



LOS LIBERTADORES
FUNDACIÓN UNIVERSITARIA



GUÍA PARA ELABORACIÓN DE PLAN DE EMERGENCIAS FAMILIAR

**“La seguridad
empieza
desde casa”**

Vigilada **Mineducación**



GUÍA PARA ELABORACIÓN DE PLAN DE EMERGENCIAS FAMILIAR

“La seguridad empieza desde casa”

Fundación Universitaria Los Libertadores
Diseño y diagramación: Andrés Cuenca
Bogotá D.C. 2021

CONTENIDO

ASPECTOS GENERALES 03

CONCEPTOS PARA CONSTRUIR TU PLAN DE EMERGENCIAS FAMILIAR 04

GESTIÓN DEL RIESGO DE EMERGENCIAS EN EL HOGAR 06

PASOS PARA REALIZAR TU PLAN DE EMERGENCIAS FAMILIAR 07

RECOMENDACIONES GENERALES PARA ATENCIÓN DE EMERGENCIAS EN EL HOGAR 16

PONGA EN PRÁCTICA LAS SEIS CLAVES MAESTRAS 17



La **Fundación Universitaria Los Libertadores** ha elaborado la presente Guía para difundir las medidas y acciones de preparación sobre cómo actuar ante la ocurrencia de una emergencia o desastre, puede adaptarse a cualquier situación de emergencia y a las necesidades específicas de cada familia, de acuerdo con el número de personas que la componen y a las características propias del lugar en el que habitan.

El plan familiar de emergencia es un conjunto de normas y medios destinados a proteger a todos los miembros de la familia en situaciones de emergencia o de desastre y que involucra la preparación psicológica, la disponibilidad de insumos de apoyo, pero renunciando a las comodidades del hogar.

El Plan de Emergencias Familiar requiere que todos los miembros de una familia participen en su elaboración y lo hagan de manera coordinada lo que permite que las personas que viven en el hogar conozcan el rol que deben cumplir y las responsabilidades asumidas tanto en la Preparación, en la Respuesta y en la Rehabilitación, con la finalidad de estar preparada y responder de manera planificada y organizada ante una situación de emergencia o desastre.

Recuerda
“La Seguridad Empieza en Casa”

CONCEPTOS PARA CONSTRUIR TU PLAN DE EMERGENCIAS FAMILIAR



1

AMENAZA

Se entiende como un peligro latente externo asociado a un fenómeno físico de origen natural, tecnológico, o provocado por el hombre (antrópico), y que puede manifestarse en un sitio y un tiempo específicos, y producir efectos adversos a las personas, los bienes, los servicios y el medio ambiente.

Condición latente derivada de la posible ocurrencia de un fenómeno físico de origen natural, socio natural o antrópico no intencional, que puede causar daño a la población y sus bienes, la infraestructura, el ambiente y la economía pública y privada.

2

VULNERABILIDAD

Predisposición intrínseca de un sujeto o un elemento a sufrir daño frente a una amenaza determinada; la vulnerabilidad puede modificarse. Es la susceptibilidad a ser afectado, y se puede serlo de forma individual o colectiva.

Característica propia de un elemento o grupo de elementos expuestos a una amenaza, relacionada con su incapacidad física, económica, política o social de anticipar, resistir y recuperarse del daño sufrido cuando opera dicha amenaza. Es un factor de riesgo interno.

3

RIESGO

Posibilidad de daño, destrucción o pérdida esperada, a raíz de la interacción de una amenaza y un sujeto, un elemento o una comunidad vulnerable.

Combinación de la probabilidad de que ocurra un evento o exposición peligroso y la severidad de la lesión o enfermedad que puede ser causada por el evento o exposición.

04

4

ANÁLISIS DE RIESGOS

Se define el análisis o evaluación de riesgos como el proceso de estimar la probabilidad de que ocurra un evento no deseado con una determinada severidad o consecuencias en la seguridad, salud, medio ambiente y/o bienestar público.

5

MEDIDAS DE MITIGACIÓN

Conjunto de acciones tendientes a reducir las consecuencias de una amenaza; o sea, reducir los efectos sobre la infraestructura, las personas y la comunidad.

