

**Universidad Autónoma del Estado de México
Facultad de Enfermería y Obstetricia.**

**Programa Educativo: Licenciatura en Gerontología
Unidad de Aprendizaje:
Enfermería en Urgencias y Desastres**

**PLAN DE EMERGENCIAS EN CASO DE SISMO
POR: DRA. MIRIAM GÓMEZ ORTEGA**

- **Unidad III. Planes de Emergencia**
- **Créditos: 4**
- **Carácter de la Unidad de Aprendizaje: Optativa**
- **Núcleo de Formación: Integral**
- ***Solo visión proyectable: Diapositivas***

OCTUBRE
2016

GUIÓN EXPLICATIVO

SOLO VISIÓN (Diapositivas)

Unidad de Aprendizaje de: *Urgencia y Desastres*

Licenciatura en Gerontología

UNIDAD DE COMPETENCIA III: PLANES DE EMERGENCIA

- ▶ **Objetivo General:** Establecer los lineamientos de los planes de intervención para proteger y atender la salud de la población de adultos mayores de los riesgos y daños originados por una urgencia o desastre tomando las medidas preventivas y de control necesarios.
- ▶ **Objetivos Específicos:**
 - ▶ Identificar los elementos de los planes de emergencia para proteger la salud del adulto mayor en situaciones de urgencia o desastre.
 - ▶ Implementar planes de emergencia para proteger la salud del adulto mayor en situaciones de urgencia o desastre.
 - ▶ Con la finalidad de dar cumplimiento al desarrollo de la unidad de competencia, se realiza el siguiente Guión.

Guión

1. **Inicio:** Se realiza un encuadre general de la Unidad Complementaria, propósitos, competencias genéricas, lineamientos, referencias bibliográficas, etc.
2. Se realiza un diagnóstico general de la unidad de competencia a través de preguntas a los alumnos.
3. **Desarrollo:** Se inicia la exposición a través de las diapositivas; donde presenta la evolución de los desastres, naturales y provocados por el hombre en la actualidad a nivel internacional, nacional y estatal.
4. Se realiza una introducción a la ejemplificando cada uno de ellos, a través de imágenes, se pide la participación del alumno.
5. Se explica los conceptos de Fenómenos Provocados por el hombre y naturales
6. Se describe que es un fenómeno Geológico.
7. Se da el concepto de los sismos y sus generalidades.
8. Se describe el Cinturón de fuego del pacífico y las placas tectónicas, como riesgo de Vulnerabilidad para México.
9. Se habla del Sismo de México en 1985.
10. Se mencionan y describen cada una de las etapas y ciclos del plan de Emergencia
11. Se explica que hacer: Antes, Durante y Después del Sismo.
12. **Cierre:** Se concluye, a través de preguntas al azar a los alumnos, para identificar los conceptos generales de unidad y argumentar lo aprendido y se realiza un simulacro dentro del área de clase. Aplicando lo aprendido.

“Plan de Emergencia en caso de sismo”

POR:

Dra. Edu. P Miriam Gómez
Ortega

Toluca., Méx., 2016





FENÓMENOS

Provocados por
el hombre:

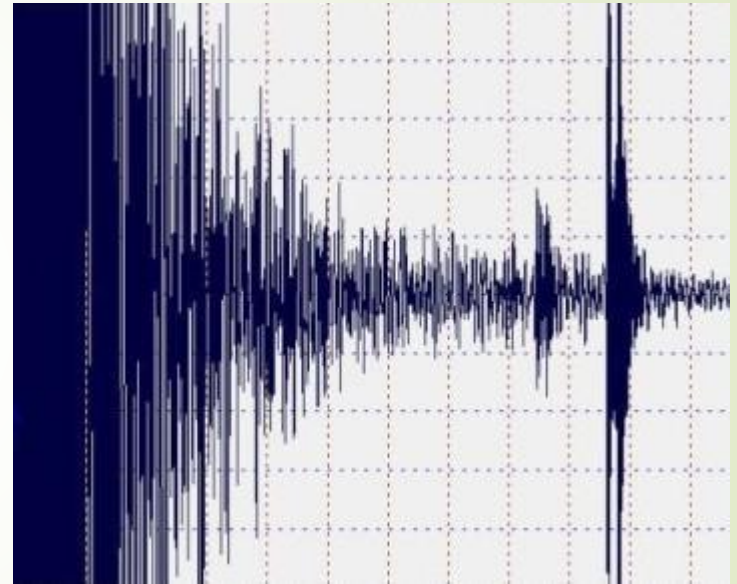
Sanitario-ecológicos,
socio-organizativos,
químico tecnológico.



Naturales:
Hidrológicos,
Geológicos



Fenómeno Geológico:
Agente perturbador que
tiene como causa directa
las acciones y movimientos
de la corteza terrestre.

