



INDECI

DEFENSA CIVIL, tarea de todos



Plan Familiar de Emergencia

“La Seguridad Empieza en Casa”



PERÚ Ministerio de Defensa

EL PERÚ PRIMERO



INDECI

DEFENSA CIVIL, tarea de todos



Plan Familiar de Emergencia

“La Seguridad Empieza en Casa”

Catalogación realizada por la Biblioteca del Instituto Nacional de Defensa Civil.

Perú. Instituto Nacional de Defensa Civil - INDECI.

Plan Familiar de Emergencia "La Seguridad Empieza en Casa". Instituto Nacional de Defensa Civil INDECI. Dirección de Desarrollo y Fortalecimiento de Capacidades Humanas, 2019.

40 p.

EDUCACIÓN EN DESASTRES - GESTIÓN DE RIESGOS DE DESASTRES - PLANES Y PROGRAMAS DE EDUCACIÓN EN DESASTRES - CAPACITACIÓN - PERÚ.

Hecho el Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N° 2019 - 08237

Plan Familiar de Emergencia "La Seguridad Empieza en Casa"

Publicado por el Instituto Nacional de Defensa Civil - INDECI
Dirección de Desarrollo y Fortalecimiento de Capacidades Humanas.

© INDECI, 2019
Instituto Nacional de Defensa Civil
Calle Ricardo Angulo Ramírez N° 694 Urb. Córpac. San Isidro. Lima - Perú.
Teléfono: (51 1) 225-9898. Página Web: www.indeci.gob.pe

Dr. Jorge Luis Chavez Cresta
Jefe del Instituto Nacional de Defensa Civil

Abg. Luis Alberto Carranza Micalay
Secretario General del Instituto Nacional de Defensa Civil

Responsable de edición:

CrI. EP. Rubén Hayakawa Rebaza
Director (e) de Desarrollo y Fortalecimiento de Capacidades Humanas

Responsable de revisión:

Mg. Maritza Del Carmen Rosario Milagros Sánchez Perales
Subdirectora de Gestión de Material Educativo

Mg. Shirley Verónica Montero Purizaca
Subdirectora de Desarrollo y Fortalecimiento de Capacidades Humanas

Téc. Luiggi Camus Fernández
Diseño y diagramación

7ma. Edición. Lima, junio del 2019

Se término de imprimir en Junio de 2019 en: Sinco Industria Gráfica EIRL
Jr. Huaraz 449, Breña - Lima, Perú / Teléfono: 996471016
sincoindustriagrafica@gmail.com

Tiraje 1000 ejemplares

Documento disponible en la Biblioteca Virtual del INDECI <http://bvpad.indeci.gob.pe>

Cualquier parte de este documento podrá reproducirse siempre y cuando se reconozca la fuente y la información no se utilice con fines de lucro. De requerir más información sobre esta publicación, solicitarla a la Dirección de Desarrollo y Fortalecimiento de Capacidades Humanas del INDECI.

Presentación

La Insuficiente preparación para enfrentar una situación de emergencia o un desastre, pone en mayor riesgo nuestras vidas y nuestro patrimonio.

En reconocimiento de esta situación, el Instituto Nacional de Defensa Civil ha elaborado el presente libro para difundir entre las familias peruanas las medidas y acciones de preparación sobre cómo actuar ante la ocurrencia de una emergencia o desastres.

El Plan Familiar de Emergencia está centrado principalmente en los Principios del Bien Común y de la Autoayuda de la Gestión del Riesgo de Desastres.

En ese sentido, se considera el bien común como el hecho de poder vivir y convivir con las demás personas en un estado de total armonía. Lo que corresponde a todos es velar por el bienestar en general tanto de las personas con las cuales tratamos directamente como con las relaciones que sostenemos con otros indirectamente.

Plan Familiar de Emergencia "La Seguridad Empieza en Casa"

Una sociedad que, en todos sus niveles, quiere positivamente estar al servicio del ser humano es aquella que se propone como meta prioritaria el bien común.

Con relación al Principio de Autoayuda, es el proceso mediante el cual las personas intentan reconocer sus potencialidades, a fin de usarlas para satisfacer sus necesidades y alcanzar una forma de vivir satisfactoria y significativa.

Este principio se sustenta en que la mejor ayuda oportuna y adecuada es la que surge de la persona misma y la comunidad, especialmente en la preparación y en el adecuado autopercepción de exposición al riesgo, preparándose para minimizar los efectos de un desastre.

