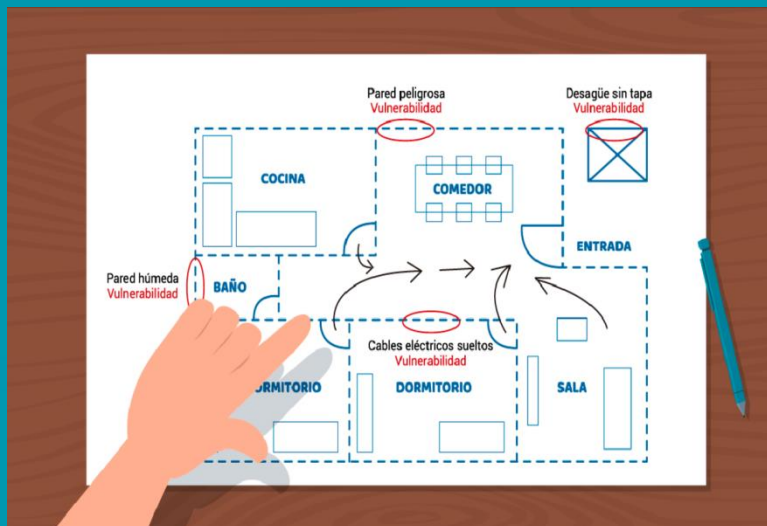




Colmena

Seguros



EMERGENCIAS EN CASA

OBJETIVO

- ✓ Entregar información de fácil comprensión a los trabajadores respecto a los diferentes tipos de Emergencias que se pueden presentar en casa.
- ✓ Dar a conocer a los colaboradores elementos para poder identificar las posibles amenazas existentes en las casas.
- ✓ Analizar la vulnerabilidad que tenemos como habitantes de nuestras casas y establecer los controles respectivos para mitigar los efectos de una posible emergencia.

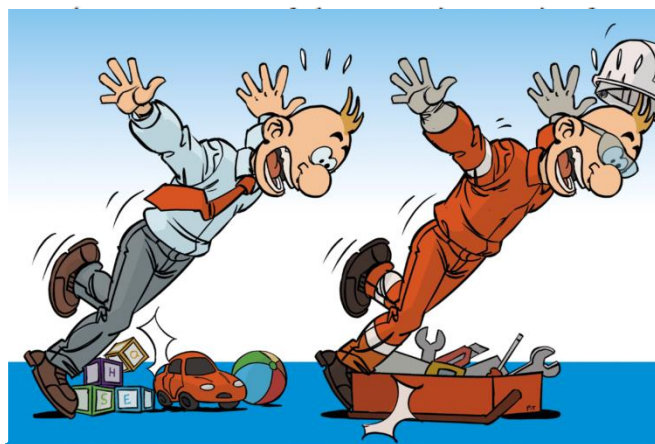


ACCIDENTE DE TRABAJO

Actualmente se encuentra vigente la definición de accidente de trabajo establecida por el Artículo 3 del Decreto 1562 del 2012, en el cual se indica:

“Es accidente de trabajo todo suceso repentino que sobrevenga por causa o con ocasión del trabajo, y que produzca en el trabajador una lesión orgánica, una perturbación funcional o psiquiátrica, una invalidez o la muerte.

Es también accidente de trabajo aquel que se produce durante la ejecución de órdenes del empleador, o contratante durante la ejecución de una labor bajo su autoridad, aún fuera del lugar y horas de trabajo. Igualmente se considera accidente de trabajo el que se produzca durante el traslado de los trabajadores o contratistas desde su residencia a los lugares de trabajo o viceversa, cuando el transporte lo suministre el empleador.



ACCIDENTE DE TRABAJO

Como ejemplos, establecemos los siguientes supuestos:

1. *Mientras realiza las actividades laborales, dentro del horario establecido, un trabajador sufre un accidente al caerse de la silla en donde estaba sentado ejecutando su labor o se electrocuta al conectar el computador a la luz para cargarlo.*

En este caso se deberá examinar el suceso teniendo en cuenta la definición legal de accidente de trabajo, para determinar que se está en presencia de este, pues el accidente ocurrió mientras se ejecutaban la actividad laboral.



ACCIDENTE DE TRABAJO

2. *El empleador tiene establecido que el horario laboral es de 8:00 a.m. a 5:00 p.m. A las 6:00 p.m. el trabajador se corta realizando su comida.*

En este caso no se está en presencia de un accidente de trabajo pues no ocurrió cuando se ejecutaban las actividades laborales, tampoco durante la ejecución de órdenes del empleador.



3. *Mientras realiza sus actividades laborales, dentro del horario establecido, el trabajador decide suspender su trabajo para salir a la tienda a comprar algo de comer. En este recorrido, se tropieza y cae.*

Al no estar ejecutando la labor ni estar realizando una actividad ordenada por su empleador, no sería accidente de trabajo.



ACCIDENTE DE TRABAJO

Es importante tener en cuenta que lo que ocurra en la hora de almuerzo no se entiende como accidente de trabajo.

Pueden ocurrir diferentes sucesos, por lo que es importante que el empleador tenga bien delimitados los aspectos mencionados anteriormente con el fin de que si se materializa un accidente, se tengan elementos claros para determinar su origen.



- ✓ MODO
- ✓ TIEMPO
- ✓ LUGAR



ACCIDENTE DE TRABAJO

ACCIDENTE GRAVE

- Amputaciones de cualquier segmento corporal.
- Fractura de huesos largos (*fémur, tibia, peroné, humero, radio y cúbito*)
- Trauma craneoencefálico.
- Quemaduras de segundo y tercer grado.
- Lesiones severas de mano (*aplastamiento o quemaduras*).
- Lesiones de columna vertebral con compromiso de médula espinal.
- Lesiones oculares que comprometan la agudeza o el campo visual o lesiones que comprometan la capacidad auditiva.

RESOLUCIÓN 1401/2007

INCIDENTE DE TRABAJO

Qué es un Incidente de Trabajo?

Evento que no generó un accidente o que tuvo el potencial para llegar a ser un accidente.

Nota:

Un incidente en el que no ocurre enfermedad, lesión, daño u otra pérdida, también se conoce como “casi incidente”.



ACTO INSEGURO

- Es toda actividad voluntaria, por acción u omisión, que conlleva la violación de un procedimiento o norma, reglamento o práctica segura establecida por la empresa, que puede producir un accidente de trabajo o una enfermedad laboral.

CONDICIÓN INSEGURA

- Es cualquier situación o característica físicas o ambiental previsible que se desvía de aquella que es aceptable, normal o correcta, capaz de producir un accidente de trabajo, enfermedad laboral.