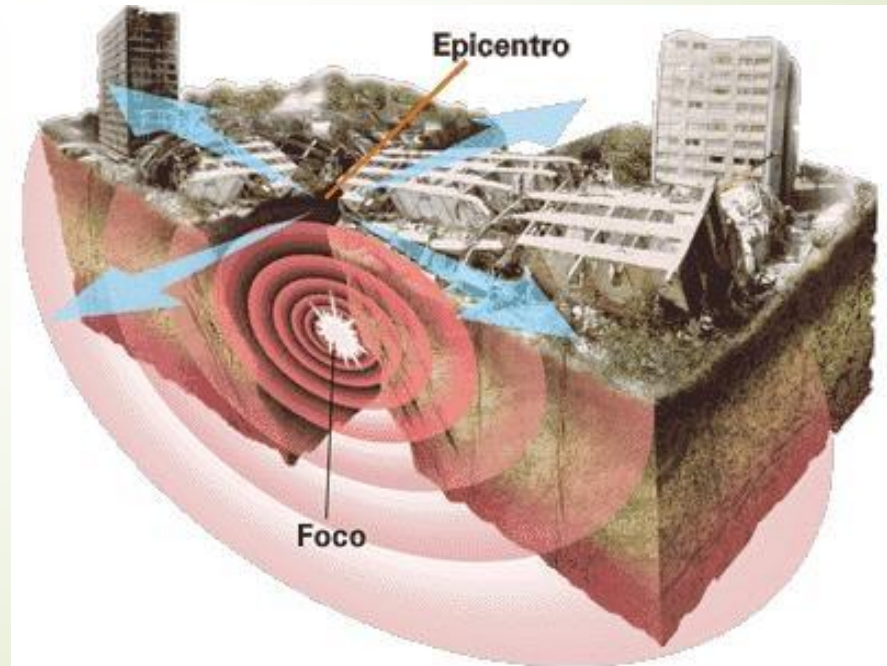


SISMO

Es la vibración de la tierra producida por una liberación rápida y espontánea de energía.

Foco o hipocentro: energía liberada se propaga en todas direcciones por medio de las ondas sísmicas;

Epicentro: lugar de origen del sismo.