6

EMERGENCIA

Alteración súbita de las personas, del medio ambiente que las rodea.

7

DESASTRE

Evento que excede la capacidad de respuesta de una comunidad afectada.

05

GESTIÓN DEL RIESGO DE EMERGENCIAS EN EL HOGAR



¿Qué riesgos puedo llegar a tener en mi casa?

¿Qué debo tener en cuenta para afrontarlos?

¿Cómo me preparo y preparo a mi familia?

¿Qué acciones debo recordar en caso de una emergencia en casa?

Reflexiona sobre las siguientes preguntas:

06

PASOS PARA REALIZAR TU PLAN DE EMERGENCIAS FAMILIAR

01

Realiza un mapa o croquis de tu vivienda, identifica y valora las Amenazas internas y externas de tu vivienda.

02

Analiza la vulnerabilidad y determina el riesgo.

03

Establece acciones para reducir riesgos.

04

Establece tu plan de evacuación y punto de encuentro.

05

Establece la lista de contactos en caso de emergencia.

06

Asegura tener los recursos necesarios para atención de emergencias.

07

01

Realiza un mapa o croquis de tu vivienda, identifica y valora las amenazas internas y externas de tu vivienda

- Dibuja tu casa y detalla sitios que consideres peligrosos en tu hogar (escaleras, ventanas, puntos de gas, estufas, peligros de incendios, entre otros).
- Traza una ruta de evacuación en lo posible, segura, fácil y rápida. Dibuja la ruta de evacuación que tu familia debe seguir para salir de la casa.
- Grafica el extintor, botiquín y/o kit de emergencias que dispongas.
- Ten un listado de las personas y mascotas que conviven en tu hogar con todos los datos de identificación.

EJEMPLOS DE AMENAZAS:

Naturales:

- Remociones en masa.
- Vientos fuertes.
- Sismos.
- Inundaciones.
- Deslizamientos (colapso estructural).



Antropicas (producidas por el hombre):

Tecnológicas: Incendios forestales o estructurales; accidentes de tránsito o aéreos; uso inadecuado del gas domiciliario; accidentes químicos.

Socioorganizativas: Conflicto armado, terrorismo, desplazamiento forzado, aglomeraciones de público.

02

Analiza la vulnerabilidad



Realiza la siguiente prueba de Vulnerabilidad:

Test de Vulnerabilidad Familiar	Sí	No	N/A
¿Sabes cuáles son las amenazas existentes alrededor de tu vivienda y dentro de ella?			
¿Tienes en tu hogar elementos para atender emergencias tales como botiquín, extintor, kit de emergencias y sabes cómo utilizarlo?			
¿Tienes un plan para proteger al abuelo, al bebé, o a un familiar enfermo o discapacitado en caso de una emergencia?			
¿Los miembros de tu familia conocen la ubicación de registros de agua, gas e interruptores de luz? ¿Sabes cómo cerrarlos?			
¿Has acordado con tu familia un punto de encuentro o de refugio en caso de presentarse una emergencia?			
¿Tu familia conoce las acciones que se deben tener en cuenta para evacuar la vivienda en caso de emergencia como incendio, inundación o sismo?			
¿Sabes cuáles son los números de emergencia y se tiene identificado las actividades de apoyo externo más cercanos?			

Si has respondido "NO" a tres o más preguntas, tu familia es muy vulnerable.

08

09

03

Establece acciones para reducir riesgos

Por medio de un recorrido familiar detallado por la vivienda y otro por los alrededores, se identifican los riesgos existentes, relacionando las amenazas que se pueden presentar, las vulnerabilidades en la vivienda y/o en el sector, y las acciones que pueden ser realizadas para reducir los riesgos. Completa la siguiente tabla de acuerdo con el análisis de tu vivienda y zona geográfica de ubicación:

Relacionamos ejemplo de cómo completar la tabla

Amenazas	Vulnerabilidades	Acciones de Reducción de Riesgos
Inundación	No se realiza limpieza de canales y tejados de la casa. Acumulación de residuos sólidos en un río o quebrada cercana.	Realizar de manera anual limpieza de canales y tejados de la vivienda. Participar en campañas de manejo adecuado de residuos sólidos en el sector.
Sismo	Elementos altos que se puedan caer. Muebles sin fijar. Salida principal con obstáculos.	Retirar elementos colocados en superficies altas. Asegurar todos los muebles. Mantener libres las entradas y salidas de la vivienda. Identificar de manera previa zona de resguardo.
Incendio		
Granizadas		
Otras ...		