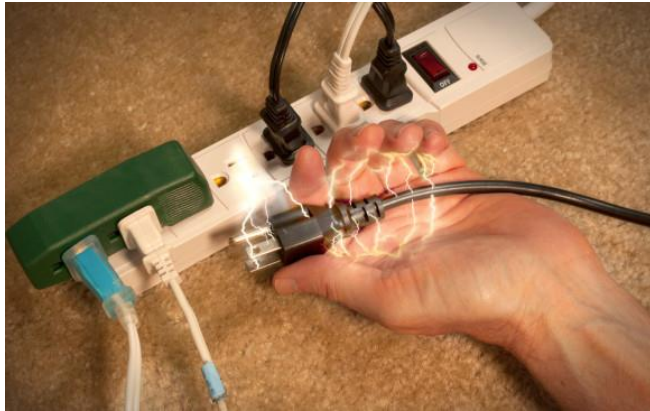


CONDICION INSEGURA



Qué es Peligro?

Es una fuente o situación con potencial de daño en términos de lesión o enfermedad, daño a la propiedad, al ambiente de trabajo o una combinación de éstos.



Qué es Riesgo?

Combinación de la probabilidad y las consecuencias de que ocurra un evento peligroso específico.



EMERGENCIAS EN CASA

Ahora que estamos todos en nuestra casas mientras dura la medida de aislamiento nacional, es importante **identificar los peligros** más comunes que están presentes en nuestro hogares. Por tal motivo se recomiendan las siguientes acciones preventivas:

Lavado de manos

Lávate las manos con frecuencia, con agua y jabón, y sécalas preferiblemente con una toalla de papel desechable.

Adopta medidas de higiene respiratoria

Al toser o estornudar, cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo. Si utilizas el pañuelo, deséchalo inmediatamente y lávate las manos con agua y jabón. Si tienes síntomas respiratorios (tos, estornudos, secreción nasal), utiliza mascarilla de protección nasal y bucal. De esta manera, evitarás contagiar a tu familia.



EMERGENCIAS EN CASA



Mantén el distanciamiento social

Conserva al menos un metro de distancia con los demás, particularmente con aquellas personas que tosan, estornuden o tengan fiebre. Cuando alguien con una enfermedad respiratoria, como la infección por el 2019-nCoV, tose o estornuda, proyecta pequeñas gotas que contienen el virus. Si estás demasiado cerca, puedes inhalar el virus.

Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca

Las manos tocan muchas superficies que pueden estar contaminadas con el virus. Si te tocas los ojos, la nariz o la boca con las manos contaminadas, puedes transferir el virus de la superficie a tu cuerpo.

EMERGENCIAS EN CASA

Solicita atención médica oportunamente cuando presentes los síntomas

Siempre que tengas fiebre, tos y dificultad para respirar, es importante que busques atención médica de inmediato. Comunícate con tu entidad de salud para recibir orientación telefónica inicialmente. Si los síntomas respiratorios persisten, te deben indicar dónde puedes recibir atención, ya que estos pueden deberse a una infección respiratoria o a otra afección grave. Los síntomas respiratorios con fiebre pueden tener diversas causas y el Coronavirus (COVID-19) podría ser una de ellas.



IDENTIFICACIÓN DE CONDICIONES INSEGURAS



- Garantiza una buena iluminación, aseo y espacio suficiente para la manipulación de elementos y alimentos, despejando pasillos para favorecer la circulación en la cocina.
- Mantén la atención mientras cocinas, pues atender llamadas o hacer otra actividad simultánea puede contribuir a tener accidentes en casa.
- Recoge tu cabello y usa ropa ajustada al cuerpo.
- Revisa el correcto funcionamiento de todos los elementos antes de usarlos.

IDENTIFICACIÓN DE CONDICIONES INSEGURAS

- Lávate las manos con agua y jabón o con desinfectante de manos a base de alcohol. Si vas a cocinar, espera dos o tres minutos a que las manos estén completamente secas para evitar fuego y quemaduras.
- Aleja de fuentes de ignición y de calor (como tostadores, sandwicheras, estufa, entre otras) elementos como alcohol, gel antibacterial o antiséptico.
- Recuerda que la cocina no es un lugar para que los niños jueguen o entren cuando se esté cocinando algo caliente.

- Usa, en lo posible, los fogones traseros de la estufa. Así evitarás que los niños alcancen las ollas y se quemen.
- Coloca los mangos sartenes, ollas y recipientes hacia el interior, evita quemaduras por derrames.



- Utiliza el guante de protección para agarrar objetos calientes en cocina.
- Conserva un ambiente ventilado alrededor de los dispositivos que generan calor o utilizan gas y evita que personas enciendan cerca de ellos cigarrillos, velas u otros similares.

IDENTIFICACIÓN DE CONDICIONES INSEGURAS

- Mantén tapadas las ollas y los sartenes con sus respectivas tapas a la medida.
- Revisa que la olla a presión cuente con todas sus partes en buen estado, esté completamente limpia y libre de cualquier obstrucción.
- Verifica y regula permanentemente la temperatura de los electrodomésticos mientras los utilizas.
- Al freír alimentos y hervir agua, conserva una distancia suficiente entre el sartén y tu cuerpo.
- Cierra los controles de suministro de gas y desconecta los electrodomésticos que no utilices o después de haberlos usado.



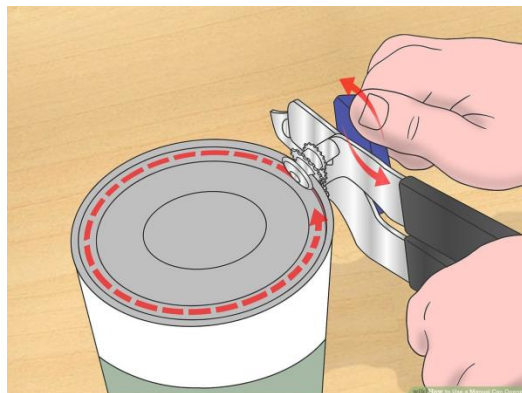
MANEJO DE CUCHILLOS, TENEDORES Y ELEMENTOS MANUALES



- Cuenta con una superficie de apoyo resistente y horizontal para realizar los cortes, de tal manera que impida el deslizamiento de los alimentos.
- Al utilizar cuchillos y tijeras, realiza siempre movimientos de corte en dirección contraria al cuerpo.

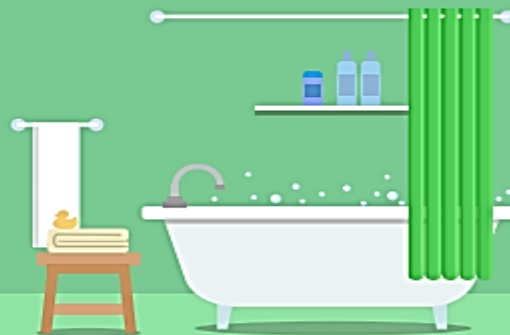
IDENTIFICACIÓN DE CONDICIONES INSEGURAS

- En lo posible, guarda los utensilios y objetos punzantes o peligrosos (como tijeras y cuchillos) bajo llave. Así evitarás que los niños y los ancianos se lastimen. Usa porta cuchillos si lo tienes.
- Mantén los lados filosos de los elementos y sus puntas en dirección contraria a tu cuerpo al lavarlos y al escurrirlos. Guárdalos tratando que filos y puntas queden hacia adentro.
- Utiliza abrelatas para abrir latas. Abstente de usar otros elementos como cuchillos, tenedores y destornilladores.
- Mantén los cuchillos y elementos cortopunzantes fuera del alcance de los niños.