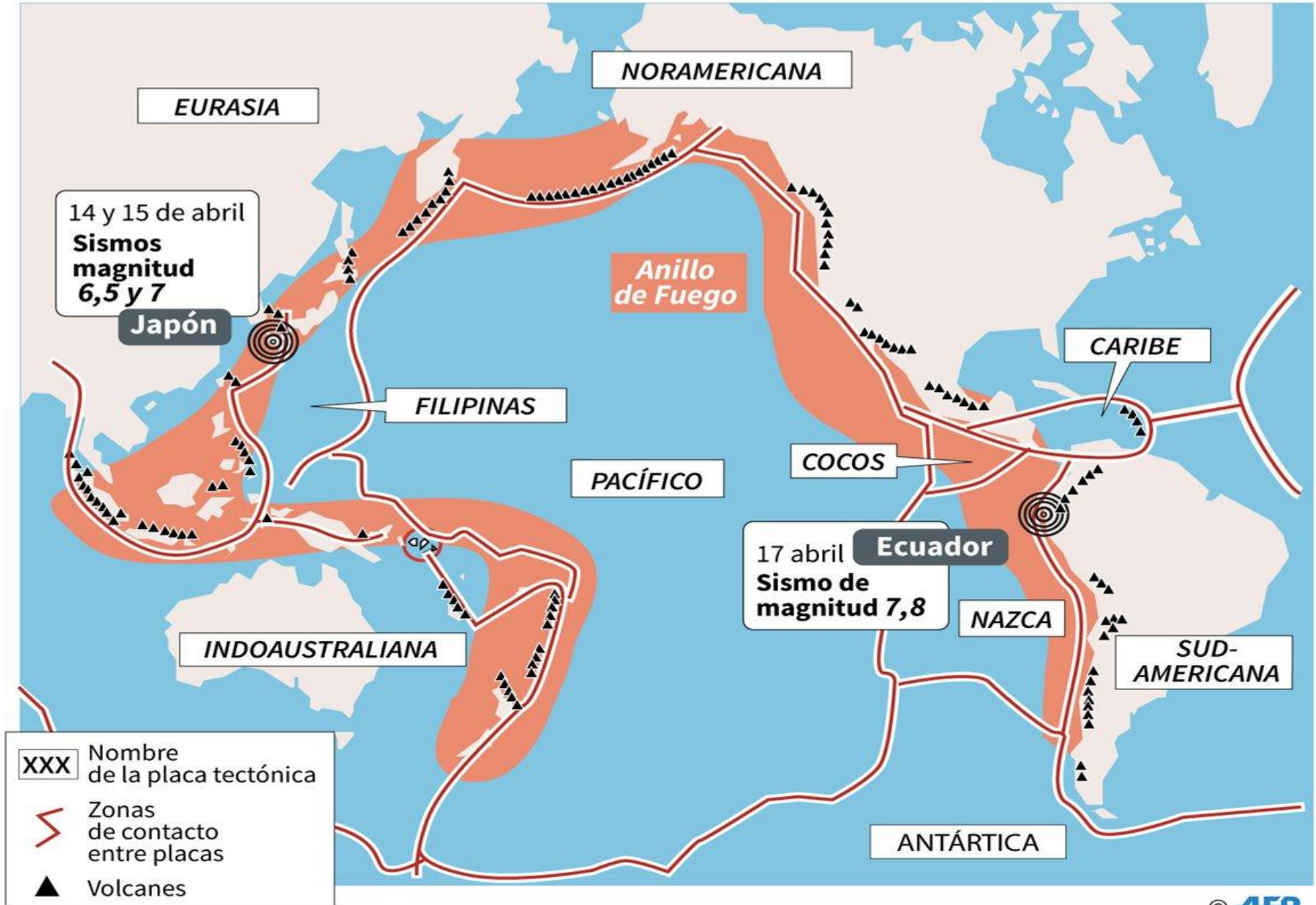


El Cinturón de fuego

El sentido antihorario es el opuesto al reloj a **Chile, Argentina, Bolivia, Perú, Ecuador, Colombia, Centro América, México**, los **EU, Canadá**, luego dobla a la altura de las **Islas Aleutianas** y baja por las costas e **islas de Rusia, Japón, Taiwán, Filipinas, Indonesia, Papua Nueva Guinea y Nueva Zelanda.**

El Anillo de Fuego del Pacífico

Zona con una importante actividad volcánica y sísmica que se extiende a lo largo de 40.000 kilómetros