04

Establece tu plan de evacuación y punto de encuentro



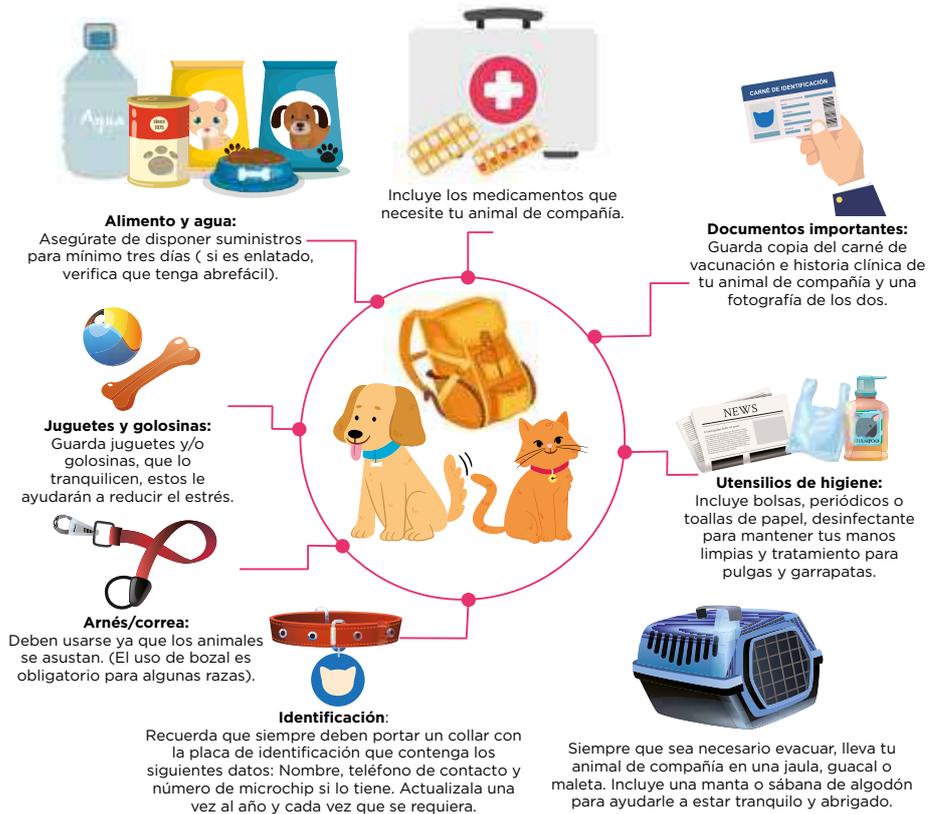
Es el lugar de reunión acordado por la familia para dirigirse allí en caso de emergencia; de preferencia un lugar despejado como un parque, que esté lejos de árboles, postes o elementos que puedan caer. Según su ubicación el punto de encuentro puede variar según la amenaza, por ello es necesario definir diferentes puntos de encuentro y definir las rutas más seguras, identificando los riesgos existentes en la vía de evacuación.

Coordina con tu familia los puntos de encuentro cercanos a la vivienda, adicionalmente define un punto de encuentro y una persona de contacto en la ciudad y uno fuera de la ciudad, estos últimos son primordiales para reunirse o comunicarse si se presenta un evento de gran magnitud en la ciudad y la familia no está junta.

Punto de encuentro	Lugar
Barrio	
Ciudad	

Kit de emergencias para tu animal de compañía

KIT DE EMERGENCIA Para tu animal de compañía.



