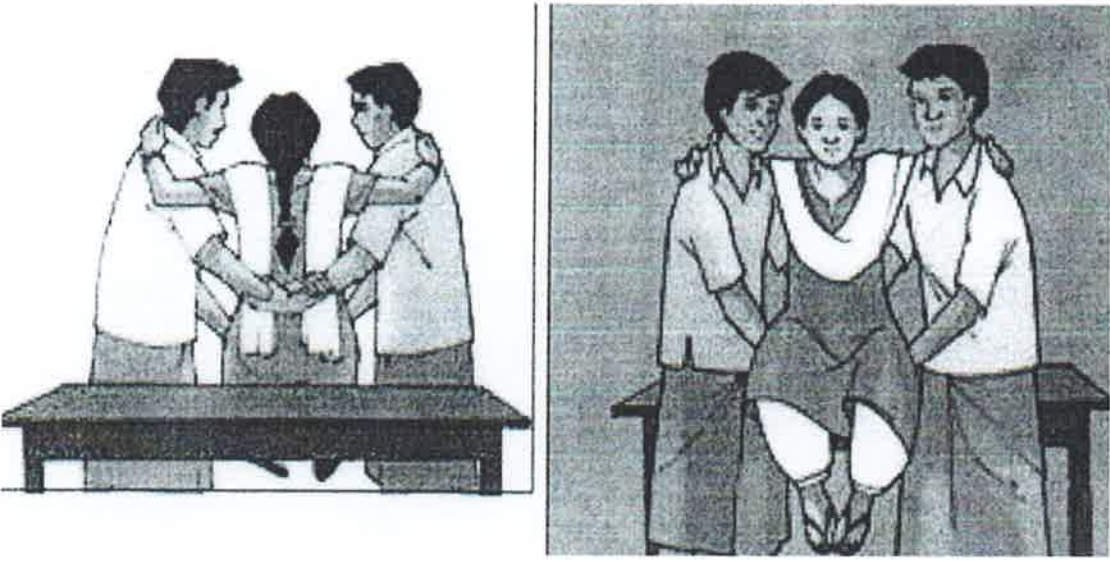
Evita comportamiento amenazante o imponente, eso puede causar reacciones adversas.

PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL SEPTIEMBRE 2019
RECOMENDACIONES DE TÉCNICAS DE TRASLADO DE PERSONAS CON DIFERENTES TIPOS DE DISCAPACIDAD ES SITUACIONES DE PELIGRO.

Siempre Pregunta a la persona, sobre como es la mejor manera de levantarla o trasladarla.

Las ayudas técnicas le dan independencia a la persona con discapacidad y está acostumbrada a usarla (silla de ruedas, muletas, bastón). No le separes de ellas. Perderlas significa ,mayor dependencia y discapacidad.

Si la persona tiene mucha dificultad de movilización, será necesario cargarlo utilizando una camilla o silla de rueda, no presione las piernas o brazos de las personas o ponga presión en sus miembros o pecho debido a que esto puede causar una lesión, espasmos dolorosos o bloquear la respiración. Si la persona no tiene sensibilidad en sus miembros, es importante evitar cualquier golpe, ya que la persona no se da cuenta si está lastimada.



En caso de ser necesaria la movilización de personas que tengan una restricción, es necesario que se tenga el cuidado de trasladarlo(a) en una camilla, evitando la movilización des cuello de las personas y cubriendo las heridas de tal manera que no queden expuestas.

De no existir, una camilla para la movilización de una persona, se deberá utilizar la técnica de transferencia, que consiste, en tres personas que levantaran a las persona al mismo tiempo, sosteniéndole la primer persona la cabeza y la parte superior, la segunda , le sostendrá el área de la cadera y tercer personas el sostendrá la pierna.

