

Plan Familiar

para la prevención de riesgos



Familia: _____
Dirección: _____

¡La autoprotección comienza en casa!



CIUDAD DE MÉXICO
CAPITAL DE LA TRANSFORMACIÓN



SGIRPC



CIUDAD DE MÉXICO
CAPITAL DE LA TRANSFORMACIÓN

Plan Familiar

para la prevención de riesgos



Los desastres no nacen ni se hacen
solos, el ser humano los construye



CIUDAD DE MÉXICO
CAPITAL DE LA TRANSFORMACIÓN

ÍNDICE

	7	INTRODUCCIÓN
	8	Datos generales de la familia
	10	Datos generales de tus animales de compañía
	11	¿Qué es un Plan Familiar para la Prevención de riesgos?
1	12	Detecta y reduce peligros al interior y exterior del hogar
	13	¿Qué hacer para disminuir riesgos en tu hogar?
2	18	Identifica las zonas de menor riesgo
	19	Elabora tu Plan Familiar
	22	Plano del inmueble
	23	Riesgos externos y punto de reunión
3	24	Ejecuta el Plan
	25	Acciones
4	34	Realiza simulacros y asigna tareas a cada habitante de tu casa
	35	Simulacro
A	38	ANEXO
	39	Lo que no debe faltar en casa
	44	Activación del servicio de emergencia
	45	Tarjeta de seguridad
	49	Números de emergencia
	50	Anotaciones
	52	Glosario



CIUDAD DE MÉXICO
CAPITAL DE LA TRANSFORMACIÓN

INTRODUCCIÓN

Las afectaciones provocadas por fenómenos naturales o inducidas por actividades de los seres humanos se pueden evitar, o disminuir, si cada integrante de tu familia conoce y hace conciencia de ellas.

Debes prepararte para hacerles frente y aminorar el impacto que pudieran ocasionar en tu salud, patrimonio y entorno de tu familia.

La Secretaría de Gestión Integral de Riesgos y Protección Civil de la Ciudad de México, difunde esta guía para apoyarte en la elaboración de tu Plan Familiar.

Toma unos minutos de tu tiempo para que en familia realices un plan de autoprotección, que podría ser invaluable en momentos difíciles.

Tu participación es importante.

Datos generales de la familia

Instrucciones: Llena los espacios con la información de tu familia.

Responsable del plan familiar:

Nombre

Mamá ☐ Papá ☐ Hija ☐ Hijo ☐ Otro ☐

Número de habitantes: Personas adultas Infantes

Teléfonos



FOTO
OPCIONAL

Nombre

Edad Tipo sanguíneo:

Parentesco

Enfermedad / Alergias

Teléfono de contacto

Correo electrónico



FOTO
OPCIONAL

Nombre

Edad Tipo sanguíneo:

Parentesco

Enfermedad / Alergias

Teléfono de contacto

Correo electrónico

Datos generales de la familia



FOTO
OPCIONAL

Nombre

Edad Tipo sanguíneo:

Parentesco

Enfermedad / Alergias

Teléfono de contacto

Correo electrónico



FOTO
OPCIONAL

Nombre

Edad Tipo sanguíneo:

Parentesco

Enfermedad / Alergias

Teléfono de contacto

Correo electrónico



FOTO
OPCIONAL

Nombre

Edad Tipo sanguíneo:

Parentesco

Enfermedad / Alergias

Teléfono de contacto

Correo electrónico



FOTO
OPCIONAL

Nombre

Edad Tipo sanguíneo:

Parentesco

Enfermedad / Alergias

Teléfono de contacto

Correo electrónico

Datos generales de tus animales de compañía

Instrucciones: Llena los espacios con los datos correspondientes.



Foto
opcional

Nombre.....

Edad.....

Raza.....

Macho ☐ | Hembra ☐

Núm. de registro.....



Foto
opcional

Nombre.....

Edad.....

Raza.....

Macho ☐ | Hembra ☐

Núm. de registro.....



Foto
opcional

Nombre.....

Edad.....

Raza.....

Macho ☐ | Hembra ☐

Núm. de registro.....



Foto
opcional

Nombre.....

Edad.....

Raza.....

Macho ☐ | Hembra ☐

Núm. de registro.....

¿Qué es un Plan Familiar para la Prevención de Riesgos?

El Plan Familiar te ayudará a conocer, prevenir, reducir y controlar los efectos de una emergencia o desastre.

Realiza los siguientes pasos para elaborarlo:

1 Detecta y reduce peligros al interior y exterior de la vivienda

2 Identifica las zonas de menor riesgo



3 Ejecuta el Plan

4 Realiza simulacros

La prevención es el elemento clave para reducir el impacto de las amenazas.

1

**DETECTA
Y REDUCE
PELIGROS
AL INTERIOR
Y EXTERIOR
DEL HOGAR**



¿Qué hacer para disminuir riesgos en tu hogar?

Identifica los peligros potenciales en las instalaciones de:



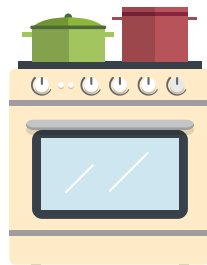
Luz eléctrica:
apagadores, contactos,
focos, interruptor
de seguridad



Agua:
cisternas, tinacos,
tuberías, accesorios
del lavabo, regadera
y fregadero



Sanitaria:
tubería de aguas
de desecho; retrete, tarja,
coladeras y registros



Gas:
estufa, calentador,
cilindro y tanque
estacionario

¿Qué hacer para disminuir riesgos en tu hogar?

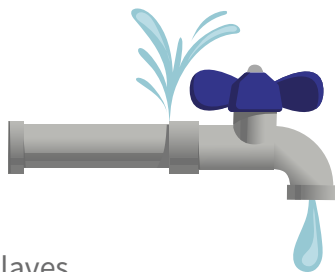
Revisa constantemente las instalaciones de luz, agua y gas, después de un sismo

LUZ



- No sobrecargues los enchufes de la luz con diversos aparatos eléctricos, puedes provocar un corto circuito
- Evita que las niñas y niños jueguen con apagadores, cúbrelos con un protector
- Si identificas extensiones o cables de aparatos eléctricos en mal estado, reemplázalos
- No conectes aparatos que se hayan mojado
- Si barres la azotea de tu casa, o tiendes la ropa, aléjate de los cables de mediana tensión

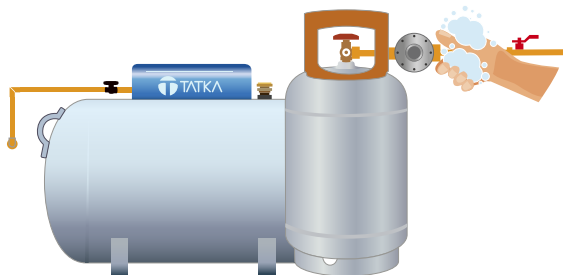
AGUA



- Elimina los goteos en todas las llaves
- Revisa que las tuberías no presenten ningún tipo de fuga
- Si encuentras humedad en alguna pared, llama cuanto antes a un especialista para que haga las reparaciones
- Evita arrojar residuos de comida o cualquier objeto a las tuberías, se pueden tapar
- Revisa que los accesorios de la caja de la taza del baño y el flotador funcionen correctamente
- Limpia el tinaco y la cisterna por lo menos dos veces al año
- Mantén las coladeras libres de basura

¿Qué hacer para disminuir riesgos en tu hogar?