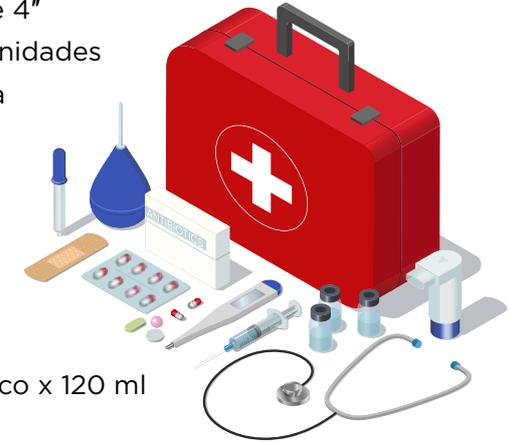
Fuente: <https://www.bogota.gov.co>

- Révisalo por lo menos una vez al año.
- Mantén el KIT en un lugar de fácil acceso, junto con el de tu familia.
- Ten en cuenta la fecha de vencimiento de los productos y reemplázalos por nuevos cuando sea necesario.

14

Elementos mínimos de un BOTIQUÍN TIPO A:

- 4 gasa estéril paquete x 5 unidades
- 1 esparadrapo de tela rollo de 4"
- 1 bajalenguas paquete x 20 unidades
- 1 guantes de látex/nitrilo para examen caja x 100 und
- 1 venda elástica 2x5
- 1 venda elástica 3x5
- 1 venda elástica 5x5
- 1 venda de algodón 3x5
- 1 venda de algodón 5x5
- 1 yodopovidona solución frasco x 120 ml
- 2 solución salina 250 cc
- 1 termómetro digital.
- 1 alcohol antiséptico frasco x 300ml
- 4 bolsas para disposición de residuos, el color de acuerdo a indicaciones locales de manejo de residuos.



EXTINTOR

Realmente, todos deberíamos tener en casa al menos uno o dos extintores como medida de precaución. Contar con un extintor permite reaccionar con rapidez en el mismo momento de producirse el incendio, e incluso sofocarlo en unos segundos, sin que llegue a descontrolarse.

Para elegir el tipo de extintor para casa que mejor se adapte a las características de nuestra vivienda, lo más recomendable es dejarte asesorar por personal especializado y que el proveedor te indique el más favorable de acuerdo con las características de la vivienda.



15

RECOMENDACIONES GENERALES PARA ATENCIÓN DE EMERGENCIAS EN EL HOGAR



Realiza tu plan de emergencias familiar

01

Adquiere los recursos necesarios para atender un evento de emergencia que se presente

03

Participa en los ejercicios de simulacros de tu comunidad

05

Ubica el extintor en un lugar de fácil acceso e informa a los demás como utilizar en caso de emergencia

07

Establece zonas de resguardo y punto de encuentro de manera previa

09

Mantén a la mano documentos de identificación, documentos de propiedades y vehículos, una buena práctica, es tener escaneados y Backup de la información más importante en medios digitales y correo electrónico

11

Socialízalo con todos los integrantes de tu vivienda

02

Realiza simulacros familiares

04

Conoce de manera previa el lugar para corte de energía eléctrica, cierre de registros de agua y gas

06

Realiza mantenimiento periódico a las instalaciones locativas de tu hogar

08

Evita dejar cables sueltos o sobrecargar tomas que puedan llevar a una emergencia

10

16

¡PONGA EN PRÁCTICA LAS SEIS CLAVES MAESTRAS!

Material de referencia: Profesionales y técnicos en áreas de la salud - Subdirección Gestión de Riesgo en Emergencias y Desastres (SGRED - SDS).

ACCIONES POR HACER ANTES DE UNA SITUACIÓN DE EMERGENCIA

HOGAR SEGURO



- Conozca su hogar.
- Asegure todo lo que se pueda caer.
- Establezca puntos de encuentro, los cuales deben estar en sitios seguros y cercanos a su residencia habitual.
- Establezca una forma de contacto familiar (establezca día, hora, tiempo de espera, entre otros).

PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIA



- Elabore su propio plan familiar de emergencia.
- Identifique las amenazas en su hogar.
- Evalúe la vulnerabilidad de su morada.
- Cuantifique el riesgo.
- Lleve a cabo medidas de mitigación.