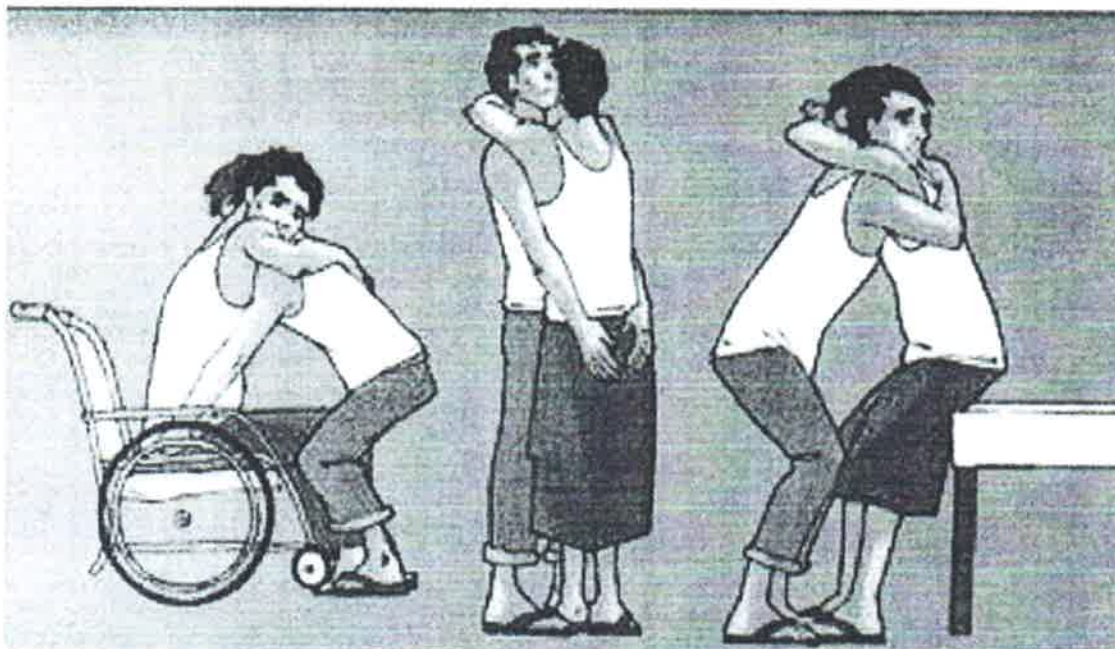


En el caso de ser necesario la movilización de personas con mayor movilidad, se puede realizar, la transferencia de dos personas, donde una sostiene el tronco de la otra persona de atrás rodea los brazos, de la persona con discapacidad, y lo tomara de las muñecas, en cuanto a la segunda persona que sostiene las piernas sostendrá a las personas que sostiene las piernas sostendrá a la persona por debajo de la rodilla y tobillos.



Si la persona con discapacitados tiene la capacidades motora (en sillas de rueda, a una camilla o en otra superficie para , mayor seguridad o atención, se puede utilizar la técnica de transferencia de una persona, en la cual una persona se colocara frente a la silla de ruedas donde se encuentra sentada la persona con discapacidad, sus pies deberán estar rectos en el piso, y colocara sus brazos alrededor de la persona que ayuda, en la parte alta de la espalda, la levantará yina vez que se este lo suficientemente parada, Procederá a poner sus manos sobre los glúteos de la persona con discapacidad, gira y la nueva

superficie, regresando a la posición de sentado lentamente.



PERSONAS SORDAS (LA DISCAPACIDAD ADITIVA)

Al tomar contacto con una persona sorda, es importante mantener el contacto visual y procure asesorarles por señales y hablando claramente, frente a la persona, para que pueda leer los labios.

Si la Persona sorda tuviera lesiones que le impiden la movilización caminando, se podrá aplicar cualquiera de las técnicas de traslado que se utiliza con personas sin discapacidad, teniendo siempre el cuidado de determinar la severidad de las lesiones, para determinar la técnica a utilizar.