GAS



- Para verificar que las instalaciones no tengan fugas, coloca agua con jabón en las conexiones, si se ven burbujas, es necesario que llames a un especialista
- Revisa que la flama que emita la estufa o boiler sea de color azul y no roja, ya que es indicativo de presencia de monóxido de carbono
- En caso de tener cilindros de gas, al comprarlos revisa que no presenten golpes o desprendimiento de pintura, no los recibas en caso de presentar deterioro
- Los tanques deben colocarse a la intemperie y sobre piso firme, a una distancia mínima de 3 metros entre sí y de interruptores eléctricos, material combustible y ventanas
- Si cuentas con calentador de agua, también deberá estar al exterior. Su vida útil es de 10 a 15 años, si observas que gotea o que ya no calienta adecuadamente, es momento de sustituirlo
- Antes de irte a dormir o al salir del hogar, revisa que los pilotos de la estufa y del calentador estén apagados, prevé fugas

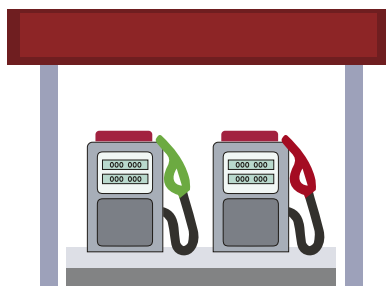
¿Qué hacer para disminuir riesgos en tu hogar?

Sujeta objetos
y muebles
que puedan caerse



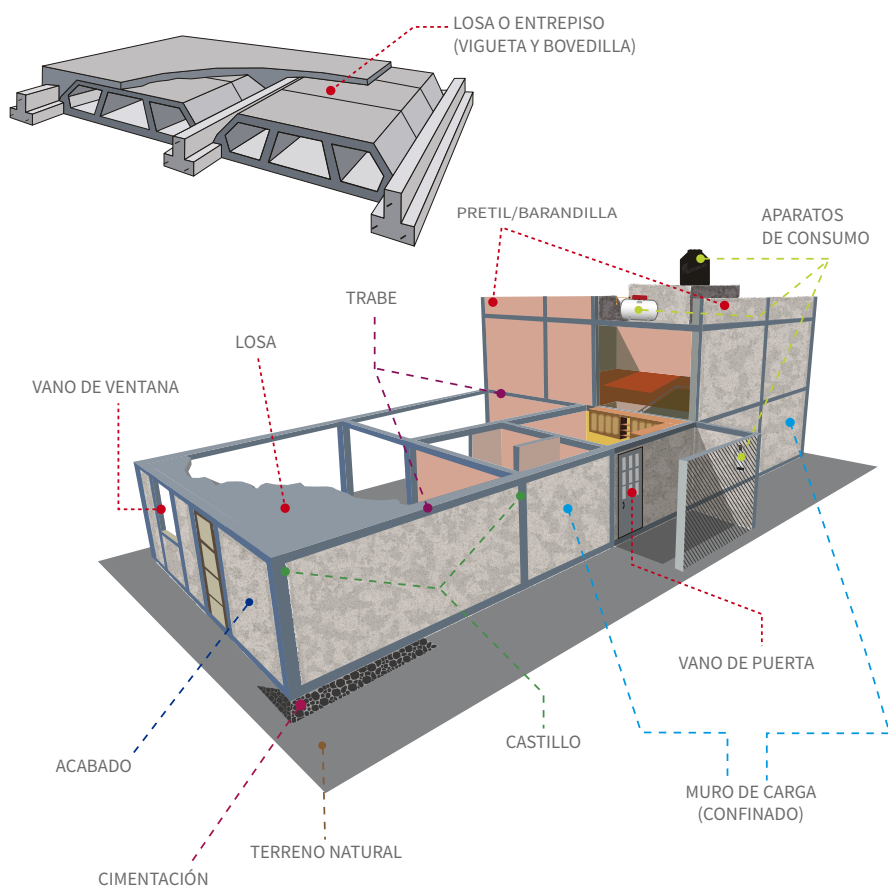
Mantén
productos
tóxicos lejos
del alcance
de infantes

Identifica los peligros
al exterior; si hay
construcciones alrededor
de tu hogar, gasolineras,
cables caídos;
si se ubica cerca de ríos,
canales, laderas y barrancas



¿Qué hacer para disminuir riesgos en tu hogar?

Identifica los principales componentes de tu vivienda.



2

**IDENTIFICA
LAS ZONAS DE
MENOR RIESGO**



Elabora tu Plan Familiar

Si planificas hoy, estarás preparado

Identifica y anota en un croquis las zonas de menor riesgo en tu casa, indicando las rutas de evacuación y el punto de reunión

Si en el hogar habita alguna persona con discapacidad, entre más limitaciones tenga es más importante crear espacios con accesibilidad, especialmente si no puede agacharse, cubrirse o desplazarse

1

Marca las zonas de menor riesgo

Lejos de vidrios que pudieran romperse y objetos que pudieran caer

Aisladas de lugares donde se almacene materiales peligrosos

Fuera de la cocina, en caso de sismo, las puertas de los gabinetes se pueden abrir, los platos y vasos pueden caer al piso



Como las columnas y muros de carga.