17



KIT DE EMERGENCIA

- Linterna.
- Radio transistor.
- Extintor de incendios.
- Herramientas manuales siempre y cuando las sepa usar.
- Silbato.
- Lista telefónica.
- Tapabocas.
- Guantes de trabajo industrial o vaqueta.
- Botiquín básico de primeros auxilios.
- Alimentos: no perecederos y de alto contenido energético.
- Agua: tres litros por persona/día.
- Hipoclorito de sodio: 16 gotas por litro de agua.
- Dinero.
- Medicamentos de consumo habitual.
- Implementos de aseo: jabón, crema dental, toallas higiénicas, papel higiénico, pañales.
- Utensilios de cocina.
- Copias de sus documentos de identidad y de los de sus propiedades.
- Lentes; prótesis de repuesto.
- Cintas, abrelatas, lima de uñas.
- Fósforos; estufa.
- Ropa para cambio; impermeables.
- Cobijas livianas o mantas térmicas.
- Plástico grande y cuerda de 1 m más larga que el plástico.



VIVIENDA SEGURA

Construya su vivienda con asesoría técnica, de acuerdo con la zona donde va a residir (utilice materiales de construcción de buena calidad).

ACCIONES POR HACER DURANTE UNA SITUACIÓN DE EMERGENCIA

EVALÚE

- Mantenga la calma: la situación a veces dura pocos segundos.
- Seguridad de la escena, Observe en seis direcciones (arriba, abajo, a la derecha, a la izquierda, al frente, atrás), se les conoce como los seis vectores de seguridad.
- Aléjese de ventanas, lámparas, vidrios panorámicos, etc.
- No use ascensores.
- Use el teléfono solo para llamadas a centros o entidades de atención de emergencias.
- Cierre las llaves; desconecte la energía eléctrica.
- Si se encuentra en una zona donde pueden caer objetos, asuma la posición de seguridad pasando su mano izquierda por detrás de la cabeza tocando el hombro derecho; luego pase su mano derecha por detrás de la cabeza tocando el hombro izquierdo, y baje la cabeza a las rodillas.
- Aléjese de edificios, puentes, cables, postes, árboles, mampostería, andamios, Entre otros.
- Recuerde no ubicarse debajo de aleros, balcones, cornisas, postes ni tendidos eléctricos.



ACCIONES POR HACER DESPUÉS DE UNA SITUACIÓN DE EMERGENCIA

ACTÚE CON SEGURIDAD

- Siga instrucciones sobre evacuación, no siempre es la mejor opción ya que puede desplazarse a zonas de mayor peligro.
- Atienda a los heridos; no los movilice si no sabe hacerlo, salvo si están en un gran peligro.
- Ayude a otros.
- Busque información sobre la situación que se está presentando.
- Ubique a sus familiares.
- Examine si se puede seguir habitando la casa, su sitio de trabajo o su sitio de estudio.
- No encienda aparatos eléctricos ni fuegos.
- No difunda rumores.
- Suspenda luz, agua y gas, si no lo ha hecho.
- Si está atrapado, utilice el silbato como una señal sonora (SOS), o la linterna, como una señal visible.
- Al salir del lugar donde se encuentra, no se devuelva.
- No pise, ni retire escombros.
- Proteja sus pies y sus manos.
- No use agua de las llaves; utilice, preferiblemente, la de reserva.
- No descargue el sanitario hasta no conocer el estado de las tuberías de aguas residuales.
- Use el teléfono solo en caso necesario.
- Utilice el servicio médico solo si es necesario.
- En los puntos de encuentro, categorice a los lesionados.
- El anterior contenido hace énfasis en la preparación y en actuar en las situaciones de terremoto; muchas de las recomendaciones son aplicables a otro tipo de emergencias.



¡RECUERDA!

- Tenga siempre a mano una carpeta con la información de importancia clínica de su familiar, utilice una plaquita que le identifique, los medicamentos que utiliza y si padece alergias a alimentos o medicamentos, porte siempre sus documentos de identificación personal.
- Verifique si la persona tiene alguna manilla o placa con información en relación a su condición de salud.
- Su Plan Familiar de Emergencias debe estar articulado con el plan de emergencias de su comunidad y el de la localidad.

Ahora, ya estás preparado para elaborar tu plan de emergencias familiar y anticiparte ante cualquier evento adverso.



**Recuerda
“La seguridad
empieza
desde Casa”**



LOS LIBERTADORES
FUNDACIÓN UNIVERSITARIA