PERSONAS CIEGAS (DISCAPACIDAD VISUAL)

Identifícate con la persona ciega tocándola ligeramente en el brazo, y diciendo quien eres y para qué estas allí.

Al movilizar Personas con Discapacidad sensorial e intelectual, es importante determinar la severidad de la lesión que tuviere, aplicar entonces la técnica que sea la conveniente según las técnicas conocidas y utilizando para personas sin discapacidad, teniendo el cuidado necesario para evitar y causar estrés adicional.



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL
PRIMEROS AUXILIOS EMBARAZADAS

SEPTIEMBRE 2019

Cuando una mujer embarazada llega a un servicio de urgencias en situación crítica, surgen dudas acerca de la actuación que hay que tomar, y para resolverlas debemos seguir una sistemática que es conveniente respetar de la forma más exhaustiva posible con respecto a las maniobras que hay que realizar y el tiempo preciso para ejecutarlas.

Los casos más apremiantes son aquellos con madre en situación crítica con edad gestacional viable. Normalmente cuando la mujer rompe aguas o tiene contracciones frecuentes hay tiempo suficiente para acudir a un centro médico, pero puede darse el caso de que el parto se efectúe en otro entorno. En ese caso, la embarazada requerirá ayuda hasta que lleguen las asistencias médicas. El orden de actuación será el siguiente:

Tranquilizar a la embarazada: La mujer debe respirar tranquilamente y con la boca abierta.

Llevarla a un lugar lo más cómodo y limpio posible, en una cama o en el suelo cubierto por sábanas, mantas o ropa. La zona genital deberá tener una sábana lo más limpia posible. En caso de que no se disponga de una, se utilizarán toallas, papel limpio o ropa limpia. Si es posible, lavar los genitales de la madre con agua y jabón.

Acostar a la embarazada de espaldas con las rodillas flexionadas y las piernas separadas. Así se podrá ver la dilatación de los genitales y se sabrá cuándo ha comenzado el período de expulsión.

Primeros auxilios en el parto de urgencia

La mujer puede estar en esta fase unas horas. Cuando el útero se dilata unos 10 cm, o si se le puede ver la cabeza al bebé, es el momento de aplicar los primeros auxilios e intervenir en el parto. La actuación será la siguiente.

Es muy importante durante esta fase brindar seguridad a la madre.

Durante las contracciones animar a la parturienta a empujar. Instarle a que no grite ni hable para que el empuje sea más fuerte y efectivo. Entre contracciones debe descansar y recuperarse.

Lo primero que debe salir es la cabeza del bebé. Cuando empiece a salir, se coloca una mano en la cabeza del bebé y se ejerce una presión muy suave. El objetivo de esto es que el parto no se produzca muy rápido, sino que la cabeza debe salir durante una contracción y gracias al empuje de la madre.

Una vez que está la cabeza fuera se comprueba que no tiene el cordón umbilical enrollado al cuello. En el caso de que estuviera alrededor no alarmarse, con un dedo tirar suavemente y desenrollarlo, pasándolo por la cabeza del bebé, así se evita que se estrangule.

Llegado este punto el resto se produce muy rápidamente y casi sin intervención. La cabeza del bebé se sostiene mientras la madre sigue empujando hasta lograr sacar los hombros. Se debe tener en cuenta que están cubiertos de fluidos, por lo que se debe sujetar, suave pero firmemente.



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

Puede darse el caso de que el niño venga de nalgas. En este caso no alarmarse, simplemente sujetarlo y dejar que salga el resto del cuerpo sin tirar de él.

Una vez fuera se pondrá el bebé en el regazo de la madre. Esto es importante porque los recién nacidos pierden mucho calor, y la madre es capaz de regular su temperatura corporal con el fin de proteger al niño.

Limpiar la boca y la nariz del bebé, pues tiene que expulsar todo el líquido de los pulmones. No dar palmadas en la espalda, basta con sostenerlo boca abajo y masajear suavemente la espalda. Si el bebé comienza a toser, estornudar o llorar es buena señal.