IDENTIFICACIÓN DE CONDICIONES INSEGURAS

CAÍDAS Y GOLPES



- Mantén una iluminación adecuada en el lugar en que te encuentres.
- Mantén el piso siempre limpio y seco, evitarás resbalones y caídas.
- Utiliza tapete antideslizante en el suelo de la ducha.
- Elimina obstáculos (como juguetes u otros objetos) del suelo y de las escaleras.
- Identifica desniveles o irregularidades en el piso y señálosos.
- Revisa la estabilidad de barandas en escaleras, balcones y ventanas.
- Cierra todos los cajones y puertas después de retirar algún elemento.
- Coloca los objetos de mayor peso en la parte inferior de las bibliotecas, estanterías o cajones.



IDENTIFICACIÓN DE CONDICIONES INSEGURAS

- Utilizar la escalera para tomar los elementos que se encuentre fuera del alcance o al hacer el cambio de luminarias.
- Señaliza las vidrieras en los diferentes espacios.

INCENDIOS Y EXPLOSIONES



- Verifica que los sensores de humo estén funcionando.
- Asegúrate de mantener un extintor al día.
- Desconecta aparatos electrónicos y cierra la llave del gas antes de dormir.
- Evita dejar velas encendidas o arrojar fósforos a la basura a menos que estén completamente apagados.
- Controla que las instalaciones de gas no tengan fugas.

IDENTIFICACIÓN DE CONDICIONES INSEGURAS

ELECTRICIDAD



- Identifica el panel eléctrico o tablero de breakers y asegúrate que todos en el hogar lo conozcan.
- Asegúrate que todas las conexiones eléctricas que uses estén en zonas secas y libres de humedad.
- Si un tomacorriente se ha mojado mientras tiene un artefacto conectado, corta la corriente eléctrica en toda la casa (a través de los breakers), realiza el retiro del enchufe y deja que se seque por completo. Seca las zonas húmedas, así como tus manos, cuando puedan entrar en contacto de forma directa o indirecta con la instalación eléctrica. Evita ingerir bebidas o alimentos cerca de los equipos electrónicos y de cómputo.
- Desconecta los dispositivos halando siempre del enchufe y quitándolo de la tomacorriente de forma firme, nunca tirando del cable.



IDENTIFICACIÓN DE CONDICIONES INSEGURAS

- Usa siempre calzado cuando manipules aparatos eléctricos.
- No sobrecargues los enchufes.
- El uso de adaptadores múltiples, multitomas o extensiones que no garanticen la continuidad del conductor a tierra podrían generar sobrecarga en las conexiones y recalentamiento.
- Retira los equipos defectuosos o que no estén funcionando adecuadamente.
- Desconecta todos los elementos eléctricos durante las tormentas eléctricas.



IDENTIFICACIÓN DE CONDICIONES INSEGURAS

POSTURA



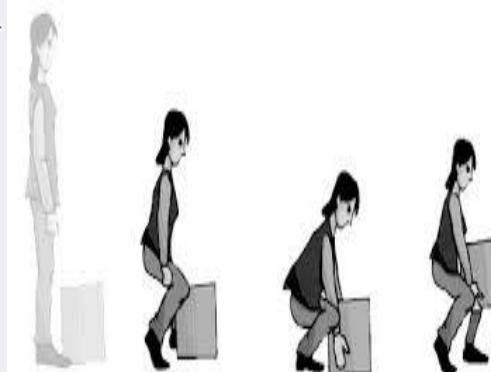
- Identifica el peso exacto del objeto que debes levantar. Determina si lo puedes hacer solo o si requieres ayuda. Los electrodomésticos y muebles tienen grandes tamaños y pesos, así que, si vas a mover alguno, pide ayuda a otro familiar.

Después de haber verificado que puedes cargar el objeto, ten en cuenta:

- Acércate lo más que puedas al objeto que vas a levantar.
- Con las piernas abiertas, dobla las rodillas, mantén la espalda recta y la cabeza levantada.
- Asegúrate de conocer el camino por el que transitarás. Es muy importante que identifiques y elimines los obstáculos con los que te puedas encontrar. Si necesitas un compañero de guía, no dudes en solicitar el apoyo.

IDENTIFICACIÓN DE CONDICIONES INSEGURAS

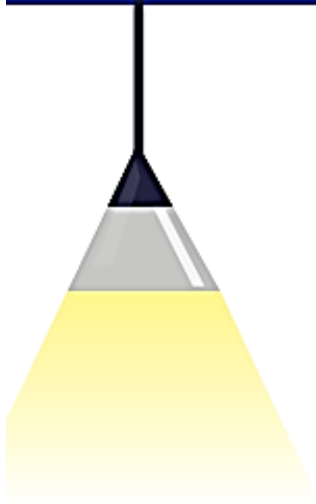
- Agarra el objeto con ambas manos desde los dos extremos más lejanos. Mientras más superficie abarques, mayor será tu estabilidad y menor fatiga tendrás.
- Levanta la carga usando la fuerza de las piernas, no la de las manos ni la de la espalda.
- Ponte de pie manteniendo la espalda recta.
- Mantén los brazos lo más cerca posible del cuerpo (flexiona los codos). La altura ideal de la carga debe estar entre el pecho y la cintura.
- Al desplazarte, mantén las rodillas ligeramente flexionadas y la espalda recta.
- Si necesitas girar, lo más saludable es que voltees todo tu cuerpo en bloque, evitando torcer la cintura.



- Al tender las camas, asegúrate de flexionar las piernas e introducir las sábanas en los costados. Evita levantar el colchón: recuerda que es pesado y puede ser mucho peso para tu cuerpo.
- Al interactuar con los niños, siéntate y siéntalos en tu regazo. Estarás muy cerca de ellos dedicando tiempo y evitaras levantar peso. También puedes hacer actividades de mesa y/o juegos en el piso.
- Al cambiar los alimentos de las mascotas, flexiona las rodillas. Recuerda proteger tu espalda, la cual debe permanecer siempre erguida.