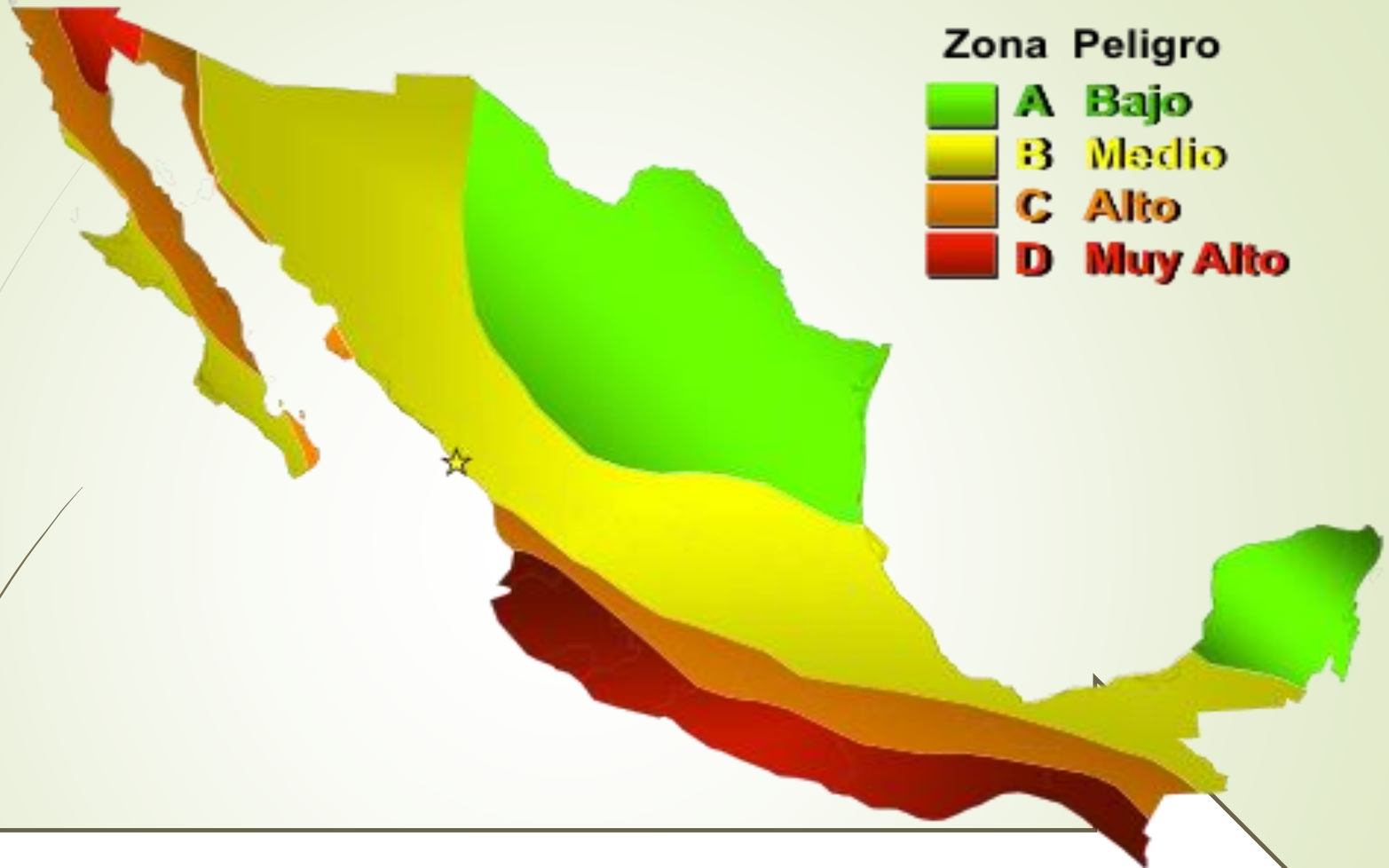
Placas tectónicas

México se localiza en una de las zonas sísmicas más activas del mundo.

El cinturón de fuego del pacífico, cuyo nombre se debe al alto grado de sismicidad que resulta de la movilidad de cuatro placas tectónicas: Norteamericana, Cocos, Rivera y del Pacífico



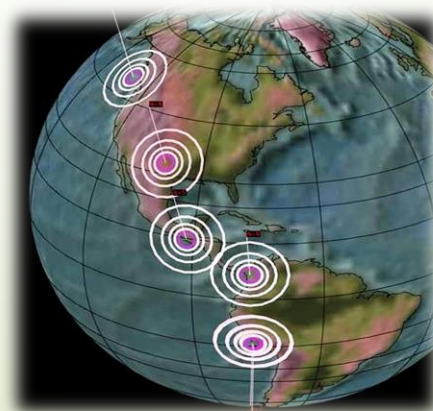
Desastre:



Al resultado de la ocurrencia de uno o más agentes perturbadores severos y o extremos, de origen natural, de la actividad humana que causan daños y que por su magnitud exceden la capacidad de respuesta de la comunidad afectada.

Sismo México 1985.

- México, 8.1 y 7.6 grados Richter el 19 y 20 de septiembre.
- Las pérdidas materiales se calcularon en 4 mil millones de dólares.
- Mas de 38,000 muertos y 30 mil estructuras fueron destruidas en su totalidad.
- La energía que desprendió el sismo fue equivalente a mil 114 bombas atómicas de 20 kilotonnes cada una.





Escala de Magnitud Richter

- Escala maneja 10 grados,
- **1** es el más bajo y el **10** el más alto.
- 1 grado equivale a 10 veces la intensidad y 32 veces la liberación de la energía en el grado anterior.
- En un terremoto de 8 grados, la tierra se moverá 10 mil veces más que en un sismo de 4 grados.





PLAN DE EMERGENCIAS

SALVESE QUIEN SEPA



Etapas de un plan de emergencia



Antes



Durante



Después



Antes :

Prevenir para evitar que ocurran daños mayores en el impacto del desastre

Mitigar.