2

Señala las rutas de evacuación

Son aquellas por donde llegarás a los puntos de menor riesgo, no sólo consideres las más directas, sino las menos peligrosas

Identifica los objetos que puedan obstruir las rutas de evacuación y retíralos



3

Punto de reunión

Si tu familia no se encuentra junta durante una emergencia, previamente acuerden el lugar donde se reunirán

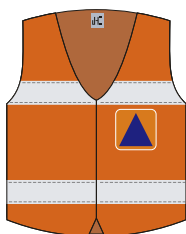


Elabora tu Plan Familiar

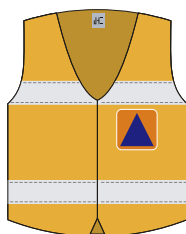
Si vives en un edificio, las y los vecinos, conjuntamente con la administración, deberán elaborar un Programa Interno de Protección Civil, identificando las zonas de menor riesgo al interior y exterior del inmueble, así como las rutas de evacuación y puntos de reunión

Pueden conformar brigadas de protección civil con distintas tareas

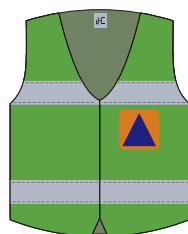
La Unidad de Protección Civil de tu Alcaldía los puede capacitar en la formación de brigadas de prevención y combate de incendios, evacuación, primeros auxilios y comunicación



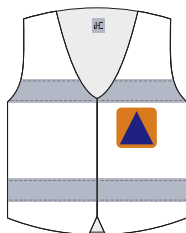
**BRIGADA DE REPLIEGUE
Y EVACUACIÓN**



**COORDINADOR
DE INMUEBLE
Y/O JEFE DE PISO**



**BRIGADA
DE COMUNICACIÓN**



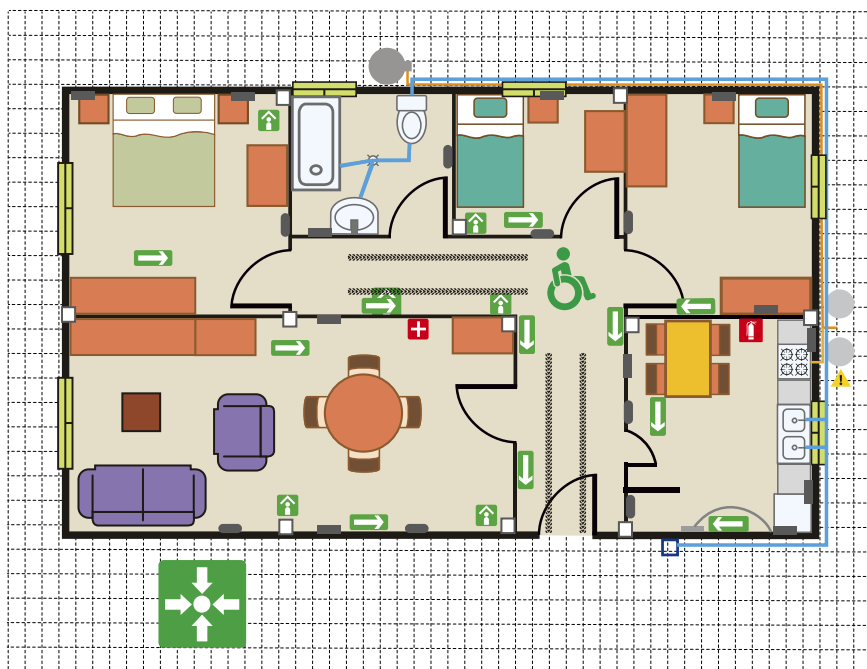
**BRIGADA
DE PRIMEROS AUXILIOS**



**BRIGADA DE PREVENCIÓN
Y COMBATE DE INCENDIOS**

Elabora tu Plan Familiar

La siguiente ilustración es un **ejemplo** de cómo puedes trazar tu croquis, indica dónde se encuentran las instalaciones de luz, agua y gas, así como las zonas de menor riesgo, rutas de evacuación y punto de reunión



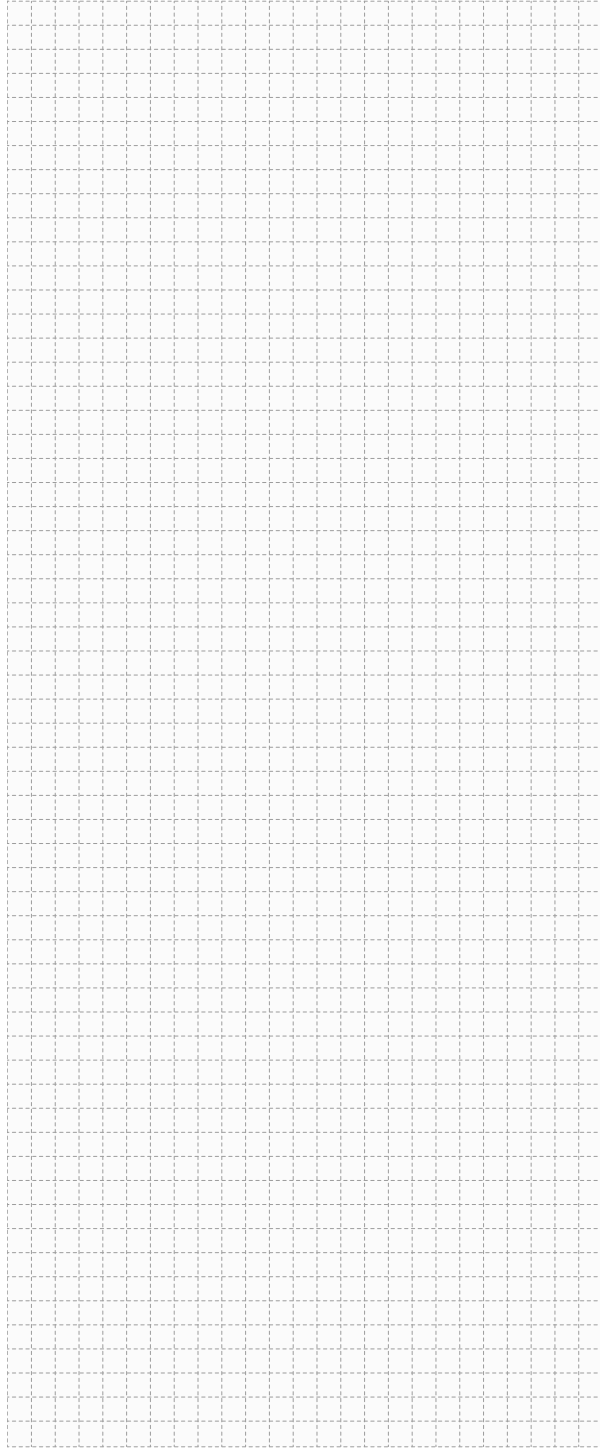
-  Extintor
-  Botiquín
-  Precaución de materiales inflamables y/o combustibles

-  Instalación de luz
-  Apagadores  Contactos
-  Instalación de gas
-  Instalación de agua

-  Punto de reunión
-  Zona de menor riesgo
-  Ruta de evacuación

Plano del inmueble

A continuación toda la familia se reunirá y dibujará su hogar al interior y exterior para que identifiquen dónde se encuentran las instalaciones de luz, agua y de gas, así como las zonas de menor riesgo, rutas de evacuación, punto de reunión, etcétera.