Para cortar el cordón umbilical se utilizarán hilos anchos para ligar los extremos. El primer nudo se hará a unos 10 cm del bebé, y el segundo a 5 cm del primero. El tramo de cordón entre los dos nudos no debe tener pulso, y una vez comprobado se cortará con unas tijeras lo más limpias posible. Una vez cortado comprobar que no hay pérdida de sangre por los extremos.

Al cabo de 30 min aproximadamente la madre sentirá unas contracciones para expulsar la placenta. No se debe tirar del cordón, la mujer sola es capaz de expulsarla.

RCP.

Se realizará localizando la mitad del esternón con una mano y deslizar el talón de la otra mano por el esternón hasta alcanzar el dedo índice. Luego colocar el talón de la mano en ese punto con la otra sobre la primera y entrecruzar los dedos de ambas manos y levantarlos.

No hacer presión sobre la parte superior del abdomen ni sobre la punta del esternón y tercio inferior del mismo. Colocarse verticalmente sobre el pecho de la misma y con los brazos rectos presionar hacia abajo el esternón para deprimirlo entre 4 o 5 cm. (hacer a modo de cuña con objetos, utensilios o las propias rodillas y muslos del reanimador para conseguir la postura lateralizada a la izquierda). Soltar la presión sin perder contacto con las manos y el esternón. Repetirlo con una frecuencia de 100 por min (algo menos de 2 compresiones por segundo). Compresión y liberación debería ocupar el mismo espacio de tiempo.

SOPORTE VITAL BÁSICO.

Tras una aproximación inicial a la víctima y siempre preservando la seguridad del reanimador, éste hará una valoración primaria de la misma y un segundo examen con una asistencia más técnica, pormenorizada y global.

Esta actuación organizada se resume en una aproximación siempre idéntica: valoración



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

primaria seguida de la secundaria; y si se consiguió reanimar a la paciente, y los cuidados postresucitación.

1.- Identificación de la situación de emergencia: posible PCR (Paro Cardio Respiratorio); tras comprobar la seguridad del lugar, la víctima y el reanimador, evaluar la respuesta: ¿Está usted bien?. Gritar o sacudir, tocar y hablar si paciente traumatizado.

2.- Actuación según el nivel de consciencia:

- Víctima consciente: observar con reevaluación periódica y corrección de posibles trastornos; compresión de hemorragias, evitar obstrucción de vía aérea. Tras valorar una posible lesión de columna, colocar a la víctima en una superficie dura y plana.

- Víctima inconsciente: solicitar ayuda y desfibrilador (activar sistema de emergencia). Colocar a la víctima en decúbito supino y comenzar con la valoración primaria:

1.- Abrir la vía aérea con la maniobra frente-mentón (incluso para traumatizadas si no se tiene experiencia con la maniobra de tracción mandibular) y

2.- Evaluar la respiración (ver-oír-sentir) no más de 10 segundos. Si respira normalmente, colocar al paciente en posición lateral de seguridad, manteniendo abierta y permeable la vía aérea. Solicitar ayuda y reevaluar periódicamente. (Si dudas sobre si la respiración es

normal, actuar como si no lo fuera).

Si no respira o no respira normalmente:

Si no se hizo, enviar a alguien a solicitar ayuda o hacerlo uno mismo y retomar con la víctima.

La paciente debe estar colocada tal y como se indicó.

Reanimadores expertos: 2 insuflaciones y 30 compresiones torácicas (poniendo el talón de la mano en el centro del pecho, línea entre los dos pezones, deprimiendo el mismo unos 4-5 cm a un ritmo de unas 100 compresiones por minuto).

Reanimadores inexpertos realizar compresiones torácicas directamente.

Después abrir vía aérea de nuevo, con maniobra frente-mentón e insuflar 2 ventilaciones empleando un segundo aproximadamente en cada una.