IDENTIFICACIÓN DE CONDICIONES INSEGURAS



Recomendaciones frente al riesgo ergonómico

- Utiliza una silla provista de cinco patas con ruedas y de altura regulable para desplazarte.
- Realiza ejercicios de relajación y estiramientos (pausas activas) para todos tus segmentos corporales, haciendo énfasis en cuello, espalda, cintura, manos y ojos.
- En las tareas con elevada carga informativa, es conveniente realizar pausas regulares de 10 minutos después de dos horas de trabajo continuo.
- En la medida de las posibilidades, coloca las pantallas de visualización de datos de forma perpendicular a las fuentes de luz. Las ventanas deben estar cubiertas con cortina, persiana o películas, entre otros.



IDENTIFICACIÓN DE CONDICIONES INSEGURAS

QUÍMICOS



- Almacena los productos químicos, tóxicos e inflamables en un lugar seguro, consévalos en sus recipientes originales y etiquetados.
- Lee muy bien la etiqueta del fabricante.
- Usa siempre guantes y gafas. Los productos en aerosol pueden ser inflamables.
- Utiliza en forma segura los productos de limpieza y desinfección. A continuación, encontrarás los ingredientes principales que contienen las marcas comerciales más populares:



IDENTIFICACIÓN DE CONDICIONES INSEGURAS

- **Desinfectantes y blanqueadores:** hipoclorito de sodio diluido (conocido como lejía), peróxido de sodio (especialmente reactivos y corrosivos). Podrían favorecer un incendio.
- **Limpiadores y desinfectantes para piso:** tensoactivos (jabones), alcohol etoxilado y amonios cuaternarios.
- **Desengrasantes multiusos:** ácido sulfónico, hidróxido de sodio, etanolamina y solventes. Son muy corrosivos y reactivos, especialmente con hipoclorito.
- **Detergentes:** tensoactivo sulfónico, isocianurato, silicatos, fosfatos e hidróxido de sodio. Son fuertemente alcalinos y abrasivos.
- **Desincrustantes y limpia hornos:** ácido muriático, hidróxido de sodio e hidróxido de potasio. Son extremadamente corrosivos.
- **Limpiavidrios:** alcohol etílico, alcohol isopropílico y tensoactivo.

Como puedes notar, los productos de limpieza y desinfección para el hogar contienen mezclas con gran variedad de ingredientes activos, químicamente reactivos entre sí. Por favor, no los mezcles! Puedes provocar liberación de calor excesivo, burbujas, salpicaduras o gas tóxico, además que se inactivan.

Si deseas obtener mayor efectividad, usa uno, enjuaga y luego otro. Nunca dos al mismo tiempo.



PLAN DE EMERGENCIAS EN CASA

Con el Propósito de incorporar la prevención de accidentes de trabajo y enfermedades laborales en nuestras casas producto de la modalidad de trabajo en casa o trabajo remoto en que muchos de los colaboradores de la empresas se encuentran, a continuación se presenta un instrumento útil y práctico que permite identificar y reducir las amenazas que se pueden generar en nuestros hogares. Igualmente se presentan recomendaciones para actuar adecuadamente en caso de presentarse una emergencia.



PLAN DE EMERGENCIAS EN CASA

TEST DE VULNERABILIDAD FAMILIAR

¿QUÉ ES UN PLAN DE EMERGENCIAS?

1. INFORMACIÓN FAMILIAR

2. GUÍA PARA REDUCIR RIESGOS Y AMENAZAS ALREDEDOR DE LA VIVIENDA

3. GUÍA PARA REDUCIR RIESGO Y AMENAZAS EN EL INTERIOR DE LA VIVIENDA

4. GUÍA PARA REDUCIR RIESGOS DE INCENDIO Y REDUCIR ACCIDENTES.

5. PREPARATIVOS PARA EMERGENCIAS

- 5.1 Kit Familiar de Emergencias
- 5.2 Toma de decisiones en caso de emergencia
- 5.3 Plan de Evacuación
 - 5.3.1 Diagrama de Evacuación.
 - 5.3.2 Plano familiar para evacuación.
 - 5.3.3 Recomendaciones para evacuar
- 5.4 Guía de simulacros

6 CÓMO ELABORAR Y PONER EN MARCHA EL PLAN

- 6.1 Plan familiar para reducir riesgos

PLAN DE EMERGENCIAS EN CASA

TEST DE VULNERABILIDAD FAMILIAR

SÍ / NO

¿Sabe usted cuáles son las amenazas existentes alrededor de su vivienda y dentro de ella?

¿Tiene en su hogar elementos para atender emergencias tales como botiquín, extintor, sabe cómo usarlos?

¿Tiene un plan para proteger al abuelo, al bebé, o a un familiar enfermo o discapacitado en caso de una emergencia?

¿Ha acordado con su familia un punto de reunión o de refugio en caso de presentarse una emergencia?

¿Su familia conoce las acciones que se deben tener en cuenta para evacuar su vivienda en caso de emergencia?

¿Sabe cuál es el número único de seguridad y emergencias – NUSE?

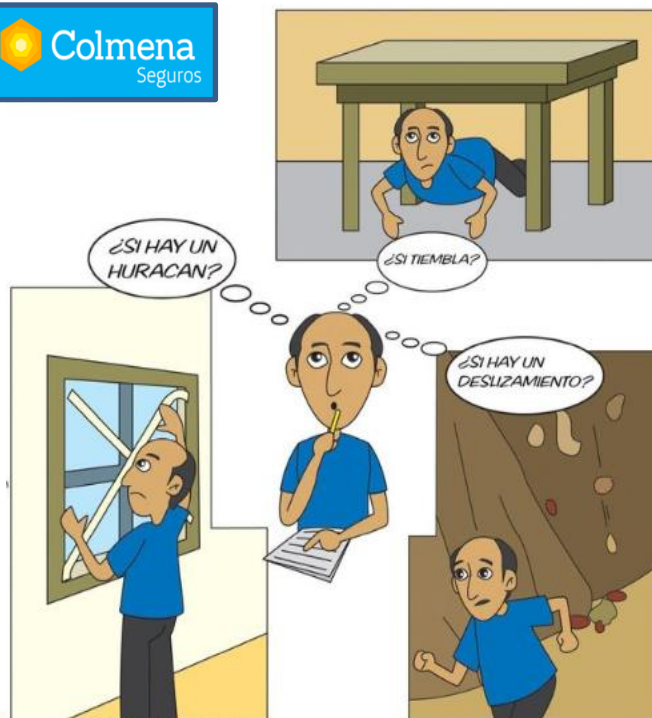
SI HA RESPONDIDO "NO" A TRES O MÁS PREGUNTAS, SU FAMILIA ES MUY VULNERABLE



PLAN DE EMERGENCIAS EN CASA

¿QUÉ ES UN PLAN DE EMERGENCIAS?

Es el conjunto de actividades que debe realizar una familia con el fin de reducir riesgos que afectan negativamente su bienestar, y realizar preparativos para reaccionar adecuadamente en caso de emergencia.