Extintor



Botiquín

Precaución de materiales

 inflamables y/o combustibles

 Instalación de luz

 Instalación de gas

 Instalación de agua



Zona de menor riesgo



Ruta de evacuación

Riesgos externos y punto de reunión

Al exterior dibuja tu hogar en relación a elementos potencialmente peligrosos como construcciones, gasolineras, barrancas, árboles y postes en mal estado, fábricas, etc.

Ubica hospitales, refugios temporales, sitios que pudieran ser de utilidad en caso de emergencia.

Elige un lugar seguro fuera de la casa, donde se reúnan después de la emergencia.



- Gasolineras



Punto de Reunión



- Postes de luz



- Árboles



- Bardas



- Cables caídos



- Ventanas

3

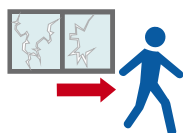
**EJECUTA
EL PLAN**



SISMO

En caso de que se presente alguna amenaza, debes estar preparado para actuar dependiendo el tipo de emergencia

- Si escuchas la alerta sísmica, cuentas con segundos de ventaja; si estás en un primer piso hacia abajo, sal por la ruta de evacuación y ubícate en el punto de reunión afuera del inmueble. Si estás en un segundo piso hacia arriba, ubícate en una zona de menor riesgo y evacúa una vez concluido el sismo
- Es importante mantener la calma, ya que si te alteras puedes provocar un accidente
- Aléjate de ventanas o muebles que pudieran caer
- Si tienes bebés o infantes en el hogar ve por ellos y ubícate en alguna columna o muro de carga
- Si hay personas adultas mayores, deben conocer cuáles son los sitios de menor riesgo de la vivienda para que puedan desplazarse a ellos desde donde se encuentren
- En el caso de personas con discapacidad, las viviendas deben contar con accesibilidad total: rampas, pasamanos, alertamientos especiales visuales y auditivos (luces intermitentes, alerta sísmica). Altura de picaportes, contactos, apagadores, botones de alarma adecuados a todas las necesidades



SISMO

- Una vez percibido el movimiento telúrico, no hagas uso de escaleras ni elevador
- Si cuentas con animal de compañía, busca su jaula, pecera o correa
- En el caso de gatos, perros o algún otro que se encuentre libre, llámalo para evacuar o resguardarlo en la zona de menor riesgo



EN CASO DE SISMO, LAS PERSONAS CON ALGÚN TIPO DE DISCAPACIDAD DEBEN RESGUARDARSE EN SU ZONA DE MENOR RIESGO, PASADO EL MOVIMIENTO DEBERÁN EVACUAR EL INMUEBLE



SISMO

¿Qué hacer si quedas atrapado en un inmueble colapsado durante un sismo?

- Si durante un sismo notas que el inmueble está por colapsar, busca la zona de menor riesgo y mantente ahí.
- Es importante que cubras tu boca y nariz con un pañuelo para no respirar polvo y tierra, ya que a largo plazo pueden resultar tóxicos.
- Procura mantener una respiración lenta, profunda y sostenida ya que el oxígeno es vital.
- Mantente alerta para tratar de captar cualquier ruido. Cuando llegue la ayuda es importante que grites pidiendo auxilio y si no tienes la fuerza suficiente, golpea de forma arrítmica. Es vital realizar un mínimo desgaste de energía para soportar el mayor tiempo posible.



LLUVIAS / INUNDACIÓN



- Ten a la mano los documentos importantes en una bolsa hermética
- Escanéalos y guárdalos en una usb



- En caso de que el agua se introduzca en tu domicilio, desconecta la energía eléctrica

Mantente pendiente de la Alerta Temprana Meteorológica, la cual se clasifica en cinco niveles:

Alerta Verde



Lluvia
<10 mm/24h
Viento
<29 km/h
Granizo
Sin presencia

Recomendación
Porta paraguas
o impermeable.

Alerta Amarilla



Lluvia
10-29mm/24h
Viento
30-49 km/h
Granizo
Pequeño

Recomendación
Porta paraguas
o impermeable.
Retira la basura
de las coladeras
del interior
y exterior
de tu vivienda.

LLUVIAS / INUNDACIÓN

Alerta Naranja



Lluvia
30-49mm/24h
Viento
50-59km/h
Granizo
Mediano

Recomendación

Guarda o retira
objetos
del exterior
que puedan caer.

Alerta Roja



Lluvia
50-70mm/24h
Viento
60-69km/h
Granizo Grande

Recomendación

Desconecta
la energía
eléctrica
de tu hogar.

Alerta Púrpura



Lluvia
<70mm/24h

Viento
<70km/h
Granizo
Muy grande

Recomendación

Si existe
un alertamiento
de inundación
o deslave, evacúa
dando más
atención
a infantes,
personas
con discapacidad
y adultos
mayores.

Acciones

Reduce el riesgo de deslizamientos en barrancas y laderas

Las lluvias intensas ocasionan deslizamientos, si tu casa está construida en una barranca, ladera o zona con materiales blandos debes realizar acciones preventivas



No destruyas la vegetación, ni tales árboles, sus raíces estabilizan el suelo



Evita hacer cortes en el terreno sin asesoría técnica especializada o en zonas prohibidas



No rellenes las barrancas y canales con basura ni cascajo



Revisa las paredes y pisos de tu casa para detectar grietas, hundimientos o deformaciones



Identifica agrietamiento de suelo



Revisa si hay deformaciones como escalonamientos o hundimientos de suelo



Observa si hay árboles inclinados



Infórmate sobre la intensidad con la que se presentarán las lluvias



Verifica si hay fugas en tuberías de agua y drenaje o escurrimientos abundantes sobre el terreno



LOS DESLIZAMIENTOS SON MOVIMIENTOS DE MASA DE SUELO O ROCA

Si detectas alguna irregularidad repórtala a las autoridades de tu alcaldía o a la Secretaría de Gestión Integral de Riesgos y Protección Civil de la Ciudad de México

Acciones

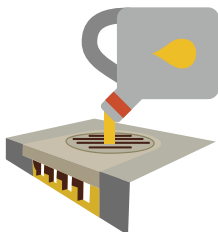
Evita inundaciones por lluvia



No tires basura en las calles, canales, barrancas y laderas



Barre tu calle y coladera, mantenlas libres de basura



No viertas grasas
ni sustancias corrosivas
al drenaje



No intentes cruzar las calles
con corrientes de agua



No tires la basura en la vía
pública, barrancas, ríos
y canales, el agua puede
arrastrarla, tapar alcantarillas
y provocar encharcamientos