Preparar

Alertar

Acciones de prevención y mitigación



**Identificación
y
señalamiento
de las áreas
de peligro.**

**Reubicación
de personas y
bienes fuera
de las zonas
de peligro.**

**Reforzamiento
de estructuras
en
edificaciones
que estén en
malas
condiciones
para resistir un
evento
determinado.**

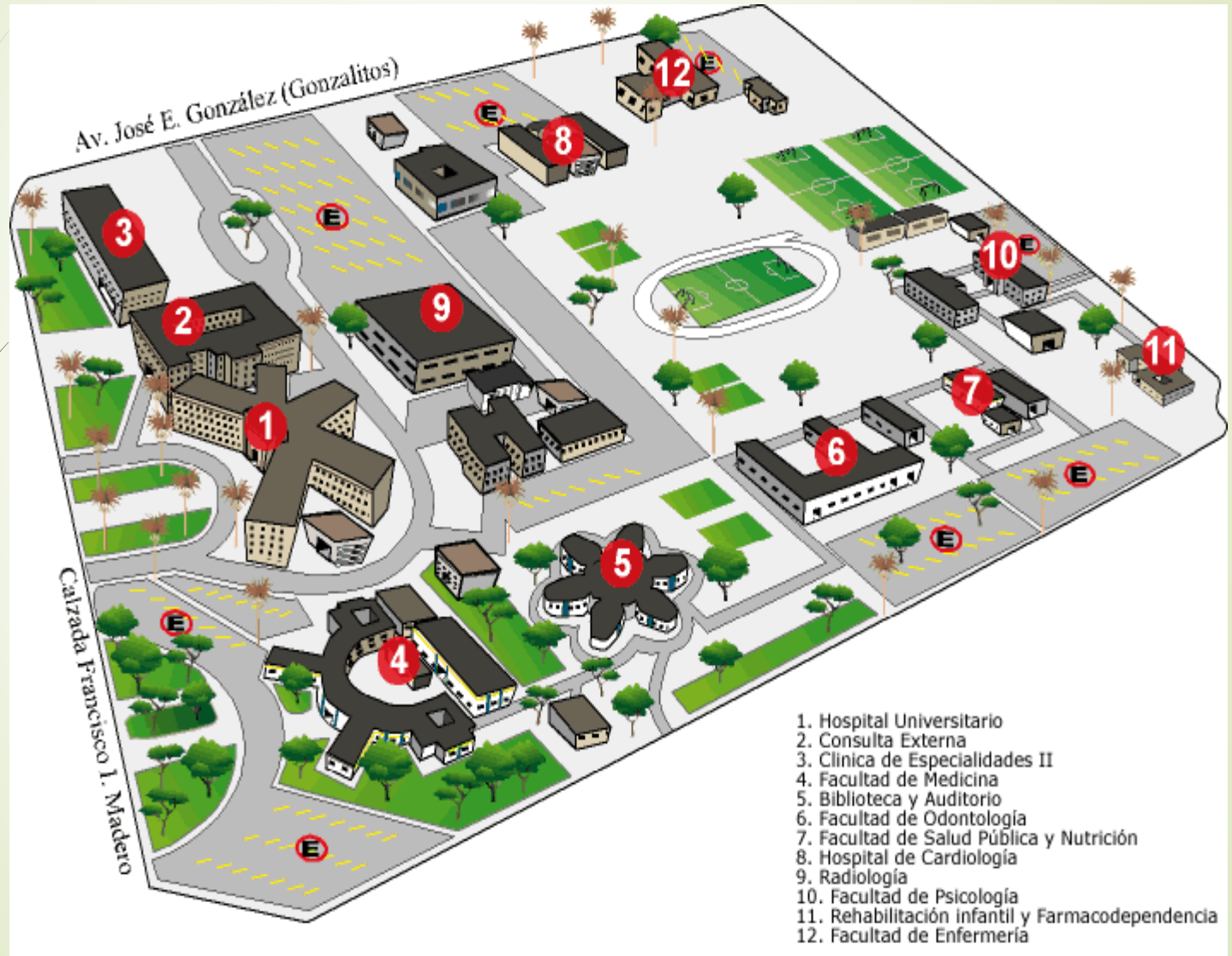


Simulacros

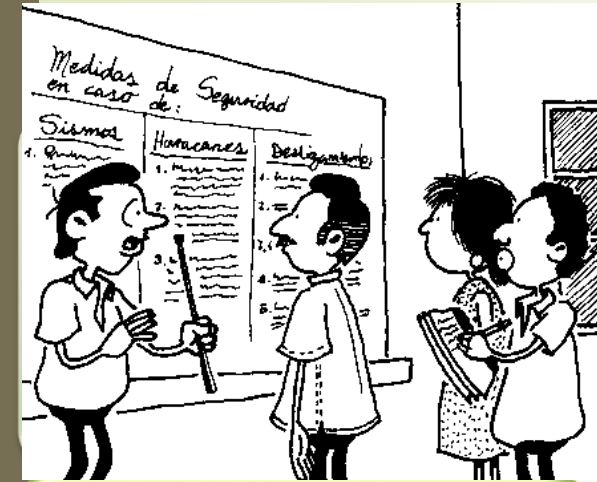
Ejercicios de Evacuación: la acción más efectiva de protección.



Mapeo de riesgos y puntos seguros



Preparación:



En esta etapa se **planifican y organizan las acciones de respuesta** a una emergencia



- **Inventario y localización de los recursos humanos y materiales.**



Llama al **066**



Llama al **065**

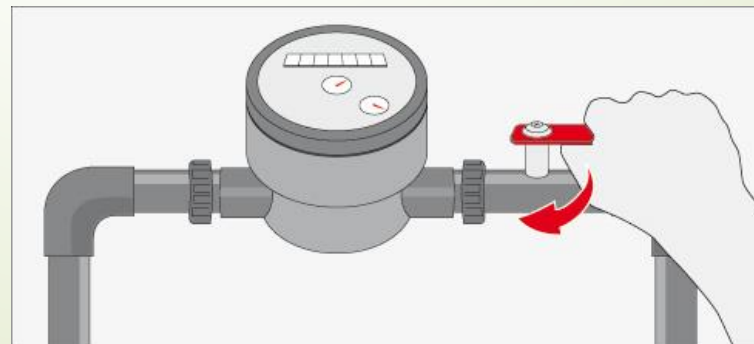


Llama al **068**

- **Alarma**
- **Extintores**
- **Botiquín**
- **Lámpara de Emergencia**
- **Llaves de Agua.**
- **Llaves de Gas,. Tanques estacionarios**
- **Energía Eléctrica.- interruptor**
- **Bombas de Agua**
- **Cisternas**
- **Llaves de puertas de salida**