Las familias peruanas deben considerar que las emergencias y desastres pueden ser originados por la ocurrencia de fenómenos naturales o inducidos por la acción humana y que no existe lugar libre de estos incidentes, por ello se debe estar preparado ante estas situaciones para actuar en salvaguarda de la propia vida y de la vida de sus familiares.

El presente libro puede adaptarse a cualquier situación de emergencia y a las necesidades específicas de cada familia, de acuerdo al número de personas que la componen y a las características propias del lugar en el que habitan.

Instituto Nacional de Defensa Civil

1. Aspectos Generales

El Plan Familiar de Emergencia “La Seguridad Empieza en Casa”, es el conjunto de actividades que los miembros de una familia deben realizar para estar preparados y responder de manera planificada y organizada ante una situación de emergencia o desastre.

La elaboración del Plan Familiar de Emergencia requiere que todos los miembros de una familia participen en su elaboración y lo hagan de manera coordinada lo que permite que las personas que viven en el hogar conozcan el rol que deben cumplir y las responsabilidades asumidas tanto en la Preparación como en la Respuesta y en la Rehabilitación.



Plan Familiar de Emergencia “La Seguridad Empieza en Casa”

En ese sentido, el Plan Familiar de Emergencia debe considerar:

1. Preparación, ante la ocurrencia de una emergencia o desastre.
2. Respuesta, para saber actuar en una emergencia o desastre.
3. Rehabilitación, como el conjunto de conocimientos y acciones que se deben conocer y ejecutar a continuación de la Respuesta.

Se detallan algunas medidas generales para cada situación.

Preparación ante la ocurrencia de una emergencia o desastre

Los diferentes lugares en los que viven las familias peruanas tienen características propias y son propensas a variados fenómenos de origen natural, tales como sismos, tsunamis, huaicos, inundaciones, sequías, bajas temperaturas, deslizamientos, vientos fuertes, entre otros, frente a los cuales se debe estar preparado.

Por ello, toda familia debe considerar en su Plan Familiar de Emergencia aspectos, como:

- Contar con el Combo de la Supervivencia que comprende: la Mochila para Emergencias y la Caja de Reserva.
- Diferentes formas de comunicarse en caso de estar separados al momento de emergencia.
- Establecer los lugares y hora de reunión en caso de estar separados y no poder reunirse de inmediato.
- Rutas de evacuación del hogar.

Respuesta, saber actuar en una emergencia o desastre

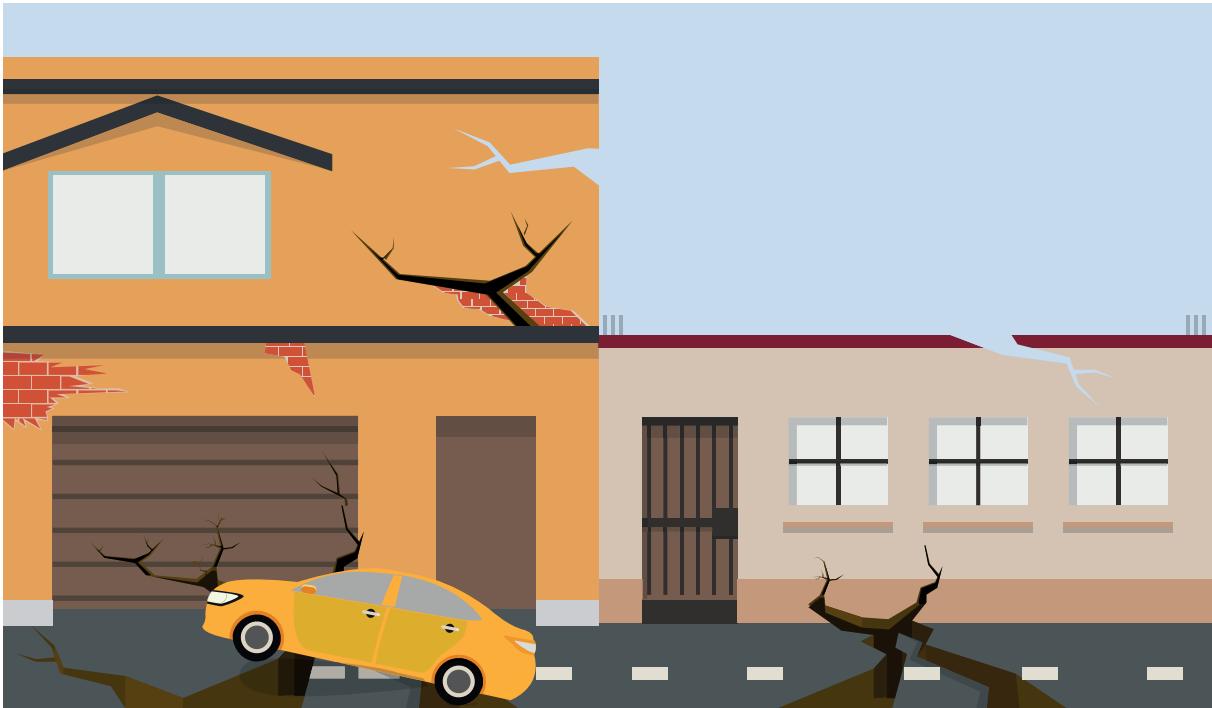
Ante la ocurrencia de una emergencia es importante que cada miembro de la familia:

