CIUDAD DE MÉXICO
CAPITAL DE LA TRANSFORMACIÓN

SECRETARÍA DE GESTIÓN INTEGRAL
DE RIESGOS Y PROTECCIÓN CIVIL

GUÍA DE PREVENCIÓN
EN TEMPORADA DE INVIERNO

CIUDAD DE MÉXICO
CAPITAL DE LA TRANSFORMACIÓN

SECRETARÍA DE GESTIÓN INTEGRAL
DE RIESGOS Y PROTECCIÓN CIVIL

RECOMENDACIONES
PARA EVITAR INCENDIOS EN
TEMPORADA NAVIDEÑA

Apaga todas las luces y adornos navideños cuando duermes.

Desconecta las series y adornos al salir de casa, evita sobrecargas en el voltaje.

Recuerda: después de quince días los árboles naturales se secan y pueden incendiarse fácilmente.

Evita colocar el árbol cerca de cortinas, telas, papeles, plástico, madera o cualquier material inflamable.

Revisa que las luces sean de buena calidad, no las adquieras en el comercio informal, éstas pueden generar cortos circuitos al no cumplir con las Normas Oficiales Mexicanas.

Las luces navideñas no deben estar en uso por más de 90 días.

De preferencia, arma tu nacimiento en materiales no inflamables, como mesas de fierro, vidrio o cemento.

Prescinde de las cajas de cartón como base del nacimiento, pues éstas son muy inflamables.

Evita colocar velas sobre o cerca del nacimiento, un movimiento en falso podría provocar un incendio.

Utiliza multicontactos que disminuyan sobrecargas en la corriente eléctrica.

No colocar las extenciones por debajo de alfombras ni pisar los cables.

Revisa que los cables e instalaciones eléctricas se encuentren en buen estado.

Evita encender velas o veladoras de cera, puedes utilizar artificiales que funcionan con batería.

Verifica que el árbol no obstruya parcial o totalmente las Rutas de Evacuación, Salidas de Emergencia y cualquier puerta.

Con base en datos proporcionados por el Heroico Cuerpo de Bomberos de la Ciudad de México, los árboles de navidad tanto naturales como artificiales pueden llegar a convertirse en "combustible puro" de presentarse un corto circuito debido a instalaciones eléctricas en mal estado, mala calidad de las series o luces colocadas en ellos, y en cuestión de minutos provocar un incendio de gran magnitud.

CIUDAD DE MÉXICO
CAPITAL DE LA TRANSFORMACIÓN

SECRETARÍA DE GESTIÓN INTEGRAL
DE RIESGOS Y PROTECCIÓN CIVIL

RECOMENDACIONES PARA NUESTRAS CELEBRACIONES

PIÑATAS

Las fiestas forman parte de nuestras tradiciones. Para hacerlas más vistosas, se utilizan adornos multicolores, luces, velas, incluso juegos pirotécnicos. Para disminuir los riesgos a la salud y evitar accidentes, sigue éstas recomendaciones.

- Sujétala firmemente y delimita el área
- Toma precauciones al pegarle
- Procura una participación segura
- Utiliza las de cartón para evitar lesiones
- Evita rellenarlas con objetos pesados o puntiagudos
- Evade piñatas de barro, los fragmentos de la olla podrían lastimarte

CIUDAD DE MÉXICO
CAPITAL DE LA TRANSFORMACIÓN

SECRETARÍA DE GESTIÓN INTEGRAL
DE RIESGOS Y PROTECCIÓN CIVIL

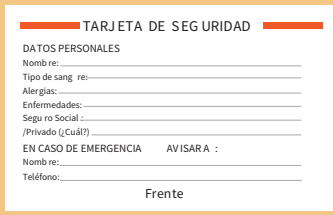
Apoya a menores de edad, adultos mayores, embarazadas y personas con alguna discapacidad.

No portes objetos punzocortantes, envases de vidrio y otros que puedan causar lesiones.

Identifica las rutas de evacuación, y define un punto de reunión.

Usa al menos tres capas de ropa, de preferencia de algodón o lana, así como gorro y bufanda.

Porta tu tarjeta de seguridad. Descárgala de nuestra página web.