➤ **RIESGOS**

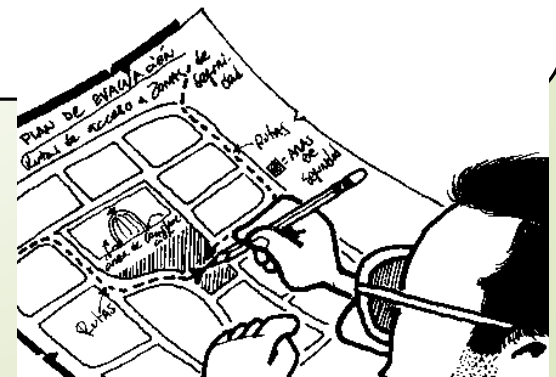


Acciones de preparación:

Definir claramente las **funciones** que asumirán los miembros y grupos en el momento de una emergencia.

Determinar los **sitios de encuentro** y de alojamiento temporal para los casos de emergencia.

Diseñar un plan de evacuación de la población hacia **zonas más seguras**, marcando las rutas de acceso.



Establecer un sistema comunicación, alarma, etc.

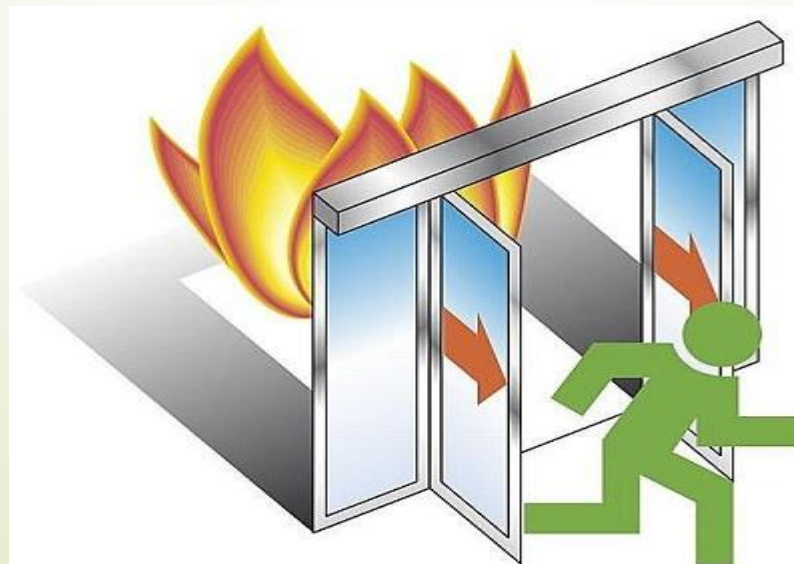
Capacitar a todas las personas, para que puedan **apoyar durante la** emergencia, ejercicios de evacuación.



Durante:

En esta fase se ejecutan las actividades de respuesta durante el período de emergencia o inmediatamente después de ocurrido el evento

Estas actividades incluyen la **evacuación** de la comunidad afectada, la **asistencia**, la **búsqueda y rescate**.



Evacuación

Mobilización de las personas, desde las áreas que se han definido de alto riesgo a las áreas seguras definidas previamente en el mismo piso, pisos adyacentes o al exterior; a través de rutas cuyas condiciones sean adecuadas y verificadas como las más seguras.