Continuar con la secuencia 30:2 hasta que la víctima empiece a respirar normalmente o tras 2 minutos para reevaluar la situación.

Si las insuflaciones no elevan el tórax NO SON EFECTIVAS. Es necesario descartar la presencia de cuerpos extraños en boca y volver a abrir vía aérea con maniobra frente-mentón.



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

Continuar con RCP básica hasta que:

Llegue la ayuda.

La víctima respire normalmente.

Reanimador exhausto.



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

3.0 SUBPROGRAMA DE AUXILIO.

Este procedimiento solo se trata de un ejemplo, de UNIVERSIDAD VIRTUAL DEL ESTADO DE GUANAJUATO

3.0 Plan de evaluación de daños

El coordinador general, evaluará conjuntamente con las autoridades responsables y municipales los daños ocasionados, por el siniestro, determinando un plan de actuar a efecto de evitar mayores desastres en el lugar que puedan ocasionar daños posteriores tanto en el inmueble, como aledaños y personas transeúntes

Al momento del siniestro los brigadistas a cargo, que se encuentran en las instalaciones de la estación de servicio al momento de llegar a haber algún siniestro, es recomendable saber y analizar el lugar siempre antes de iniciar las labores cotidianas, para tener presente el lugar indicado, y poder realizar la evacuación lo más pronto posible y sobre todo con calma, siempre tomando en cuenta la seguridad de los comensales y empleados, por el cual lo más seguro y conveniente es dirigiéndolos hacia la salida, para salvaguardar la seguridad de los visitantes y empleados.

En el cual los jefes de brigadas se hacen apoyo de alarma audiovisual para avisar del siniestro y comenzar a hacer la evacuación mientras llegan las autoridades correspondientes, y que ellos aseguren que todo está en buen estado para continuar con las actividades.



3.1 SUBPROGRAMA DE AUXILIO.

Este procedimiento solo se trata de un ejemplo, de UNIVERSIDAD VIRTUAL DEL ESTADO DE GUANAJUATO

3. Plan de evaluación de daños

El coordinador general, evaluará conjuntamente con las autoridades responsables y municipales los daños ocasionados, por el siniestro, determinando un plan de actuar a efecto de evitar mayores desastres en el lugar que puedan ocasionar daños posteriores tanto en el inmueble, como aledaños y personas transeúntes por el domicilio.

