MEDIDAS BASICAS DE SEGURIDAD

Lilia Guzmán Marín

Mayo-julio 2018

Sr. Padre de familia, el Colegio de Ciencias y Humanidades en su afán por crear un ambiente de respeto y seguridad para su comunidad, presenta una serie de acciones y medidas de protección, prevención de riesgos y combate de siniestros.

Es importante que usted padre de familia esté al tanto de estas medidas de seguridad y las comente con su hijo, con el fin de prevenir situaciones que los pongan en riesgo.

Tome en cuenta que su hijo transita por una etapa adolescente, en la cual se caracteriza por no medir los peligros al pensar que a ellos no les va a pasar nada. Lea con atención este apartado y platíquelo con su familia, comuníquese con su hijo y oriéntele para que se cuide y prevenga situaciones negativas.

Sugerencias que pueden serles útiles cuando transiten por la calle, en el transporte público o en su automóvil; así como orientaciones sobre qué hacer en caso de siniestro y cómo evitar riesgos innecesarios.

MEDIDAS Y ORIENTACIONES DE SEGURIDAD[1]

ALGUNAS MEDIDAS DE SEGURIDAD PARA LOS JÓVENES

- Cuida bien las llaves de tu casa, siempre tráelas contigo. Si las pierdes, avisa a tus padres.
- Evita escuchar música o utilizar tu celular mientras caminas.
- Al cruzar las vialidades no te distraigas y voltea hacia ambos lados.

- No pidas aventón, ni lo aceptes cuando te lo ofrezcan.
- Cuando vayas en camión, Metro o pesero, lleva sólo el dinero necesario. Evita dormirte en el trayecto, un enfrenón puede causarte lesiones.
- Informa siempre en tu casa a dónde vas y a qué hora regresarás.

- Aléjate de personas o grupos que estén alterando el orden.
- Denuncia cualquier atentado contra tu seguridad, sobre todo si te molesta algún grupo de compañeros.
- Nunca viajes en el estribo.
- Acércate, lo más posible, a la puerta cuando vayas a bajar del transporte público.

[1] (Tomado textualmente de: Medidas Básicas para la Prevención del Delito y Rutas de Transporte Interno Gratuito. Secretaría de Servicios a la Comunidad. Dirección General de Servicios Generales. Mtra. Ma. Elena Llarena del Rosario. Protección Civil, s/f).

ORIENTACIONES DE SEGURIDAD PARA EL ESTUDIANTE[2]

- No dejes objetos de valor a la vista en la escuela.
- Si percibes la presencia de alguna persona sospechosa en baños o escaleras, no los utilices. Avisa al personal de vigilancia.
- Si por algún motivo vas a una fiesta y sales noche, ve acompañado de algún familiar o amigo, salgan en grupo y pidan un taxi a algún sitio, vía telefónica.
- No camines por lugares apartados u obscuros, si vas solo. Utiliza las calzadas y andadores diseñados para ello.

- Camina en sentido contrario a la circulación de vehículos, así evitarás que un auto se te acerque sin darte cuenta.
- Elige las rutas que ya conoces, donde haya mayor tránsito de vehículos y de personas.
- No utilices calles poco concurridas, para acortar distancias.
- En las noches, procura ir acompañado y hacerlo por rutas transitadas e iluminadas.

- Si crees que te siguen, atraviesa la calle para confirmar si es cierta tu sospecha. Si es así, dirígete a un lugar donde haya gente y pide ayuda.
- Evita hablar con desconocidos. Aléjate de ellos, sobre todo si están en grupo. Si se te acercan, dirígete a un sitio donde haya gente y pide ayuda.
- Nunca lleves tu bolsa o portafolios colgando, tómalos fuertemente con alguna de tus manos.
- Antes de salir, busca el importe de tu pasaje y guárdalo en alguna bosa de tu ropa.

[2] Ibidem.

SEGURIDAD EN TRANSPORTE[3]

[3] Ibidem.

SEGURIDAD PARA VEHÍCULOS PARTICULARES

SEGURIDAD PARA VEHICULOS

MEDIDAS DE EMERGENCIA EN CASO DE ACCIÓN DELICTIVA

Fuente: Portal UNAM. Que hacer en caso de… (2016) En: https://www.unam.mx/medidas-de-emergencia/que-hacer-en-caso-de

RECOMENDACIONES BÁSICAS EN SITUACIONES DE SINIESTRO

Sismo

Antes

- Comente con su hijo y su familia que es importante que se pongan de acuerdo en lo que harían en caso de que se presentará un sismo. Ubique los muros de carga (zonas de seguridad); las salidas normales y las que se hayan considerado salidas de emergencia, así como las rutas de evacuación.
- Ubique los interruptores de corriente eléctrica, así como las llaves de agua y gas, comentelo con su familia .
- Tenga un directorio de servicios de emergencia más cercanos al domicilio, escuela y trabajo.
- En una caja resistente tenga una lámpara de mano, un radio de baterías, documentos importantes, un cambio de ropa, un galón de agua y un botiquín.

