



Medidas preventivas para el manejo de una emergencia mientras realizas trabajo en casa



¿Sabes qué hacer en caso de emergencia en casa?

Las emergencias se presentan sin previo aviso. Parte de nuestra protección consiste en estar preparados.

A continuación te damos algunas recomendaciones de cómo actuar en caso de sismo o terremoto e incendio en casa:

SISMO O TERREMOTO

Antes: Hogar Seguro

Clave 1: Confirma que tu casa sea sismo resistente.

Clave 2: Asegura o cambia de lugar objetos que se puedan mover, caer y hacer daño. Por ejemplo, asegura las estanterías a la pared.

Clave 3: Establece acuerdos sobre cómo actuar en caso de emergencia (identifica rutas de evacuación, puntos de encuentro, localización de la llave para suspender el suministro de agua, luz, gas, etc.).

Clave 4: Ten un kit de emergencias.



Durante:

Clave 5: Protégete durante el sismo.

- ▶ Ubícate en el sitio que, previamente, hayas identificado como el más seguro de tu vivienda.
- ▶ Cúbrete bajo un escritorio o mesa fuerte y, de ser posible, en posición fetal a fin de protegerte de objetos que se puedan mover, caer y hacer daño.
- ▶ Aléjate de ventanas, fachadas, escaleras y detalles arquitectónicos, porque son los primeros en caer.
- ▶ Espera a que pase el sismo para iniciar la evaluación del lugar.



Después:

Clave 6: Evalúa la situación y actúa.

- ▶ Una vez haya pasado el sismo, verifica tu estado de salud y el de tu familia.
- ▶ Si requieres de atención médica, activa el sistema de emergencias médica **123**. De lo contrario, no actives el sistema de emergencias.
- ▶ Haz una inspección general interna de tu casa.
- ▶ Si tu casa presenta fisuras o grietas desconecta la electricidad y cierra las llaves de paso del agua y del gas, para evitar fugas que puedan generar inundaciones, explosiones o incendios y dirígete con tu familia al punto de encuentro.
- ▶ Si tienes que evacuar, porque la casa o apartamento está averiado, no utilices el ascensor y lleva contigo dinero, documentos y kit de emergencias.
- ▶ En caso de ser necesario evacuar, no grites, no corras, ni empujes, sal serenamente.
- ▶ En la calle aléjate rápidamente de los edificios, muros, postes, cables, avisos que puedan caer.
- ▶ Evita caminar sobre escombros.
- ▶ Si hay heridos, no intentes movilizarlos y pide ayuda a los organismos de socorro.
- ▶ Podrás regresar a la edificación, únicamente, hasta que lo indiquen las autoridades.
- ▶ Si no tienes que evacuar porque tu casa o apartamento están en buenas condiciones, no salgas, recuerda que estamos en confinamiento por el COVID-19.



INCENDIO

¿Sabes cómo prevenir un incendio?

- ▶ Evita recargar las tomas eléctricas.
- ▶ No utilices “T” eléctricas para conectar varios equipos, esta “T” puede causar incendios.
- ▶ Si utilizas regletas o multitomas para conectar tus equipos, deja mínimo uno libre.
- ▶ Retira los cables que estén encima o debajo de tapetes.
- ▶ Evita que los niños jueguen con fósforos y encendedores.
- ▶ Si vas a prender una veladora, debes estar pendiente de ella, nunca dejes velas encendidas si no hay quien las supervise.
- ▶ Conoce dónde está la caja eléctrica principal de tu casa o apartamento.
- ▶ Ubica el extintor más cercano.
- ▶ Adquiere un extintor multipropósito (extintor amarillo) de 10 libras, para tu hogar.
- ▶ Determina con tu familia las rutas de evacuación y puntos de encuentro.



¿Conoces cómo actuar en caso de incendio?

- ▶ Baja los tacos eléctricos.
- ▶ Llama a la línea de emergencias **123** y activa al Cuerpo de Bomberos.
- ▶ Retira todo el material que puede ser combustible (muebles, ropas, tapetes).
- ▶ Si la llama está empezando, utiliza el extintor.
- ▶ Evacúa con tu familia al punto de encuentro acordado.
- ▶ Si el incendio se presenta en otro piso, evacúa con tu familia al punto de encuentro.
- ▶ Espera las indicaciones de los equipos de socorro.



¿Sabes cómo operar un extintor?