PLAN DE EMERGENCIAS EN CASA

1. INFORMACIÓN FAMILIAR

INSTRUCCIONES:

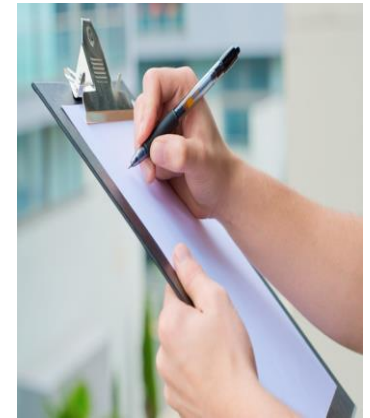
1. Escriba el nombre de las personas que son miembros de su familia y la de todas aquellas que viven en su casa.
2. Relacione la edad y el grupo sanguíneo de cada uno de los inscritos.
4. Debe relacionar las posibles discapacidades, alergias fuertes o importantes en caso de atención médica, que tienen los miembros de la familia como por ejemplo: invidente, sordomundo, discapacitado, asma, alergia a algún medicamento, etc.
5. En la quinta columna debe escribir los medicamentos vitales que puedan requerir los miembros de la familia como insulina, inhaladores para asmáticos, etc.
Finalmente debe relacionar la EPS en la que se encuentran inscritos sus familiares y copiar los teléfonos en donde pueda localizarlos en cualquier momento.



1. INFORMACIÓN FAMILIAR

Nombre y apellido	Edad	Grupo sanguíneo	Discapacidad y alergias	Medicamentos que requiere	EPS	Teléfonos del lugar de trabajo, celular

Punto de encuentro: Dirección		Teléfono:
Personas para ponerse en contacto (en la ciudad y fuera de la ciudad)		
Nombre	Dirección	Teléfono
Elemento de emergencia que debe llevar (medicamento, muleta, etc.)		



IDENTIFICACIÓN DE CONDICIONES DE EMERGENCIAS

INVENTARIO DE AMENAZAS - CASA

TÉCNOLOGICAS		NATURALES		SOCIALES	
Incendio	X	Sismos	X	Atentados	
Explosión	X	Vendavales		Asalto /hurto	
Escape vapores tóxicos		Inundación		Secuestro	
Derrame de sustancias peligrosas		Lluvias y Granizadas	X	Amenaza de bomba	X
Contaminación radioactiva		Olas de frío		Vandalismo	
Falla estructural	X	Incendio forestal		Extorsión	X
Fallas maquinarias equipos		Descarga o tormenta eléctrica		Tomas Guerrilleras	
Accidente de Tránsito		Epidemias / plagas		Paramilitarismo	
Contaminación biológica		Deslizamientos de tierra o avalanchas		Desorden civil	
Intoxicación alimenticia		Erupción Volcánica		Violaciones	



2. GUÍA PARA REDUCIR RIESGOS Y AMENAZAS ALREDEDOR DE LA VIVIENDA

		TIPOS DE AMENAZAS						ELEMENTOS EXPUESTOS						ACCIONES QUE DEBEN SER REALIZADAS PARA REDUCIR RIESGO
Vulnerabilidades alrededor de la vivienda	Ubicación de la vulnerabilidad (dirección)	A	B	C	D	E	F	A	B	C	D	E	F	
1. Basuras y escombros que obstruyen el caudal de ríos y quebradas														
2. Defensa del río o quebrada en mal estado														
3. Falta de manejo de aguas lluvias y servidas														
4. Sumideros o alcantarillas taponados														
5. Terreno inestable														
6. Construcción que amenaza ruina														
7. Elementos sueltos en fachadas														
8. Árboles que amenazan con caer														
9. Postes que amenazan con caer														



Vulnerabilidades alrededor de la vivienda	Ubicación de la vulnerabilidad (dirección)	TIPOS DE AMENAZAS A. Inundación B. Deslizamientos C. Caída de estructuras D. Explosión, incendio E. Contaminación F. Otros						ELEMENTOS EXPUESTOS A. Familiares B. Vecinos C. Transeúntes D. Casa E. Vehículo F. Otros						ACCIONES QUE DEBEN SER REALIZADAS PARA REDUCIR RIESGO
		A	B	C	D	E	F	A	B	C	D	E	F	
10. Expendio de gas														
11. Actividades económicas con procesos que involucren sustancias químicas o transformación de materia por medio de calor o presión.														
12. Sustancias químicas peligrosas (solventes, ácidos, venenos)														
13. Redes de gas expuestas														
14. Contaminación por residuos sólidos														
15. Cercanía a lugares en donde se presenten aglomeraciones de público														
16. Otras														



3. GUÍA PARA REDUCIR RIESGOS Y AMENAZAS EN EL INTERIOR DE LA VIVIENDA

En el cuadro siguiente marque con una "X" según sea pertinente en el caso de su vivienda, y anote enseguida las acciones que se propondrá para reducir los riesgos identificados.

VULNERABILIDADES EN LA VIVIENDA FRENTE A SISMOS	ÁREA															ACCIONES FAMILIARES PARA REDUCIR LOS RIESGOS	
	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O		
Construcción en condiciones inseguras																	
Estructuras en madera, lámina y otros materiales que puedan caer																	
Falta de manejo de aguas lluvias y servidas																	
Muros agrietados																	
Pisos o entrepisos hundidos o agrietados																	
Tejas sueltas																	
Humedad en muros																	
Canales y bajantes sin reforzar																	
Cables eléctricos expuestos																	
Tanque de agua elevado sin reforzar o asegurar																	
Muebles u objetos que puedan caer																	
Vidrios, ventanas o marquesinas que puedan causar daño																	
Soporte de cubiertas débiles (cerchas, vigas)																	
Árboles o postes que puedan caer																	



4. GUÍA PARA REDUCIR RIESGOS DE INCENDIO Y ACCIDENTES

VULNERABILIDADES EN LA VIVIENDA FRENTE A INCENDIOS	ÁREA															ACCIONES FAMILIARES PARA REDUCIR LOS RIESGOS	
	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O		
Tuberías o mangueras de gas con escape																	
Cables eléctricos expuestos, interruptores o rosetas dañadas																	
Sobrecarga en tomacorrientes																	
Fuentes de calor cerca de cortinas (bombillos, enchufes)																	
Combustibles líquidos (varsol, tinner, gasolina, pinturas)																	
Electrodomésticos defectuosos																	
Veladoras y pebeteros																	
Materiales químicos peligrosos (pólvora, ácidos)																	
Acumulación de material combustible sólido (papel, madera, otros)																	
Extintores vencidos																	



5. PREPARATIVOS PARA EMERGENCIAS

5.1. Kit Familiar de Emergencias

- Conserve en su vivienda los siguientes elementos, son de gran utilidad en caso de emergencia. Aliste una mochila o una bolsa para que pueda llevar su equipo consigo por si tiene que evacuar.
- Tenga a mano un pito, una linterna, un radio portátil con pilas, agua en botella, comida enlatada, copia de sus documentos personales y un equipo básico de primeros auxilios que debe contener las medicinas especiales que algunos miembros de la familia necesiten (que deben registrarse en el primer formato). Dinero, ropa interior, toallas, pañales (de ser necesario), etc.
- Cuente con equipos contraincendios (extintor, detector de humo).
- Herramientas (Martillo, destornilladores, llaves, alicates, etc., que puedan ser útiles en un rescate).
- Recuerde el Número Único de Seguridad y Emergencias – NUSE 123



5. PREPARATIVOS PARA EMERGENCIAS

5.2. Toma de decisiones en caso de Emergencia

Conservar la calma es muy importante para tomar decisiones en caso de emergencia. Una decisión frecuente es la de quedarse dentro o salir de la casa

En caso de incendio, es indispensable salir inmediatamente de la casa por la ruta más adecuada agachado y protegiéndose las vías respiratorias con un trapo húmedo.