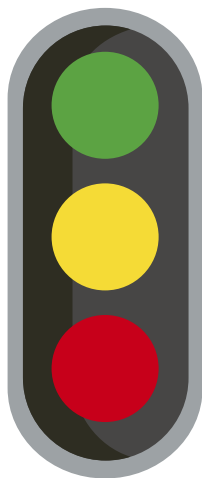
En caso de encharcamiento
o inundación, utiliza cloro
para desinfectar tu vivienda;
limpia bien las esquinas y todas
las superficies para evitar
infecciones

CENIZA VOLCÁNICA

- Si es necesario salir a la intemperie, protege nariz, ojos y boca.
- Utiliza cubreboca, lentes o goggles. La ceniza puede provocar afectaciones a la salud.
- No hagas ejercicio al aire libre.
- Tapa los tinacos, cisternas y depósitos de agua para evitar que se contaminen.
- No dejes a la intemperie alimentos, ni de consumo humano ni para los animales.
- Jamás arrojes agua a la ceniza, ésta se endurece y tapa el drenaje, sólo bárrela y deposítala en bolsas separadas de la demás basura.
- Mantente al pendiente de las indicaciones de las autoridades.



Semáforo de alerta volcánica



Normalidad

El volcán está en calma.
Ligera actividad: fumarolas
y actividad sísmica esporádica.

Alerta

Fase 1

Fumarolas de vapor y gas,
emisiones ligeras de ceniza.

Fase 2

Fumarolas continuas,
caída de ceniza leve.

Fase 3

Actividad explosiva
y fumarolas continuas.

Alarma

Fase 1

Columnas de vapor y gas,
caída importante de cenizas
en poblaciones lejanas.

Fase 2

Columnas eruptivas de gran
alcance, caídas intensas
de ceniza, arena y balísticos.

INCENDIO

- Si se puede apagar el fuego incipiente, hazlo con precaución, en lo que alguien más llama a los servicios de emergencia
- En caso de no poderlo controlar, evacúen el lugar conforme a lo planeado
- Quien sea responsable de cortar el suministro de energía eléctrica y de gas lo hará, siempre y cuando no corra peligro
- Si se trata de un incendio eléctrico, nunca arrojes agua
- Si una olla o sartén con aceite caliente se enciende, nunca le arrojes agua, porque el aceite salta expandiendo el fuego por otros lugares de la cocina. Toma un trapo, mójalo y colócalo encima, o cubre con una tapa para que se consuma el oxígeno, también puedes usar un extintor de polvo
- Si el horno se incendia, cierra la puerta y la llave de paso del gas. Lo mismo con el microondas, cierra y desenchufa



No permitas que los niños jueguen en la cocina, es donde se encuentran más peligros

4

**REALIZA
SIMULACROS
Y ASIGNA TAREAS
A CADA HABITANTE
DE TU CASA**



Simulacro

Una vez que toda la familia conozca las ubicaciones de las zonas de menor riesgo, rutas de evacuación y qué hacer en caso de emergencia, es necesario que realicen simulacros que les servirán para reforzar y mejorar los protocolos de actuación

A través de estos ejercicios, se pueden corregir los errores que comúnmente se cometen



¡Es importante que menores, personas con discapacidad y adultas mayores participen!

7

PASOS PARA REALIZAR SIMULACROS

Imagina una situación de emergencia (hipótesis) en tu hogar ¿Qué harían tú y tu familia si sucediera?



Simulacro

2

Fijen responsabilidades a cada integrante de la familia.
Acuerden quién será responsable de:

Verificar el estado del botiquín:

Verificar el estado de la maleta de vida:

Asistir a personas con discapacidad:

Proteger a los animales de compañía:

Identificar su lugar favorito
para que puedan ubicarlo:

Cerrar las llaves de gas, agua y luz:

Llevar consigo la mochila de vida:

Llamar a los cuerpos de emergencia:

Cuidar a los niños:

Ayudar a personas adultas mayores:

Tomar el tiempo de respuesta:

3

Ante los alertamientos, interrumpan cualquier
actividad que estén realizando. Cierren las llaves
de paso del agua, gas y corten el suministro eléctrico.

Simulacro

4

Evacúen por las rutas señaladas o repliéguense de acuerdo al plan

Midan el tiempo que necesitan para llegar a los sitios seguros fuera de hogar, partiendo de diferentes lugares

¡Cuando se trate de un incendio, toda la familia debe evacuar el domicilio!



5

Recuerden, siempre deben mantener la calma

6

Lleguen al punto de reunión acordado

Revisen que todos se encuentren bien



7

Evalúen los resultados y ajusten los tiempos



Recuerda que, para evacuar a grupos en condición de vulnerabilidad, principalmente infantes, personas con discapacidad o adultas mayores, se requiere más tiempo, por ello debes considerar la ayuda que necesiten.

Anexos

**LO QUE NO DEBE FALTAR
EN CASA**

**ACTIVACIÓN
DE LOS CUERPOS
DE EMERGENCIA**

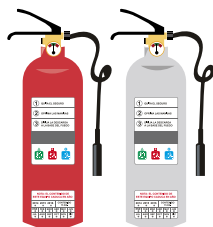
**NÚMEROS DE
EMERGENCIA**

GLOSARIO



Lo que no debe faltar en casa

Extintor



Recomendaciones:

Manten en tu hogar un extintor de 2.5 kg, el cual debe colocarse en un lugar visible, de fácil acceso y en zonas de posible peligro, por ejemplo, cerca de la cocina.

Revisa periódicamente la caducidad del extintor

También se recomienda que coloques detectores de humo en pasillos, sala y habitaciones.