Características de la evacuación

Rápida

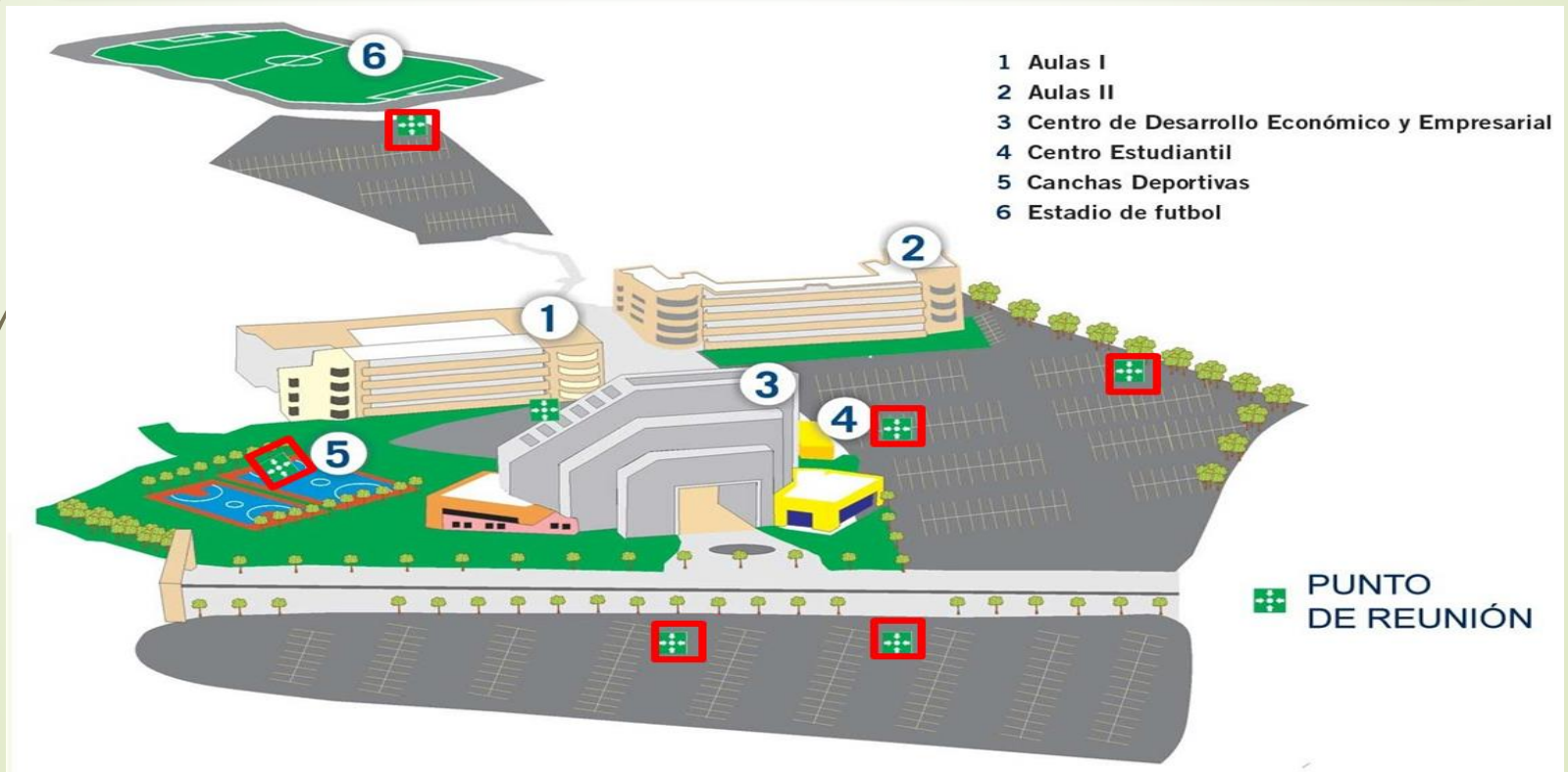
Ordenada

Segura,
disminuir
riesgos.

Planificada,
no
improvisada



Tratándose de sismos, el inicio debe darse apenas termina el impacto, una vez verificadas las condiciones de alto riesgo, principalmente si existe daño estructural o de líneas vitales de la edificación.



INSTRUCCIONES

- En caso de alarma, guarde la calma y coordina la salida ordenada de sus estudiantes, dirigiéndolos a los sitios de encuentro a través de los recorridos de evacuación señalizados y conocidos previamente.



Para la evacuación

A la señal de alarma, desalojarán los edificios, en primer lugar los ocupantes de las plantas bajas.

- Simultáneamente, los de las plantas superiores se movilizaran ordenadamente, hacia las escaleras más próximas.



- Ningún persona deberá detenerse junto a las puertas de salida.

- Todos deberán realizar este ejercicio en silencio y con sentido del orden y ayuda mutua, para evitar atropellos y lesiones, ayudando a los que tengan dificultades y sufran caídas.



- En ningún caso se volverá atrás con el pretexto de buscar a compañeros, amigos, u objetos personales, etc.

- En todo caso los grupos permanecerán siempre unidos, con objeto de facilitar el control de todas las personas.