Paso 1: Identifica la clase de fuego que se generó en tu casa:

Clase	Clase	Clase	Clase	Clase
				
Madera, cartón, papel y tela	Líquidos inflamables y gases	Equipo eléctrico	Metálicos	Aceites y grasas de cocina (vegetales y/o animales)

OPRIMIR



Paso 2: Revisa la etiqueta del extintor y asegúrate de que el extintor corresponde a la clase de fuego que quieres combatir.

Paso 3: Tómalo por la manija, retira el pasador y antes de controlar el conato de incendio, “prueba su presión”.

Paso 4: Desplázate al lugar donde se presenta el conato de incendio.

Paso 5: Oprime la palanca y dirige la descarga a la base del fuego, realiza movimientos de derecha a izquierda manteniendo una distancia aproximada de 1 a 3 mts.

Paso 6: Una vez controlado el conato de incendio, retírate del lugar sin darle la espalda.

¿Conoces qué acciones puedes implementar para evitar accidentes en casa?

En este tiempo de confinamiento por el Covid-19 toda la familia estará en casa y aunque cada uno estará desarrollando sus actividades laborales y estudiantiles, pueden presentarse situaciones que generen un accidente.

Por lo anterior te sugerimos tener en cuenta las siguientes recomendaciones:

- ▶ Deja los elementos cortantes (cuchillos, ralladores, etc.) fuera del alcance de los niños.
- ▶ Ubica los elementos que generan fuego como fósforos y encendedores fuera del alcance de los niños.
- ▶ Evita interconectar extensiones eléctricas que queden colgando o tensionadas.
- ▶ Ubica un espacio exclusivo para que los niños jueguen.
- ▶ Evita andar descalzo (a).
- ▶ No juegues con los niños y/o mascotas en el lugar donde estás laborando.
- ▶ Recoge los elementos que pueden generar caída.
- ▶ Al momento de la cocción de alimentos, no permitas que los niños estén contigo en la cocina.
- ▶ Al momento de freír, hazlo en fuego bajo, utiliza mangas que protejan tus brazos de la salpicadura del aceite, con una toalla de papel de cocina seca los alimentos que presenten algún residuo de líquido.
- ▶ Ubica los mangos de las ollas, sartenes, olletas, etc., hacia los costados y no de frente a ti, para evitar que se enreden, caigan y generen quemaduras.
- ▶ Si se presentan heridas simples o leves, lava el área afectada con abundante agua y jabón, evita colocar banditas o curas.



Importante.... Los niños no deben estar en la cocina en ningún momento. Protégelos.

¿Sabes en qué casos debes llamar a la línea de emergencias 123 para pedir orientación?

- ▶ Cuando se presenten fracturas.
- ▶ Quemaduras de segundo grado (ampollas) o tercer grado (destrucción de la piel).
- ▶ Accidentes con pérdida de conciencia.

¿Conoces qué elementos debe tener un kit de emergencias?



- Mantén el kit en un lugar de fácil acceso.
- Ten en cuenta la fecha de vencimiento de los productos y reemplázalos por nuevos cuando sea necesario.
- Cloro o tabletas para purificar el agua y algunas herramientas básicas.
- Revísalo por lo menos una vez al año y actualiza el kit si es necesario con base en las necesidades de tu familia.

¿Conoces qué elementos debe tener un kit de emergencias para animales de compañía?



Alimento y agua:
Asegúrate de disponer suministros para mínimo tres días (si es enlatada, recuerda incluir un abrelatas)



Botiquín primeros auxilios y medicamentos:
Incluye los medicamentos que necesite tu animal de compañía



Documentos importantes:
Guarda copia del carné de vacunación e historia clínica de tu animal de compañía y una fotografía de los dos



Juguetes y golosinas:
Guarda juguetes y/o golosinas, que lo tranquilicen, estos le ayudarán a reducir el estrés



Arnés/correa:
Deben usarse ya que los animales se asustan. Si es una raza potencialmente peligrosa el uso de bozal es obligatorio.



Identificación:
Recuerda que siempre deben portar un collar con la placa de identificación que contenga los siguientes datos: nombre, teléfono de contacto y número de microchip si lo tiene. Actualízala una vez al año y siempre que sea necesario.



Utensilios de higiene:
Incluye bolsas, periódicos o toallas de papel, desinfectante para mantener tus manos limpias y tratamiento para pulgas y garrapatas



Si debes evacuar lleva tu animal de compañía contigo, siempre que sea posible en una jaula, guacal o maleta. Incluye una manta o sábana de algodón para ayudarlo a estar tranquilo y abrigado

- Revísalo 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.

Bibliografía

www.idiger.gov.co. “Sabes cómo actuar en caso de un terremoto”.

Modelo de Gestión Integral de Emergencias. Producto Colmena Seguros.