Bolsa hermética con documentos importantes



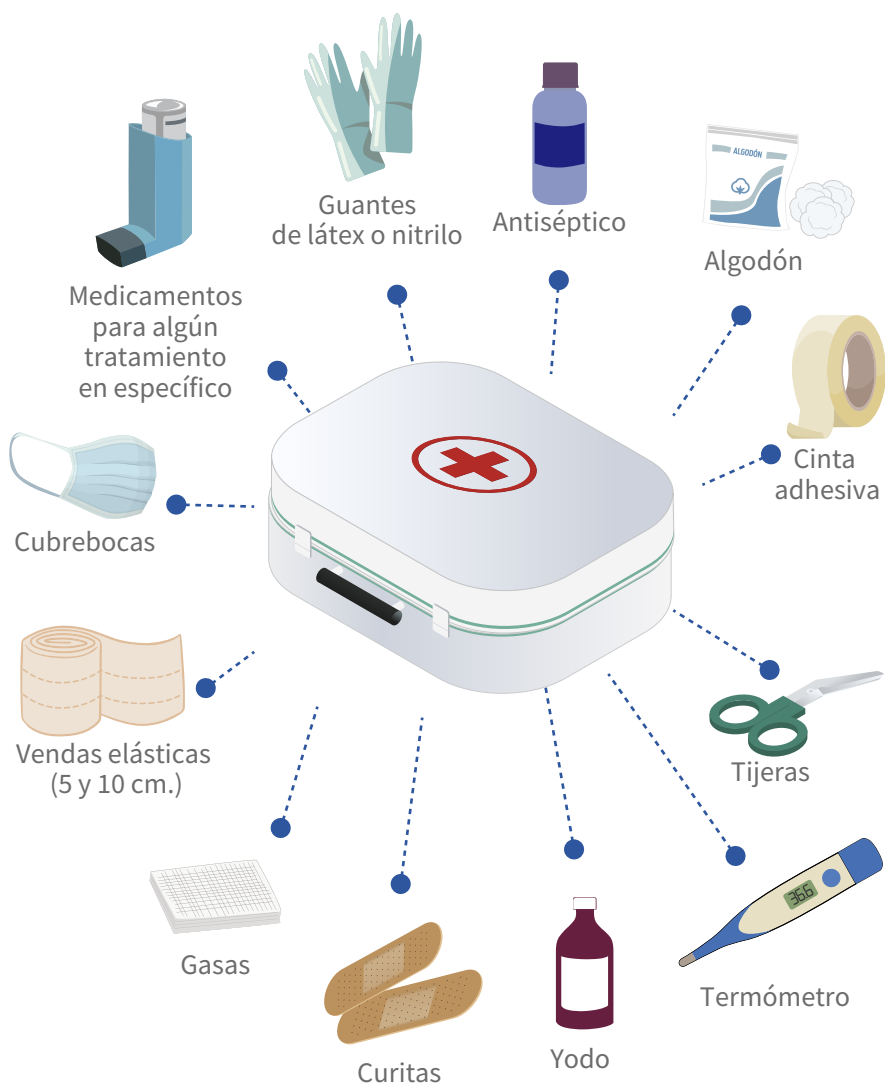
Debes guardar:

- Actas de nacimiento
- Comprobante de domicilio
- Credencial con fotografía (INE, licencia, etcétera.)
- CURP
- Certificado de estudios
- Factura de automóvil
- Información médica
- Cartilla de vacunación
- Carnet de salud
- Escrituras
- Plano de instalaciones eléctricas y sanitarias
- Plano arquitectónico y estructural

De ser posible: escanéalos y llévalos también de manera electrónica USB y /o disco duro, o envíalos por correo electrónico

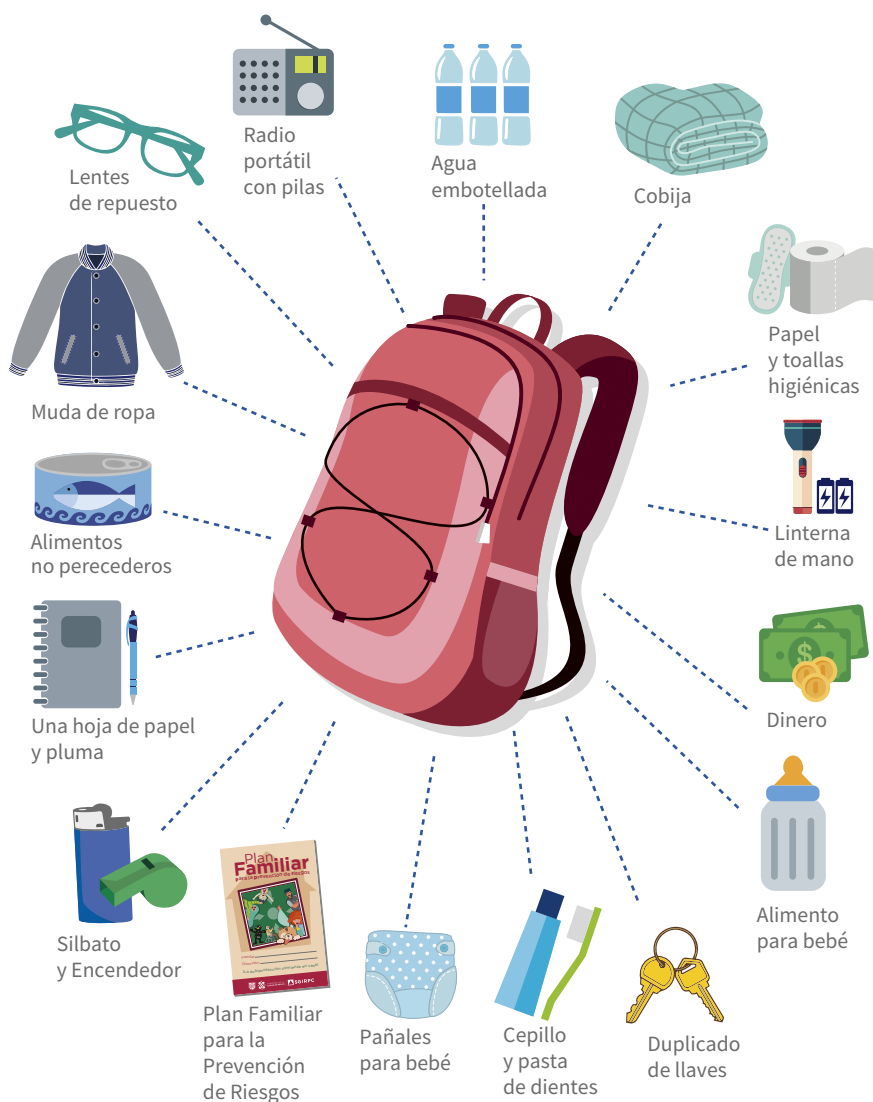
Lo que no debe faltar en casa

Botiquín de Primeros Auxilios.



Lo que no debe faltar en casa

La **Mochila de vida** debe ser individual y conforme a las necesidades de cada integrante de la familia.



Lo que no debe faltar en casa

Mochila de vida para animales de compañía.