- Si el riesgo es mínimo dentro de la casa, será preferible quedarse en ésta; si es la situación contraria, es preferible evacuar de inmediato y dirigirse a la zona segura previamente determinada.
- Mantenga la calma, pues se infunde tranquilidad al resto de la familia y los integrantes que dependen de otros se sentirán seguros y colaborarán con lo practicado durante la preparación.

Rehabilitación, como el conjunto de conocimientos y acciones que se deben conocer y ejecutar a continuación de la respuesta

Inmediatamente después de ocurrido el incidente, se debe comprobar que:

- La familia esté sana y tratar de comunicarse con el resto de la misma empleando mensajes de texto y llamando al 119.
- Si algún miembro de la familia está herido, debe ser llevado a un centro de atención médica. Si la herida es leve, utilice el botiquín de primeros auxilios que se encuentran en la Mochila para Emergencia.
- La casa se encuentra en condiciones que no impliquen riesgos a los integrantes de la familia, caso contrario debe dirigirse a los lugares seguros y determinados en la Preparación.



Definición de términos

Es importante la definición conceptual de algunos términos que servirán para el análisis y elaboración de los Planes de Emergencia.

Peligro

Es la probabilidad de que un fenómeno físico potencialmente dañino, de origen natural o inducido por la acción humana, se presente en un lugar específico, con una cierta intensidad y en un periodo de tiempo y frecuencia definidos.

Algunos peligros se pueden clasificar como de origen natural porque están asociados con la posible ocurrencia de fenómenos de la naturaleza. Como ejemplos de fenómenos de origen natural que pueden convertirse en peligros, se pueden mencionar: la actividad volcánica, los sismos, los tsunamis, las lluvias intensas, las bajas temperaturas, los deslizamientos, las sequías, las tormentas eléctricas, entre otros.

Los peligros inducidos por la acción humana son aquellos provocados intencional o accidentalmente por el hombre. Como ejemplo de acciones que pueden generar este tipo de peligros se encuentran los incendios, los accidentes industriales y nucleares, el colapso de represas, las explosiones, la contaminación química y radiactiva, entre otros.

Vulnerabilidad

Es la susceptibilidad de la población, la estructura física o las actividades socioeconómicas, de sufrir daños por acción de un peligro.

Los tipos de vulnerabilidad pueden ser:

- Física
- Social
- Cultural
- Ambiental y ecológica
- Científica
- Económica
- Educativa
- Ideológica
- Política e institucional
- Tecnológica.

Riesgo

Es la probabilidad de que una población y sus medios de vida sufran daños y pérdidas a consecuencias de sus condiciones de vulnerabilidad y el impacto de un peligro.

El riesgo es una condición latente que al no ser modificada o mitigada a través de la intervención humana o por medio de un cambio en las condiciones del entorno físico - ambiental, provocará un determinando nivel de impacto social y económico.

Los peligros de origen natural e inducidos por el hombre y la vulnerabilidad son entonces los llamados factores de riesgo, sin los cuales el riesgo de desastre no puede existir.



2. El combo de la Supervivencia

Está conformado por:

A. La Mochila para Emergencias

La Mochila para Emergencia contiene artículos indispensables para que los miembros de la familia puedan sobrevivir las primeras 24 horas después de la emergencia. Puede ser personalizado con artículos según los requerimientos de cada familia, tal como la presencia de bebés, niños pequeños, adultos mayores, personas con discapacidad o con determinadas enfermedades. La mochila debe ser colocada en un lugar de fácil acceso durante la evacuación.