Durante

- Mantengan la calma y tranquilice a las personas que lo requieran.
- Si su hijo está en la escuela, indíquele que guarde la calma y que siga las indicaciones del personal responsable ante el sismo.
- Si están en su casa o en el caso de su hijo, en la escuela, vayan a las zonas o sitio identificado como el más seguro.
- Apaguen los cigarros o cualquier objeto que pueda provocar un incendio.
- Aléjese de las ventanas, lámparas, canceles de vidrio, equipo o maquinaria que pudiera caer.
- Retírese de los objetos calientes.
- Evite el uso de elevadores.
- Puede protegerse bajo el marco de una puerta, al lado de una columna o debajo de un escritorio.
- Vayan a la zona de seguridad que les indiquen. Aléjense de ventanas, cables de luz y alta tensión.
- En el caso de estar manejando, pueden frenar lentamente, prenda las luces de emergencia y estaciónese en un sitio seguro. Evite estar debajo de puentes, pasos a desnivel o en lugares con cables de alta tensión.

Después

- Si hay desperfectos, es conveniente cerrar las llaves de agua y gas y desconectar el interruptor de energía eléctrica.
- Evite prender cerillos o cualquier encendedor que origine flama.
- Sigan las indicaciones de los especialistas en emergencias.
- Coopere con lo que le digan.
- Si hay necesidad de salir, hágalo con calma.
- Si llegara a haber lesionados, no trate de moverlos, a menos que estén en peligro.

Incendio[4]

Prevenir incendio

Tome en cuenta la sobrecarga de líneas eléctricas

Utilice un multicontacto para conectar varios aparatos eléctricos.

No arroje cerillos, cigarros encendidos en los cestos de basura.

Respete las reglas para fumar en determinados lugares.

Si existe alguna fuga de gas o derrame de líquido inflamable, repórtelo a los bomberos.

Tenga ubicadas las salidas de emergencia, tanto en su domicilio como en

Durante el incendio

Tenga calma y reporte de inmediato a los bomberos y servicio de emergencia.

Al reportar el incendio o fuga, sea claro en los datos que proporciona (origen o causa, ubicación, etc.)

Si el incendio es de poca magnitud y hay extintor, intenta apagarlo.

Al atacar el fuego, fíjese que el aire no dirija las llamas hacia usted.

De ser posible, cierre las llaves del gas y baje el interruptor de luz.

Con un paño húmedo cubra la boca y la nariz si hubiera mucho humo.

Si hubiera mucho humo, desplácese a gatas para evitar la intoxicación por inhalación de humo.

Evite utilizar elevadores.

No se detenga en la búsqueda de objetos personales.

Si quedas atrapado:

Mantente tranquilo, localiza una pared y avanza a lo largo de ella.

Aléjese del fuego en la medida de lo posible.

Evite abrir puertas y ventanas ya que el viento puede conducir el fuego hacia otras zonas.

Pida auxilio.

Medidas después del incendio:

Retírese del lugar del siniestro, para que los grupos de especializados.

Cómo usar un extintor:

Desmóntalo de su base; sujétalo de la manija y mantenlo en posición vertical.

Transpórtalo en posición vertical.

Colócalo en el piso a una distancia prudente del incendio.

Jala el perno de seguridad.

Dirige la manguera a la base del fuego, aprieta la manija y haz un movimiento de vaivén para barrer el fuego.

Acuesta el extintor cuando esté vacio.

Cerciórate que el fuego esté completamente apagado.

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

No permita que salga corriendo.

Haz que se acueste en el suelo y se cubra con las manos la cara y el cuello. Envuélvela con una tela o saco grueso para apagar las llamas.

Colóquela en un sitio ventilado y fuera de peligro. Pida ayuda a emergencia.

[4] Tomado textualmente de: En caso de… Página Protección Civil, UNAM DGSGhttp://www.dgsg.unam.mx/quehacer.htm

EN CASO DE DERRAME DE LÍQUIDOS INFLAMABLES, FUGAS DE GAS Y CORTO CIRCUITO

Derrame de líquidos inflamables

- Si su hijo se encuentra en el laboratorio, es conveniente que comenten este tipo de situaciones.
- Avisa inmediatamente al responsable o personal encargado del laboratorio o al funcionario más cercano.
- Sigue sus indicaciones.
- Evitar encender cerillos y cigarros.
- No operes interruptores eléctricos, evitar golpear metales para no producir chispas.
- Aléjate del sitio del derrame y si es necesario evacua el lugar.