Recomendaciones para proteger a tus animales de compañía de la pirotecnia



No permitas que en tu casa usen pirotecnia



No normalices sus conductas de miedo



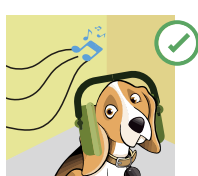
Sé empático y no lo regañes, podrías empeorar la situación



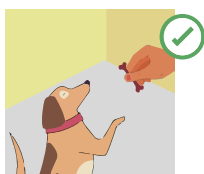
No lo dejes en lugares abiertos



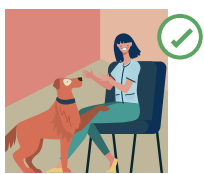
No dejes a su alcance objetos que puedan lastimarlo



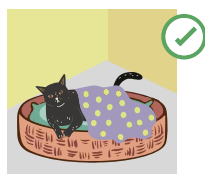
Contrarresta el ruido de la pirotecnia con sonidos habituales o utiliza aislantes como orejeras (*esto requiere un entrenamiento previo*)



Brinda apoyo y premios durante el evento pirotécnico que le hagan disminuir el malestar



Acude a consulta etológica si los comportamientos no mejoran o empeoran



Genera un espacio seguro, donde el sonido aminore, y no pueda lastimarse



No utilices fármacos o vendajes de compresión sin la recomendación del especialista en etología canina

Activación del servicio de emergencia

911

¿Cómo utilizar el servicio de emergencia?
Debes proporcionar la siguiente información:

1

¿Qué fue lo que pasó?

2

¿Dónde pasó? Ubicación lo más precisa posible, algún punto de referencia

3

¿Cuántas personas involucra?

4

¿Qué lesiones aparentes observas?

5

Proporciona tu nombre completo

6

No cuelgues hasta que la persona que te atiende la llamada te lo indique

Tarjeta de seguridad

Instrucciones: Llena con los datos de la familia, recorta por la línea punteada, enmícala y llévala siempre contigo.

TARJETA DE SEGURIDAD	
DATOS PERSONALES Nombre: _____ Tipo de sangre: _____ Alergias: _____ Enfermedades: _____ Seguridad Social: _____ Privado (¿Cuál?) _____ EN CASO DE EMERGENCIA AVISAR A: Nombre: _____ Teléfono: _____	Teléfonos de emergencia Secretaría de Gestión Integral de Riesgos y Protección Civil 55 5683 2222 Emergencias de la Ciudad de México 911

TARJETA DE SEGURIDAD	
DATOS PERSONALES Nombre: _____ Tipo de sangre: _____ Alergias: _____ Enfermedades: _____ Seguridad Social: _____ Privado (¿Cuál?) _____ EN CASO DE EMERGENCIA AVISAR A: Nombre: _____ Teléfono: _____	Teléfonos de emergencia Secretaría de Gestión Integral de Riesgos y Protección Civil 55 5683 2222 Emergencias de la Ciudad de México 911



CIUDAD DE MÉXICO
CAPITAL DE LA TRANSFORMACIÓN

Tarjeta de seguridad

Instrucciones: Llena con los datos de la familia, recorta por la línea punteada, enmícala y llévala siempre contigo.

TARJETA DE SEGURIDAD

DATOS PERSONALES

Nombre: _____

Tipo de sangre: _____

Alergias: _____

Enfermedades: _____

Seguridad Social: _____

Privado (¿Cuál?) _____

EN CASO DE EMERGENCIA AVISAR A:

Nombre: _____

Teléfono: _____

Teléfonos de emergencia

Secretaría de Gestión Integral
de Riesgos y Protección Civil

55 5683 2222

Emergencias de la Ciudad de México

911

TARJETA DE SEGURIDAD

DATOS PERSONALES

Nombre: _____

Tipo de sangre: _____

Alergias: _____

Enfermedades: _____

Seguridad Social: _____

Privado (¿Cuál?) _____

EN CASO DE EMERGENCIA AVISAR A:

Nombre: _____

Teléfono: _____

Teléfonos de emergencia

Secretaría de Gestión Integral
de Riesgos y Protección Civil

55 5683 2222

Emergencias de la Ciudad de México

911



CIUDAD DE MÉXICO
CAPITAL DE LA TRANSFORMACIÓN

Números de Emergencia

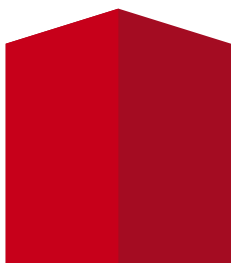
Secretaría de Gestión Integral
de Riesgos y Protección Civil

55 5683 2222

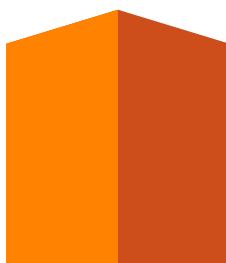


Una emergencia es cualquier situación que pone en peligro o vulnera la condición humana, genera daños a la propiedad y al entorno.

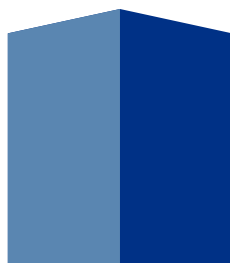
MÉDICAS



PROTECCIÓN CIVIL



SEGURIDAD



Nota: Las llamadas en falso son castigadas por la ley. Éstas evitan auxiliar a alguien que en verdad lo necesita.

Anotaciones

¿Se hicieron cambios en la estructura de la vivienda?.....

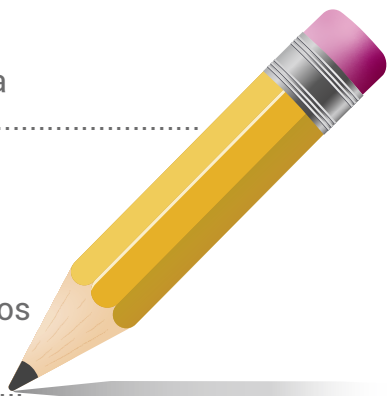
¿Se han hecho compras de muebles o enseres que ocupan nuevos espacios al interior de la vivienda?

¿Hay nuevos miembros en la familia/hogar?.....

¿Algunos de los miembros de la familia tienen necesidades especiales derivadas de enfermedades o accidentes?.....

¿Hay obras públicas o construcciones que hayan modificado el entorno?

Si cambió alguno de estos elementos, es necesario que actualices tu Plan Familiar para la Prevención de Riesgos



Anotaciones

Glosario

Análisis de Riesgos: Aquel donde se identifican los riesgos a los cuales los establecimientos o inmuebles están propensos, definiendo las acciones de prevención necesarias para incrementar la efectividad del Plan de Continuidad y a la vez establecer acciones preventivas para la reducción de los riesgos.

Atlas de Riesgos: Sistema integral de información de la Ciudad de México, que conjunta los Atlas de Riesgos de las alcaldías, sobre los daños y pérdidas esperados, resultado de un análisis espacial y temporal, sobre la interacción entre los Peligros, la Vulnerabilidad, la exposición y los Sistemas Expuestos.

Atlas de Riesgos Participativos: Documento desarrollado por la comunidad que integra datos sobre daños y pérdidas probables a la que se encuentra expuesta a consecuencia de los Peligros, resultado del análisis y la discusión de los propios integrantes de la comunidad.