Artículos indispensables a manera de recomendación

HIGIENE		
	Gel antibacterial	1
	Papel higiénico	2
	Toallas de mano y cara	4
	Paquete de paños húmedos	1
BOTIQUÍN		
	Botiquín de Primeros Auxilios	1
BEBIDAS Y ALIMENTOS NO PERECIBLES		
	Comida enlatada	2 <small>mínimo</small>
	Paquete de galletas de agua	2
	Agua embotellada sin gas (1/2 litro)	4
	Chocolate en barra	2
ABRIGO		
	Manta polar	2
	Pantufas	2 <small>pares</small>
DINERO		
	En monedas	varias

COMUNICACIÓN		
	Linterna y pilas	1
	Radio portátil	1
	Silbato	1
	Agenda con teléfonos de emergencia	1
	Útiles para escribir	1 <small>juego</small>
	Plumón grueso	1
DIVERSOS		
	Bolsas de plástico resistente	10
	Cuchilla multipropósitos	1
	Guantes de trabajo	1 <small>par</small>
	Cuerda de poliéster	7m
	Encendedor	2
	Plásticos para piso o techo	3m ²
	Cinta adhesiva multiusos	1
	Peñate (alfombra de paja o tela)	1
	Mascarilla	2

Artículos específicos (según lo necesario para cada familia)

PARA BEBÉS E INFANTES		DEL ADULTO MAYOR		DIVERSOS	
	Lata de leche		Medicamentos		Dinero en efectivo
	Biberón		Pañales geriátricos		Duplicado de llaves
	Papilla		Ropa de cambio		Lentes adicionales
	Pañales descartables		Medicamentos		Fotocopia: DNI
	Juego de cubiertos para niños		Toallas higiénicas		Fotocopia: licencia de conducir y pasaporte
			Peine		

Plan Familiar de Emergencia "La Seguridad Empieza en Casa"

B. La Caja de Reserva

La Caja de Reserva debe ser almacenada en un lugar seco y protegido dentro de la casa.

Contiene artículos necesarios para que una familia pueda vivir del segundo al cuarto día de la emergencia.

La cantidad de artículos depende de la familia. Puede ser de cartón corrugado o de plástico.



Artículos necesarios

BEBIDAS Y ALIMENTOS NO PERECIBLES	
	Agua embotellada sin gas de 2.5 litros
	Sopa instantánea Comida enlatada
	Galleta de agua
	Caramelos
	Chocolates
ROPA Y ABRIGO	
	Casaca / Chompa
	Ropa interior
	Medias
	Manta polar

HIGIENE	
	Toallas de mano y de baño
	Cepillo de dientes y pasta dental
	Jabón de tocador
DIVERSOS	
	Olla
	Termo
	Platos, vasos y cubiertos descartables
	Papel periódico
	Pilas de reserva
	Imperdibles
	Paraguas

3. Comunicaciones en caso de Emergencia

En caso de una emergencia o desastre de origen natural, los miembros de la familia desean saber el estado de sus integrantes. Sin embargo, es usual que en esas circunstancias la mayoría recurra a llamar por teléfono, lo que ocasiona saturación en las llamadas y el colapso de las comunicaciones.

Para evitar estos problemas, el Ministerio de Transportes y Comunicaciones, en cooperación con las empresas operadoras de telecomunicaciones, ponen al servicio de los usuarios "Comunicaciones en caso de Emergencia".

Si algún familiar se encuentra en la zona de emergencia o afectado por un desastre, puede dejar un mensaje de voz al 119 desde su teléfono FIJO o CELULAR hacia otro ya sea del mismo operador o de otro distinto.



“

Para grabar un mensaje en teléfono fijo:

119 + 1 + código del departamento + N° de teléfono elegido.

Para escuchar el mensaje dejado en teléfono fijo:

119 + 2 + código del departamento + N° de teléfono elegido.