Fuga de gas

- Avisa a los encargados de las instalaciones.
- Apaga cerillos y cigarros.
- No golpees metales.
- Trata de cerrar la válvula de la red de conducción del gas o la del tanque si fuera posible.

- **Una vez controlada la fuga**
- Abre ventanas y puertas.
- No encender cigarros, cerillos ni nada que produzca flama.

Para prevenir un corto circuito

- No sobrecargues las líneas eléctricas.
- Utilice un multicontacto para conectar varios aparatos eléctricos.
- Revisa que los cables de luz y de los aparatos eléctricos y extensiones estén en buenas condiciones.
- **Para actuar frente a un corto circuito:**
- Trata de desconectar el interruptor.
- Aléjate del lugar.
- Avisa al personal encargado.

Tomado textualmente de: En caso de… Página Protección Civil, UNAM DGSGhttp://www.dgsg.unam.mx/quehacer.htm

Imágenes tomadas de Internet. En http://www.123rf.com/photo_11840301_american-oil-industry-with-a-black-drum-barrel-pouring-and-spilling-out-fossil-fuel-liquid-crude-as-.html; http://www.rena.edu.ve/SegundaEtapa/tecnologia/loscircuitos.html; http://www.123rf.com/clipart-vector/propane_gas.html.

LLUVIAS E INUNDACIONES

En época de lluvias

- Evite las áreas sujetas a inundaciones repentinas.
- Escuche la radio y ponga atención a las predicciones meteorológicas.
- Protéjase sobre todo después del anuncio de aumentos en el nivel de las aguas.
- Localice los puntos más altos de la zona donde se encuentra.
- Diríjase hacia ellos en caso de posible inundación, torrente, desbordamiento, diluvio.
- Aléjese de cauces de barrancos, ramblas y torrentes y de sus puentes.

Dentro de edificio o casa

- Cierre bien los agujeros de puertas y ventanas y salidas de ventilación.
- Coloque los documentos importantes, objetos valiosos, alimentos y agua potable, así como los animales domésticos en puntos elevados y sitúe los productos peligrosos en lugares protegidos.
- Desconecte el interruptor general de la luz.
- No baje a los subterráneos y no permanezca en sitios bajos.

En un vehículo

- No estacione a la orilla de ríos o en cauces de barrancos, ramblas, torrentes y sus puentes ni cerca de ellos.
- Nunca cruce con su vehículo vados que salvan barrancos u otros tramos de carretera si están inundados, la fuerza del agua podría arrastrarle.
- Ante fuertes lluvias, circule con preferencia por rutas principales y autopistas y aminore la velocidad.
- Si tiene problemas de visibilidad a causa de la lluvia, deténgase en el arcén señalizando su situación.

EN CASO DE:

Tormenta

- Refúgiese: la mejor protección es quedarse en casa.
- Cierre puertas y ventanas.
- Escuche la información meteorológica difundidos por la radio.
- No deje nada fuera; los objetos que el viento pueda arrastrar podrían convertirse en proyectiles peligrosos.
- Desconecte el interruptor general de la luz.

Viento fuerte

- Revise los anclajes de los elementos fijos en el exterior de edificios tales como antenas, carteles publicitarios, macetas, cornisas, persianas, toldos, marquesinas, tendidos eléctricos…
- Asegure los elementos colocados no permanentemente en el exterior: tiendas de campaña, entoldados, construcciones provisionales…
- Asegure ventanas y puertas que den al exterior.
- No circule debajo de anuncios publicitarios o andamios.
- La presencia de escombros en aceras puede deberse al desprendimiento de techos o cornisas en mal estado. No circule por sus inmediaciones.
- No se proteja del viento en zonas próximas a muros, tapis o árboles.
- No haga fuego en campo abierto o vertederos en ningún caso.

Ola de frío

- **Precauciones:**
- Lleve ropa y calzado adecuado para las bajas temperaturas.
- Evite prendas ajustadas para que el aire circule entre la piel y la ropa actuando como aislante.
- Póngase una sobre otra, varias prendas de ropa ligera y cálida mejor que una sola de un único tejido.
- Protéjase el rostro y la cabeza. Evite la entrada en la boca de aire frío en los pulmones.
- No realice ejercicios físicos excesivos puesto que el frío no es bueno para la circulación sanguínea.

- **Para la familia**
- Los niños deben estar alejados de estufas y braseros.
- Para las personas de edad avanzada y enfermos no salir de casa.

Fuente: Unidad de Gestión de Riesgo de la Universidad de San Luis Potosí, 2016.

Si requieres más información, puedes consultar la página:
http://www.seguridadyproteccion.unam.mx/PC3/