Brigadas: Grupo de personas capacitadas, equipadas y coordinadas por las autoridades, los responsables o administradores, aplican sus conocimientos para implementar las medidas de Gestión Integral de Riesgos y Protección Civil en un inmueble o comunidad ante una Emergencia o Desastre.

Brigadistas Comunitarios: Son las personas organizadas, preparadas y capacitadas por la autoridad o por medios propios en materias afines al Sistema.

Daños: Afectaciones físicas en el patrimonio, infraestructura y planta productiva que ocurre durante o después de una emergencia o desastre.

Evacuación: Medida de seguridad que consiste en el alejamiento de la población de la zona de peligro, en la cual debe preverse la colaboración de la población, de manera individual o en grupos, considerando, entre otros aspectos, el desarrollo de las misiones de salvamento, socorro y asistencia social; los medios, los itinerarios y las zonas de concentración y destino, la documentación del transporte para los niños; las instrucciones sobre el equipo familiar; además del esquema de regreso a sus hogares una vez superada la situación de emergencia.

Glosario

Fenómeno Perturbador: Evento de carácter geológico, hidrometeorológico, químico-tecnológico, sanitario-ecológico, socio-organizativo o astronómico con potencial de causar daños o pérdidas en sistemas expuestos vulnerables, alteración de la vida social y económica o degradación ambiental.

Gestión Integral de Riesgos: Proceso de planeación, participación, evaluación y toma de decisiones, que basado en el conocimiento de los riesgos y su proceso de construcción, deriva en un modelo de intervención de los órdenes de gobierno y de la sociedad, para implementar políticas, estrategias y acciones, cuyo fin último es la previsión, reducción y control permanente del riesgo de desastre, combatir sus causas de fondo, siendo parte de los procesos de planificación y del desarrollo sostenible. Logrando territorios más seguros, más humanos y resilientes. Involucra las etapas de identificación de riesgos, previsión, prevención, mitigación, preparación, auxilio, recuperación y reconstrucción.

Grupos Voluntarios: Son aquellas personas físicas o morales acreditadas ante la Secretaría, que cuentan con personal, conocimientos, experiencia y equipo necesario para prestar de manera altruista y comprometida sus servicios, en acciones de Gestión Integral de Riesgos y de Protección Civil.

Identificación de Riesgos: Es el reconocimiento y valoración de los daños y pérdidas probables y su distribución geográfica, a través del análisis de los peligros, las condiciones de Vulnerabilidad y los Sistemas Expuestos; incluye el análisis de las causas y factores que han contribuido a la generación de riesgos, así como escenarios probables.

Instrumentos de la Gestión Integral de Riesgos y Protección Civil: Herramientas e información utilizadas en la prevención, diagnóstico y atención de emergencias o desastres, empleadas por el Sistema.

Mitigación: Las acciones realizadas con el objetivo de disminuir la Vulnerabilidad ante la presencia de los Fenómenos Perturbadores.

Plan de Contingencias: Es un instrumento preventivo a partir del diagnóstico en la materia, en el que se determinan las acciones y los responsables de ejecutarlas, a partir de la inminencia o presencia de los diferentes Fenómenos Perturbadores sobre la vida, bienes y entorno de la población.

Glosario

Plan Familiar de Protección Civil: Conjunto de actividades a realizar antes, durante y después de una emergencia o desastre, por los miembros de una familia.

Programa Interno: Programa Interno de Protección Civil, que es un instrumento de planeación y operación, circunscrito al ámbito de una dependencia, entidad, establecimiento, empresa, institución u organismo del sector público, privado o social que tiene como propósito reducir los riesgos previamente identificados y definir acciones preventivas y de respuesta para estar en condiciones de evitar o atender la eventualidad de alguna emergencia o desastre.

Protección Civil: Es la acción solidaria y participativa, que en consideración tanto de los riesgos de origen natural o antrópico como de los efectos adversos de los fenómenos perturbadores prevé la coordinación y conservación de los sectores público, privado y social en el marco del sistema, con el fin de crear un conjunto de disposiciones, planes, programas, estrategias, mecanismos y recursos para que de manera corresponsable, y privilegiando la Gestión Integral de Riesgos y la continuidad de operaciones, se apliquen las medidas y acciones que sean necesarias para salvaguardar la vida, integridad y salud de la población, así como sus bienes, la infraestructura, la planta productiva y el medio ambiente.

Resiliencia: Es la capacidad de un individuo, familia, comunidad, sociedad, y/o sistema potencialmente expuestos a un peligro o riesgo para resistir, asimilar, adaptarse y recuperarse del impacto y efectos de un Fenómeno Perturbador en un corto plazo y de manera eficiente, a través de la preservación y restauración de sus estructuras básicas y funcionales, logrando una mejor protección futura, mejorando las medidas de reducción de riesgos y saliendo fortalecidos del evento.

Riesgo: Daños o pérdidas probables sobre un Sistema Expuesto, resultado de la interacción entre su vulnerabilidad y la exposición ante la presencia de un Fenómeno Perturbador.

Riesgo de Desastre: La probabilidad de que el impacto de un Fenómeno Perturbador sobre un Sistema Expuesto rebase la capacidad de respuesta de este.

Riesgo Inminente: Aquel riesgo que de acuerdo a la opinión técnica o dictamen emitido por la autoridad competente considera la realización de acciones inmediatas en virtud de existir condiciones o altas probabilidades de que se produzcan pérdidas o daños.

Glosario

Simulacro: Representación mediante una simulación de las acciones de respuesta previamente planeadas con el fin de observar, probar y corregir una respuesta eficaz ante posibles situaciones reales de Emergencia o Desastre. Implica el montaje de un escenario en terreno específico, diseñado a partir de la identificación y análisis de Riesgos y la Vulnerabilidad de los Sistemas Expuestos.

Sistema de Alerta Temprana: Conjunto de mecanismos y herramientas que permiten la identificación y evaluación previa al impacto de un Fenómeno Perturbador

Unidades de Gestión Integral de Riesgos y Protección Civil: La unidad administrativa de cada una de las alcaldías encargada de la organización, coordinación y operación del Sistema en su ámbito territorial.

Vulnerabilidad: Susceptibilidad o propensión de un agente afectable a sufrir daños o pérdidas ante la presencia de un agente perturbador, determinado por factores físicos, sociales, económicos y ambientales.



SGIRPC

SECRETARÍA DE GESTIÓN INTEGRAL DE RIESGOS Y PROTECCIÓN CIVIL



#LaPrevenciónEsNuestraFuerza

X @SGIRPC_CDMX

f /SGIRPCCDMX

PROTECCIONCIVIL.CDMX.GOB.MX