En caso de inundación, se recomienda evacuar la zona cuando lo ordene la autoridad competente. En caso de no poder hacerlo, permanezca en las partes altas de la vivienda, evitando tocar el agua pues puede estar en contacto con corriente eléctrica.

Durante el terremoto ubíquese en las zonas previamente identificadas como las más seguras (lejos de ventanas o de elementos que al caer puedan lastimar). Una vez cese el sismo, dirjase al punto de encuentro establecido y ponga en práctica lo planeado con su familia.



5. PREPARATIVOS PARA EMERGENCIAS

5.3 Plan de Evacuación

El Plan de Evacuación consiste en un acuerdo que realizan los integrantes de la familia para desplazarse de manera organizada a un sitio que ofrezca más seguridad y protección, en caso de que la vivienda esté expuesta a una amenaza o riesgo. El plan de evacuación identifica los siguientes aspectos clave:

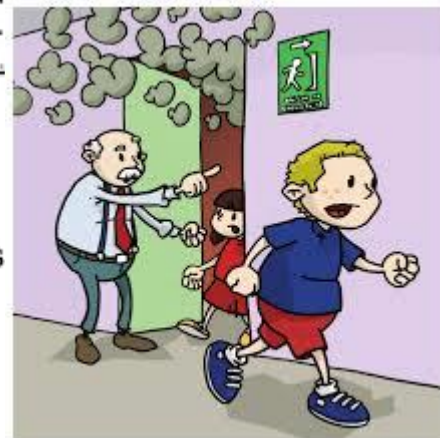
Punto de encuentro, salida de emergencia, rutas de evacuación, un diagrama de evacuación que señale claramente la ubicación de las personas y el acceso a la señalización ya mencionada. En el diagrama se deben identificar los aspectos claves y su señalización. Este plan de evacuación familiar debe estar articulado con el plan comunitario de evacuación.

5.3.1 Diagrama de evacuación

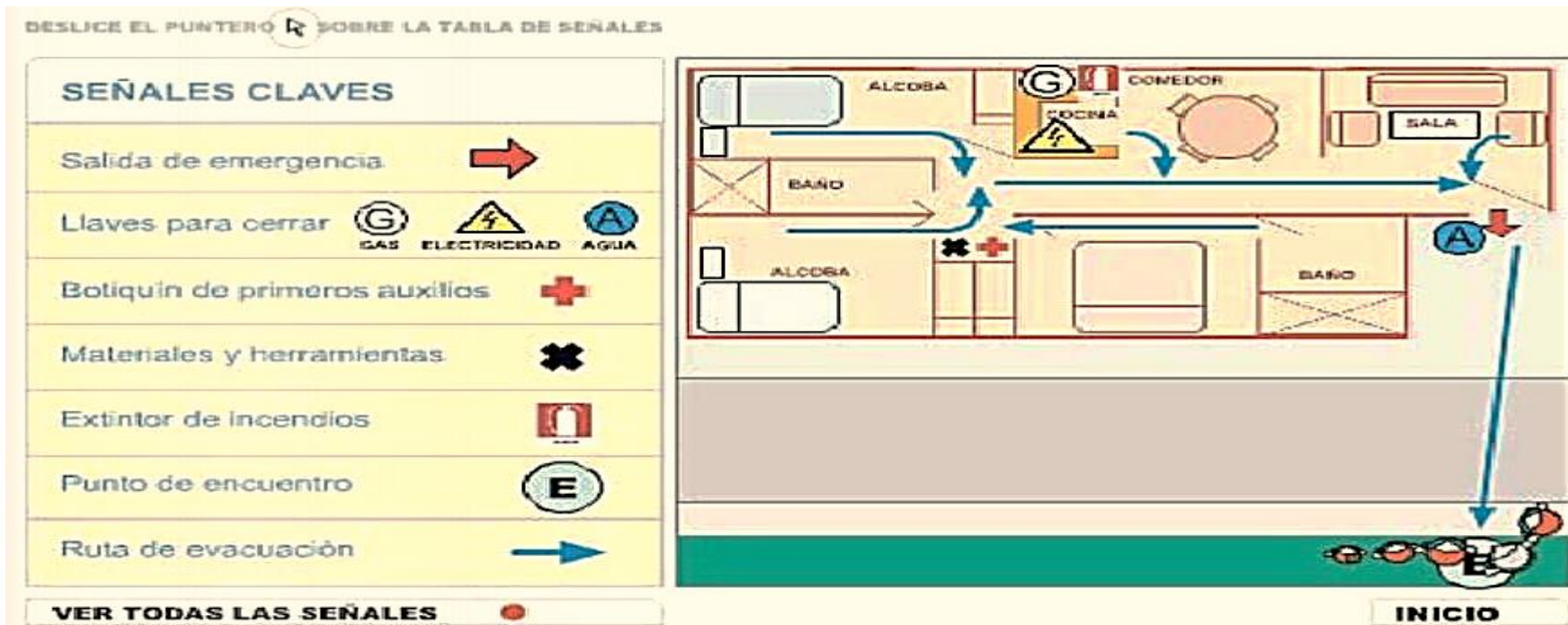
El diagrama de evacuación mostrado a continuación contiene, a modo de ejemplo, los aspectos clave y su señalización, aspectos que deben identificarse

Selección del punto de encuentro

- No debe estar sobre vías públicas o rutas de acceso a otras edificaciones
- No debe estar demasiado lejos, de manera que no implique un tramo de desplazamiento muy largo.
- No debe ubicarse en sitios que puedan interferir las labores de emergencia de grupos operativos.
- Debe ser seguro con respecto a líneas eléctricas, tránsito vehicular, depósitos de combustibles, estructuras inestables, irregularidades del suelo.
- Ubique sobre un plano de la casa y sus alrededores uno o, de ser posible, varios puntos de referencia, hacia donde puedan evacuar las personas en un momento de emergencia.