TARJETA DE SEGURIDAD

DATOS PERSONALES

Nombre: _____

Tipo de sangre: _____

Alergias: _____

Enfermedades: _____

Seguro Social: _____

/Privado (¿Cuál?) _____

EN CASO DE EMERGENCIA AVISAR A:

Nombre: _____

Teléfono: _____

Frente

CELEBRACIÓN DE Año Nuevo

Si acudes al festejo de Fin de Año sigue las recomendaciones para evitar riesgos

CIUDAD DE MÉXICO
CAPITAL DE LA TRANSFORMACIÓN

SECRETARÍA DE GESTIÓN INTEGRAL
DE RIESGOS Y PROTECCIÓN CIVIL

CUÍDATE DE ENFERMEDADES RESPIRATORIAS

Utiliza ropa adecuada para el frío.

No te expongas a cambios bruscos de temperatura

Evita la entrada de aire frío a las vías respiratorias.

Toma líquidos calientes para que mantengas tu temperatura corporal

Come frutas y verduras ricas en vitamina A y C.

Si realizas actividades al aire libre, cúbrete con tapaboca y bufanda

Procura respirar por la nariz y no por la boca

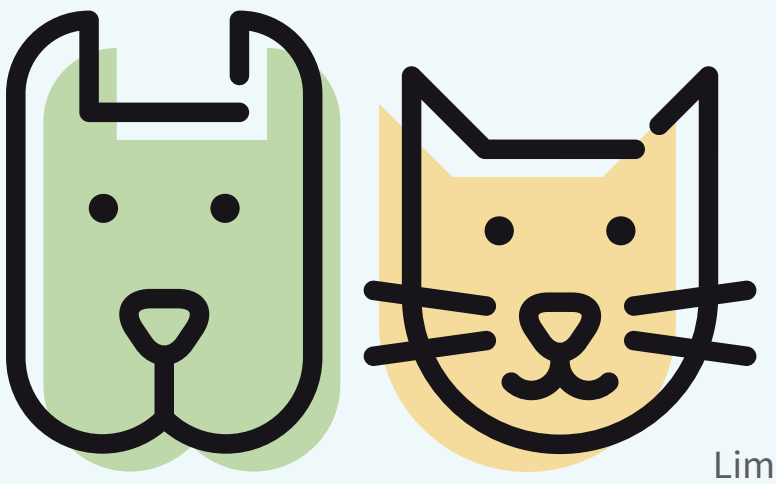
Usa bufanda, pañuelo o tapaboca

PARA TU ANIMAL DE COMPAÑÍA

No cortes demasiado su pelo

Ejercítalo en casa

Coloca si es necesario botas, abrigos, capas, etc



Limita los baños a un mínimo posible, usa shampoo hidratantes para baño en seco

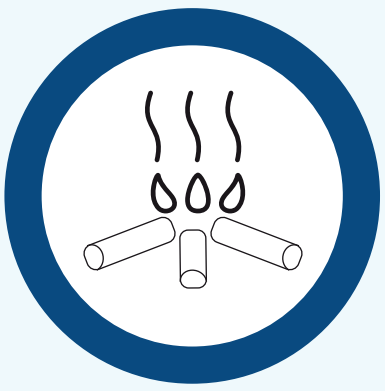
CIUDAD DE MÉXICO
CAPITAL DE LA TRANSFORMACIÓN

SECRETARÍA DE GESTIÓN INTEGRAL
DE RIESGOS Y PROTECCIÓN CIVIL

MONÓXIDO DE CARBONO PELIGRO INVISIBLE

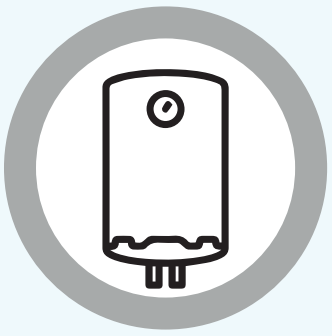
EVITA INTOXICARTE

Si usas anafres para calentar habitaciones, colócalos en lugares ventilados y apágalos antes de dormiR



Revisa que la flama que emita la estufa o boiler sea de color azul y no roja

El monóxido de carbono es un gas tóxico, incoloro, inodoro, producto de la combustión incompleta durante la quema de leña, al encender calentadores de agua, anafres, y/o chimeneas.



El boiler y las instalaciones de gas deben estar al exterior del hogar para evitar fuga

Mantén ventilada la cocina

Es indispensable contar con un extintor y leer las instrucciones de su uso con anticipación. Se aconseja instalar, asimismo, un detector de humo por lo menos en cada piso del hogar

Realiza mantenimiento a las instalaciones de gas

No dejes encendido el motor de tu vehículo en un lugar cerrado o semicerrado

Síntomas:
Dolor de cabeza, mareos, náuseas y pérdida de conciencia

Recomendación:
En caso de presentar algún síntoma de malestar, oxigena a la persona y llévala a un Centro de Salud de inmediato