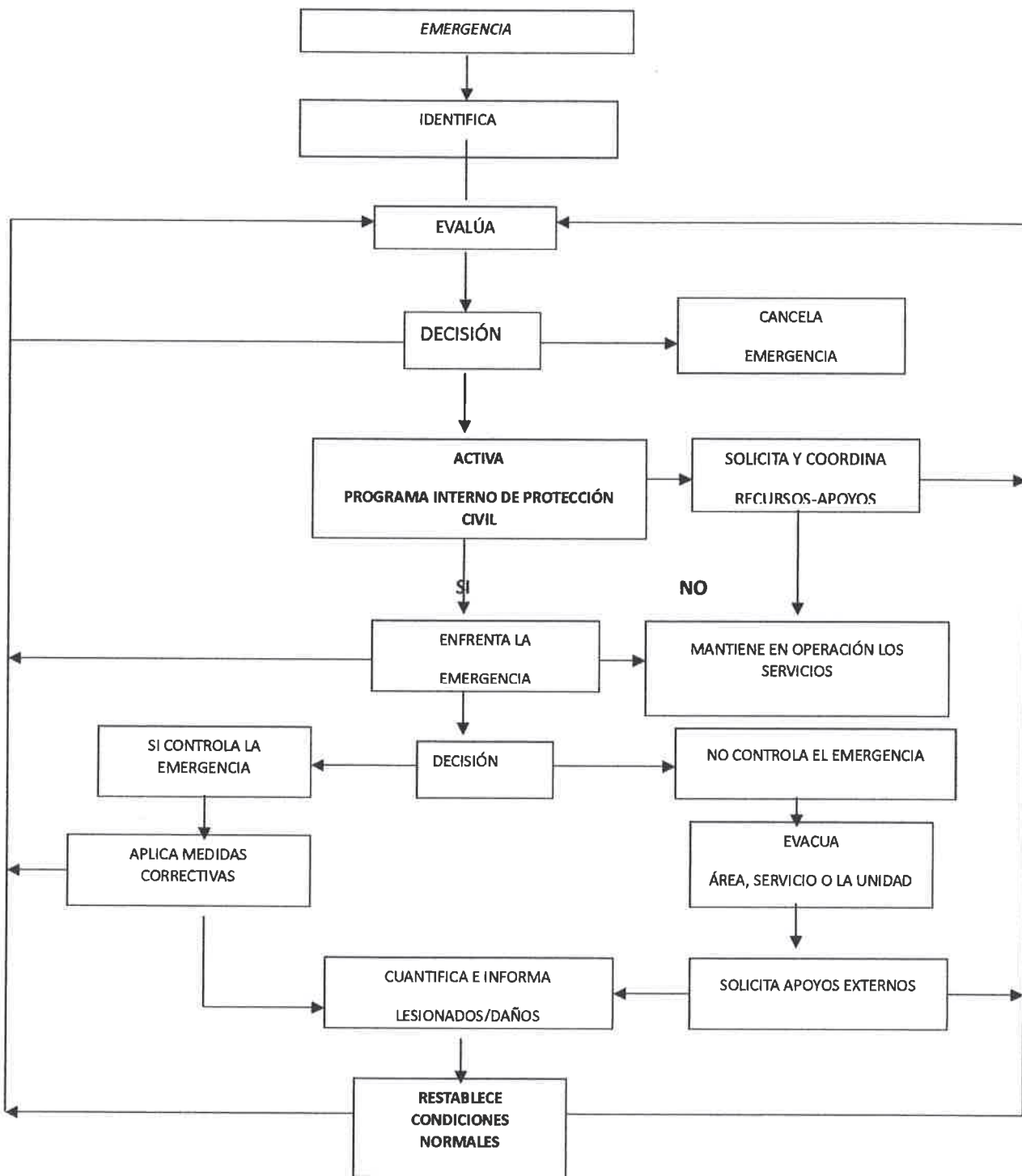
3.1 A LINEAMIENTOS PARA LA RECUPERACIÓN DE DAÑOS OCASIONADOS POR EMERGENCIAS

3.1 Ocurrencia de la emergencia.

- A. El Presidente de la Unidad Interna de Protección Civil, recopila la información para la elaboración de un diagnóstico que incluya el reporte de daños. Así como un estimado de costos para rehabilitación.
- B. El Presidente de la Unidad Interna de Protección Civil informara a la Compañía Aseguradora a fin de que esta analice el caso y de ser sujeto de reclamación.
- C. El Presidente de la Unidad Interna de Protección Civil recabara e integrara a la brevedad la documentación sustentadora de la emergencia.
- D. El Presidente de la Unidad Interna de Protección Civil o su jefe en mayor jerarquía en caso de que así sea, remite documentación y soporte técnico de la emergencia al área interna correspondiente y a su vez reporta al área interna correspondiente (área legal, contable, etc.) Este reporte deberá realizarse durante las 24 horas siguientes al emergencia vía fax y/o telefónicamente.
- E. Las áreas internas correspondientes evaluarán la importancia y magnitud de la emergencia y determinara en caso de que la capacidad resolutive de la Unidad Interna de Protección Civil sea rebasada, la asistencia de personal especializado.
- F. El área interna correspondiente analizara y tramitara ante la compañía Aseguradora la indemnización correspondiente.
- G. El área interna correspondiente dará seguimiento entorno al resultado del reporte de la emergencia.
- H. El área interna correspondiente informara el resultado final de las gestiones ante la Compañía Aseguradora
- I. En el caso de que la Compañía Aseguradora determine improcedente la indemnización, el área interna correspondiente analizara nuevamente la situación y elaborara dictamen y soporte técnico para su reclamación.