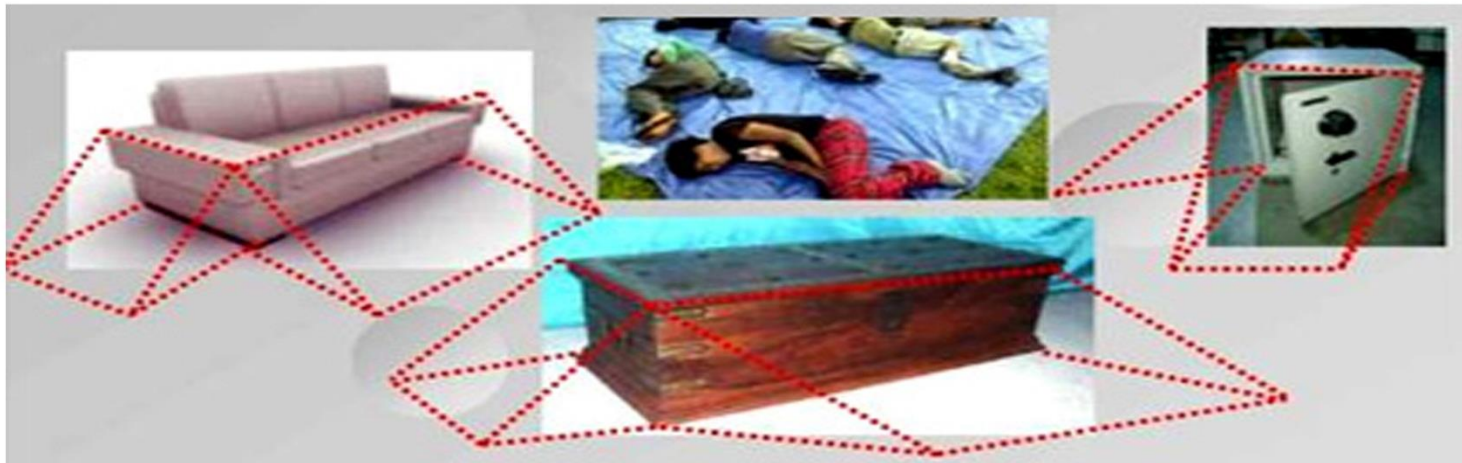
➔ **¿Si no puedo salir?**



El Triángulo de la Vida



Cuando un Edificio colapsa, los muebles que están al lado pueden salvarnos la vida. Siempre queda un “Triángulo de la Vida”, un espacio al lado del mueble donde podemos sobrevivir.



Después:

A esta fase le corresponde todas aquellas actividades que se realizan con posterioridad al desastre

Verifican daños, en infraestructura, líneas vitales etc.

El proceso de recuperación a mediano y largo plazo. Esta fase se divide en rehabilitación y reconstrucción.



Después de la emergencia



Búsqueda y rescate de personas afectadas

Asistencia médica al personal y población afectada

Trage: El equipo de salud, brigadas de primeros auxilios, determinará en virtud de su estado de salud qué personas lesionadas deben ser trasladadas para la atención rápida.



de tener la seguridad de que tanto el accidentado como nosotros mismos



arios (médico, ambulancia, etc.) de la existencia del accidente, para



Tener disponible el listado de Centros a donde poder evacuar.

Áreas afectadas y evacuados, como para información a

“CUIDADO CON RÉPLICAS”



Referencias

- NORMA Oficial Mexicana NOM-002-STPS-2010, Condiciones de seguridad-Prevención y protección contra incendios en los centros de trabajo
- **NORMA Oficial Mexicana NOM-003-SEGOB-2011, Señales y avisos para protección civil.- Colores, formas y símbolos a utilizar.**
- LEY GENERAL DE PROTECCIÓN CIVIL, 2012
- **CENAPRED; Centro Nacional de Prevención de Desastres, <http://www.cenapred.unam.mx/es/>**
- Rodríguez W. 2010, Rev Hosp Jua Mex 2010; 77(4): 264-267. El Hospital Juárez de México a 25 años del terremoto de 1985.
- OPS, 1999, Fundamentos para la mitigación de desastres en establecimientos de salud, http://www.hospitalseguro.cl/documentos/libro_vulnerabilidad_ops.pdf
- Cymet J, 2011, Daños a la Salud en Desastres, Colegio Mexicano de Ortopedia y Traumatología, Edit. Lito Grapo, México DF.
- Ley General de Protección Civil, 2012. Disponible en: https://www.sep.gob.mx/work/models/sep1/Resource/968/5/images/11_Ley%20General%20de%20Protecci%C3%83%C2%B3n%20Civil.pdf [Fecha de consulta: 6 de febrero de 2016]
- Sistema Nacional de Protección Civil SEGOB, Guía Práctica del Programa Hospital Seguro. Disponible en: <http://proteccioncivil.gob.mx/work/models/ProteccionCivil/Resource/59/2/images/gpphs.pdf>[Fecha de consulta: marzo de 2016]
- NOM 019-SSA3-2013, para la práctica de enfermería en el Sistema de Nacional de Salud.
- Muñoz, Silva: Asistencia a Múltiples víctimas Catástrofes. Edit. Mad,S.L. 1ª Edición 2006, Sevilla España