PLANO DE EVACUACION CASA



5. PREPARATIVOS PARA EMERGENCIAS

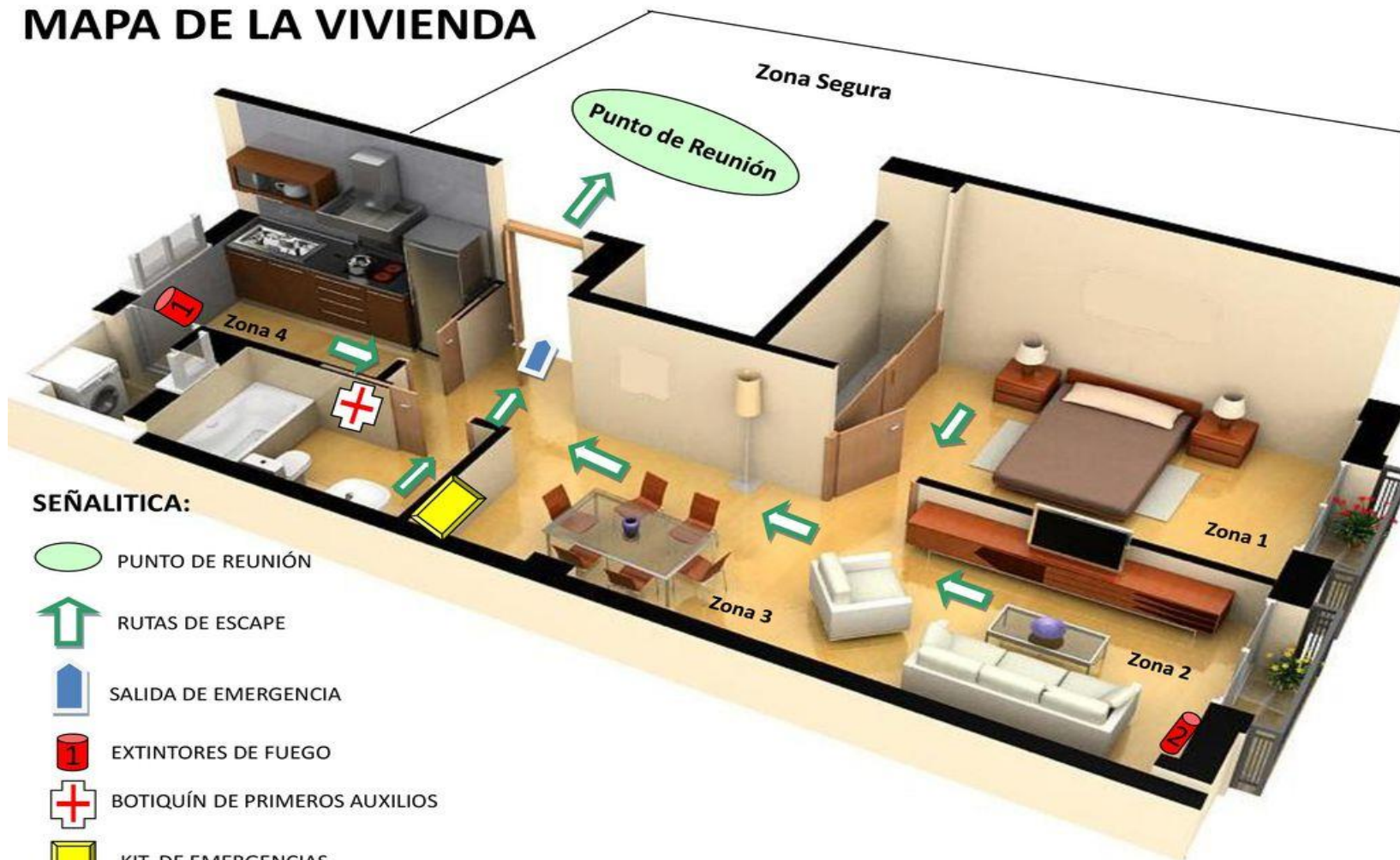
5.3.2. Plano familiar para evacuación

Dibuje en la cuadrícula el plano de su apartamento o casa, ubicando lo siguiente:

- 1- Salida de emergencia
- 2- Llaves para cerrar (G)-(E)-(A) (gas, electricidad, agua)
- 3- Botiquín de primeros auxilios
- 4- Materiales y herramientas
- 5- Extintor de incendios
- 6- Punto de encuentro
- 7- Ruta de evacuación
- 8- Kit de emergencias

PLANO DE EVACUACION CASA

MAPA DE LA VIVIENDA



SEÑALITICA:

-  PUNTO DE REUNIÓN
-  RUTAS DE ESCAPE
-  SALIDA DE EMERGENCIA
-  EXTINTORES DE FUEGO
-  BOTIQUÍN DE PRIMEROS AUXILIOS
-  KIT. DE EMERGENCIAS

5. PREPARATIVOS PARA EMERGENCIAS

5.3.3 Recomendaciones para evacuar

Si tiene que evacuar en una situación de emergencia hágalo de manera organizada, rápida y segura; tenga en cuenta las siguientes recomendaciones:

- Apague y desconecte equipos eléctricos, electrodomésticos que estén funcionando, desconecte fusibles de energía, cierre válvulas de gas y agua.
- Identifique la salida de emergencia.
- Dé protección y ayuda a los ancianos, niños menores, bebés, personas discapacitadas, mujeres embarazadas o enfermos.
- Mantenga la calma y salga caminando, NO CORRA, NO EMPUJE, NO GRITE
- Evite llevar muebles o electrodomésticos.
- No olvide llevar el kit familiar de emergencias.
- Cierre las puertas al salir.
- No use los ascensores, use las escaleras.
- Al salir siempre conserve su derecha.
- Si hay humo, desplácese agachado y cúbrase la nariz.
- Siga las instrucciones de la persona que coordina la evacuación.
- No se devuelva por ningún motivo.
- Siga la ruta de evacuación y llegue al sitio de reunión.



5. PREPARATIVOS PARA EMERGENCIAS

5.4 Guía de Simulacros

Al realizar un simulacro de evacuación con su familia tenga en cuenta lo siguiente:

Conozca el Mapa Comunitario de Riesgos y el plan de emergencia de su comunidad para que la evacuación de su familia logre una articulación con su barrio.

Imagine una situación de emergencia que afecte su vivienda (incendio, sismo, inundación, fuga de gas...).

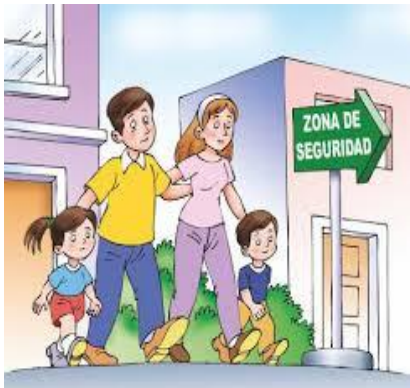
Asigne responsabilidades a cada uno de los integrantes de la familia, por ejemplo: quién coordina, quién ayuda al abuelo, quién protege al bebé, quién desconecta agua, luz, gas, quién lleva las llaves.