J. El área interna correspondiente coordinará las acciones necesarias para el envío de recursos financieros para la reparación y/o reposición de los daños ocasionados por emergencia.

3.2. Acciones a realizar por el comité de Unidad ante una emergencia. (Diagrama de flujo)



3.3 Designación de responsables y procedimientos de evaluación

Problemática ante un incendio

| Concepto | Repercusiones |
|---------------------|---|
| Energéticos | |
| Gasolina | Paralización de transportes, desabastecimiento de insumos y ausentismo del personal |
| Seguridad | |
| Disturbios sociales | Demanda masiva de servicios, aislamiento de la Unidad, y ausentismo del personal. |

Durante: (de auxilio y apoyo)

| Acción | Responsable |
|---|-------------------------------------|
| • Atender las demandas extraordinarias en forma oportuna. | Abastecimientos. |
| • Determinar la permanencia del personal en las áreas. | Administrativos. |
| • Coordinación con autoridades internas y externas. | Unidad Interna de Protección Civil. |

Durante: (de auxilio y apoyo)

| Acción | Responsable |
|--|------------------------------------|
| • Alertar al personal integrante de las Brigadas en casos de emergencia. | Unidad Interna de Protección Civil |
| • Determinar y proceder en su caso, las acciones jurídicas a que dieran lugar. | Jurídicos / legales |

PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

- Recabar la información sobre los eventos a fin de preparar el boletín de prensa correspondiente, así como controlar los sistemas de información.

Prensa y difusión

Acción

Responsable

- Restricción de personal ajeno a las instalaciones de fluidos y energéticos.

Servicios generales

Durante: (de auxilio y apoyo)

Acción

Responsable

- Verificar que los sistemas de seguridad estén en condiciones de operación.
- Verificar la operación adecuada de todos los sistemas correspondientes a su área.

Servicios generales

Todos los servicios

Posteriores (de recuperación)

Acción

Responsable

- Restablecimiento de la dotación de insumos
- Proporcionar la orientación necesaria a la comunidad sobre la prestación de los servicios y su posible alteración explicando las causas
- Emitir boletín de prensa correspondiente.
- Concentración, depuración y renunciación de damnificados.
- Proporcionar ayuda al personal caso de una situación de emergencia particular

Abastecimientos

Orientación

Prensa y difusión

Prestaciones sociales

Servicios de personal



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

- Aclaración de la no presencia del personal a su centro de trabajo. Servicios de personal

Acción

Responsable

- Restablecimiento de los servicios Servicios generales



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

3.2 PLAN DE VUELTA A LA NORMALIDAD.

SUBPROGRAMA DE RECUPERACIÓN.

3.1 Plan de vuelta a la normalidad (restablecimiento de servicios, verificación de equipos, Retorno a las instalaciones).

El **Plan de vuelta a la normalidad** es un conjunto de acciones posteriores al desastre orientadas a la reparación de daños, restauración de los servicios, y en su caso a la reconstrucción o reforzamiento del inmueble, con el propósito de salvaguardar a las personas que laboran o concurren al inmueble, así como **retornar a la normalidad lo más pronto posible.**

Algunas de las actividades en las que hay que tomar especial atención son el mantener comunicación permanente con el centro de la Unidad Interna de Protección Civil, en el caso de que se requiera su apoyo, siendo también prioritario tener contacto permanente con las áreas administrativas a fin de obtener la organización y comunicación necesaria para salvaguardar la integridad y salud de los **MAESTROS Y EMPLEADOS EN GENERAL**, como primero de los fines de esta institución y poder llevar a cabo las acciones necesarias. Por otro lado es importante destacar que la importancia de organizar y distribuir las ayudas y apoyos externos que hubiese en su caso, para ser canalizadas a la Unidad en la medida que son requeridas.

Es prioritario manifestar que antes de efectuar la reubicación (reincorporación), deberá llevarse a cabo una evaluación de las condiciones del centro laboral, así como del adecuado abastecimiento de insumos, siendo algunas de las acciones propuestas:

1. En **UNIVERSIDAD VIRTUAL DEL ESTADO DE GUANAJUATO**, que en este caso es el Presidente de la Unidad Interna de Protección Civil será el enlace permanente con las autoridades institucionales y en su caso con las autoridades públicas, el cual deberá mantener informado de la evaluación del desastre o emergencia, cambios y modificaciones o desactivación del Programa Interno de Protección Civil.



PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

SEPTIEMBRE 2019

FORMATO PARA LA EVALUACIÓN DE DAÑOS

(Después de ocurrida la emergencia)

EVALUACIÓN RÁPIDA Y DETALLADA DE CENTRO LABORAL:

La evaluación estructural del centro laboral, inmediato al impacto de un agente perturbador o un agente destructivo, puede contar hasta de tres etapas:

Primera.- Evaluación Rápida

Segunda.- Evaluación Detallada

Tercera.- Evaluación Detallada con trabajos especiales de apoyo.

Las etapas segunda y tercera deberán realizarse por Corresponsable en Seguridad Estructural (C/SE), Corresponsable en Instalación (C/I) y Director Responsable de Obra (DRO) en los términos reglamentarios correspondientes. Para los efectos del presente Documento Rector, únicamente se aplicará la Evaluación Rápida, a fin de permitir a los responsables del Programa Interno de Protección Civil y del centro laboral, decidir el retorno inmediato o no de la población evacuada.

EVALUACIÓN RÁPIDA

Esta evaluación la realizará de manera conjunta el responsable del centro laboral, el responsable del Programa Interno de Protección Civil, quienes presentarán un informe a la Autoridad de Protección Civil correspondiente. Dependiendo del resultado, esta autoridad podrá sugerir la realización de una evaluación detallada.

A continuación se presentan los formatos a emplear, continuando con la presentación gráfica de los daños típicos para asimilarlos y reconocerlos en las construcciones dañadas por evaluar.

La evaluación rápida, debido a que se efectúa en caso de emergencia, debe ser realizada en corto tiempo, empleando formularios sencillos impresos, con el objetivo principal de que al final del diagnóstico se pueda emitir el juicio de *Habitable, Cuidado o Insegura*. El método a seguir es el siguiente:

- a) *Identificación.*- Datos generales y uso del centro laboral
- b) *Instrucciones.*- Metodología resumidas a emplear.
- c) *Estado de la Edificación.*- Características del centro laboral y su entorno para conformar el diagnóstico del estado de riesgo, empleando los criterios básicos para la evaluación rápida
- d) *Clasificación Rápida.*- Resultado del diagnóstico.
- e) *Recomendaciones.*- Acciones a seguir como resultado del diagnóstico, incluyendo la señalización del centro laboral con la etiqueta de color correspondiente:

Color Verde.- *Habitable:* Se permite ocupar, ya que: no se encuentra en peligro aparente; la capacidad original para resistir cargas no presenta disminución significativa; el centro laboral no presenta peligro para la vida humana.

Color amarillo.- *Cuidado:* No se permite uso continuo, ni entrada al público; presenta disminución significativa en su capacidad para resistir cargas; la entrada de propietarios se permite sólo con fines de emergencia y únicamente bajo su propio riesgo.

Color rojo.- *Insegura:* La entrada está prohibida; alto riesgo, posible derrumbe; la edificación es insegura para ocupar o entrar, excepto por las autoridades; se debe incluir reporte fotográfico y anotaciones técnicas que fundamenten el diagnóstico.

Área insegura: El área especificada designada con este letrero es insegura; no se debe entrar o utilizar, excepto por las autoridades