Explique a sus familiares las recomendaciones de evacuación señaladas en el punto anterior.

Emita la voz o sonido de alarma e inicie la evacuación.

Al llegar al punto de reunión convenido, revise que nadie falte y que todos se encuentren bien.

Evalúe el tiempo empleado, el comportamiento de cada uno y las medidas de seguridad, revisando en conjunto los aspectos por mejorar.



6. CÓMO ELABORAR Y PONER EN MARCHA EL PLAN

6.1 "PLAN FAMILIAR PARA REDUCIR RIESGOS"

6.1.1 Reúnase en familia y designe responsables para realizar cada una de las siguientes tareas:

- a. Diligenciar el formato No. 1, información general de la familia.
- b. Identificar amenazas alrededor de la vivienda
- c. Identificar amenazas frente a sismo
- d. Identificar amenazas frente a incendio y a evacuación
- e. Elaborar el plan familiar para evacuación
- f. Organizar el kit familiar de emergencias.

6.1.2 Reúnase nuevamente con su familia para revisar las tareas adelantadas y analizar las acciones que se deben realizar para reducir los riesgos.

6.1.3 Realice con su familia un simulacro para poner a prueba el Plan Familiar de Evacuación.

6.1.4 Realice este ejercicio mínimo una vez al año, actualizando los datos del Plan Familiar para reducir riesgos.

6.1.5 Establezca comunicación con sus vecinos y estudie con ellos las ventajas de tener un mapa comunitario de riesgos.



Definición de términos

Sismorresistencia:

Es la propiedad estructural que se le da a una edificación para proteger las vidas y los bienes de las personas que la ocupan, dependiendo de las condiciones del suelo y del relieve del territorio.

Remoción en Masa:

Son movimientos del terreno, suelo o roca, que se desplazan sobre las pendientes debido a factores naturales (erosión, sismos, factores climáticos) o debido a acciones humanas (talas, cortes del suelo, carreteras, etc).

Inundaciones:

Son caudales o niveles de agua por encima de lo normal que tienen su origen, tanto en factores naturales (lluvias torrenciales, derrumbamientos) como en acciones humanas tales como ocupación de rondas, botaderos, rellenos, talas.

Amenaza Tecnológica:

Es una condición física y/o química que puede causar daños serios a la vida o a la salud de la población; a los bienes de las personas o al ambiente, dentro de un lapso específico, en una área determinada.

Aglomeraciones:

Es una reunión de personas en espacios públicos que, frente a una situación de emergencia, puede producir un desastre.

Desastre:

Crisis social producida por la materialización de amenazas que ocasionan daños y pérdidas de las cuales normalmente no se tiene la capacidad individual o colectiva de recuperarse.

Emergencia:

Alteración de las condiciones normales de vida de una comunidad, debido a la materialización de una amenaza, cuya atención es manejable por parte de la comunidad y/o el estado.

Riesgo:

Es el conjunto de daños y pérdidas que pueden presentarse en caso de ocurrir un desastre.

Amenaza:

Es la probabilidad de que un fenómeno de origen natural o humano, potencialmente capaz de causar daño, se produzca en determinados momento y lugar y que afecte a una comunidad.

Vulnerabilidad:

Condición existente en la sociedad por la cual puede verse afectada y sufrir un daño, una pérdida, en caso de materialización de una amenaza. Esta puede ser social, física, económica, institucional, etc.

GLOSARIO

Actor Social:

Conjunto de personas, grupos, organizaciones e instituciones, que están presentes en un escenario de riesgo, ya sea como agentes activos (en la generación o el cambio) o como agentes pasivos.

Microzonificación Sísmica:

Es un modelo que muestra las fuentes principales de sismo en la ciudad y la zonificación de los suelos según respuesta sísmica, que define los parámetros de diseño de edificaciones sismorresistentes; muestra, asimismo, los niveles de vulnerabilidad de las líneas vitales como gas, acueducto, luz, teléfono, puentes y vías de acceso.

Prevención:

Garantía de que las condiciones técnicas, educativas y operativas implementadas, con el concurso de la sociedad y el estado, permitan a los ciudadanos evitar, mitigar y reducir un desastre. Acciones contempladas para responder ante un evento de riesgo.

Mitigación de Riesgos:

Son las acciones de gestión e inversión que buscan disminuir los niveles de riesgo existentes o eliminar los factores que los generan.

Respuesta:

Actividades de intervención que se realizan en caso de presentarse un desastre o cuando éste es inminente y que se desarrollan hasta superar la condición crítica del evento.

Simulacro:

Actividad por medio de la cual se prueba periódicamente el plan de respuesta previsto por la familia a través de su práctica. Sirve para detectar y corregir fallas del plan.

Escenario de Riesgo:

Representación de la interacción de los diferentes factores de riesgo (amenazas y vulnerabilidades) en un territorio y en un momento dados, que permite identificar cualitativa y cuantitativamente el tipo de daños y pérdidas que puedan generarse.

Gestión del Riesgo:

Intervención destinada a modificar las condiciones generadoras de riesgo, con el fin de reducirlo o eliminarlo. Involucra también el conjunto de acciones para el manejo del desastre, así como la reconstrucción posdesastre.

IDENTIFICACIÓN DE CONDICIONES DE EMERGENCIAS

..... ¿Cómo utilizar correctamente un extintor?



- 1 Conserva la calma.
- 2 Da aviso y activa la alarma de incendios.
- 3 Identifica la clase de fuego e identifica el extintor adecuado revisando su etiqueta.
- 4 Asegúrate que el extintor esté cargado (verifica el manómetro).
- 5 Antes de activarlo, recuerda retirar el pin y/o anillo de seguridad.
- 6 Revisa la dirección del viento y nunca le des la espalda al fuego.
- 7 Dirige el contenido del extintor a la base del fuego, siempre a favor del viento.
- 8 Mantén siempre una distancia de seguridad.



IDENTIFICACIÓN DE CONDICIONES DE EMERGENCIAS

Es importante que conozcas el plan de emergencias de tu conjunto residencial, condominio o de tu comunidad para articularlo con el plan de emergencias de tu hogar. **Realiza simulaciones de escritorio de posibles escenarios de emergencias y describe las acciones bajo el paso a paso que todos deben realizar.** Ten presente el apoyo que debes brindar al adulto mayor y/o personas con limitaciones en su movilidad.



Mantente informado de la evolución de la emergencia por COVID-19 en Colombia y el mundo. Sigue las instrucciones de prevención, contención y actuación, emitidas por entidades gubernamentales. De igual manera, a las directrices que defina tu organización y/o negocio.



GRACIAS