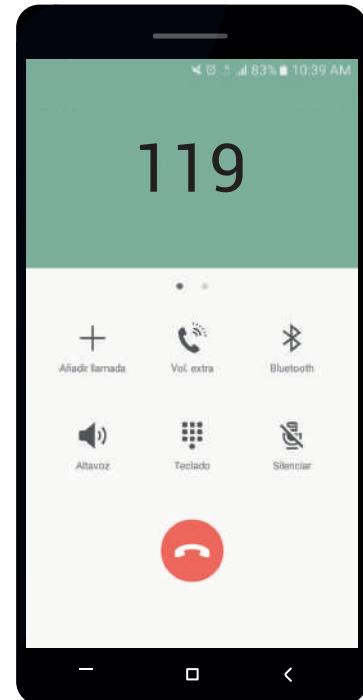
Para grabar un mensaje en celular elegido:

119+1+N° de celular.

Para escuchar el mensaje dejado en celular:

119+2+N° de celular.

”

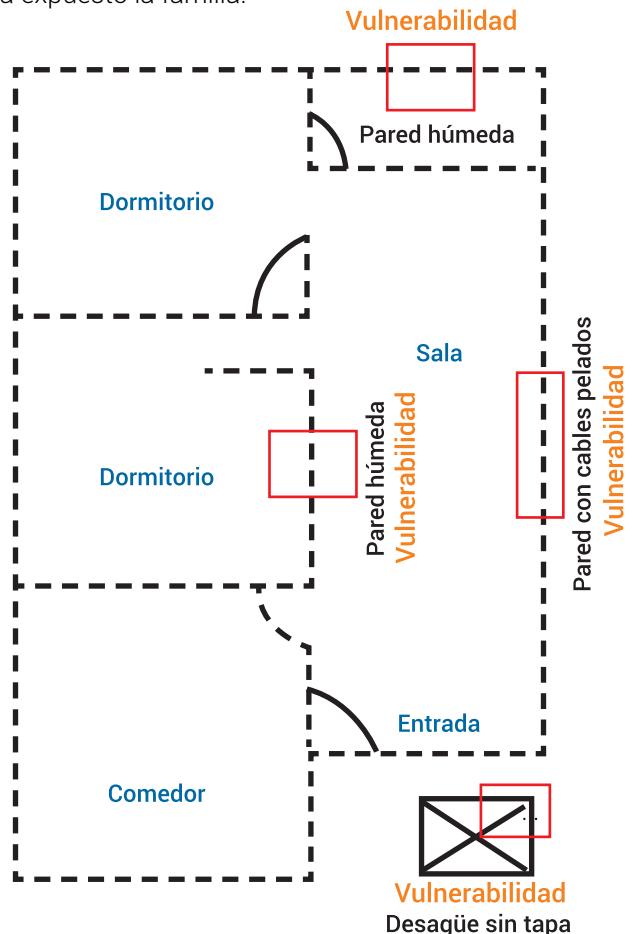


4. Elaboración del Plan Familiar de Emergencia

Para empezar a elaborar el Plan Familiar de Emergencia, se debe:

4.1. Reconocer el sitio en el que vive la familia

- Identificar los materiales de la vivienda es importante, ya que es una característica que incrementa o disminuye el riesgo al que está expuesto la familia.
- Identificar la ubicación de la vivienda, hay que analizar los riesgos potenciales, si está ubicada cerca de una quebrada, un río, lagunas, mar, redes de gas; si se encuentra cerca de edificaciones en mal estado, rodeada de cables eléctricos que estén colgando y que atraviesen la acera o cerca con posibilidades de caerse, entre otros.
- Revisar el estado de las instalaciones eléctricas, de las cañerías, de las paredes, muros, techos, entre otros.
- Señalar los lugares de riesgos y las recomendaciones para disminuir tal riesgo.
- Marcar los lugares vulnerables; tales como paredes inestables, roturas o desniveles en el piso, cables sueltos, desagües sin tapa, macetas, repisas y estantes sin sujetar a la pared, entre otros.
- Elaborar un croquis de la vivienda y sus alrededores.



Las siguientes preguntas son una ayuda para que la familia reconozca el sitio en el que vive:



4.2. Desarrollar la estrategia de acción

Esta debe ser una actividad en la que igualmente a la anterior, debe participar toda la familia, es parte del Plan Familiar de Emergencia, tener presente que para estar preparados y hacer frente a situaciones de emergencia o desastre, debe ser conocido por todos los miembros de la familia.

En este sentido, el Plan Familiar de Emergencia sirve no solamente para saber cómo actuar ante un caso de emergencia o desastre, sino que es una oportunidad para que los miembros de la familia mejoren las condiciones de seguridad en sus hogares, para convertirlo en un sitio seguro para vivir, tales como:

- Reforzar estructuras de la casa. Si tiene dudas al respecto, debes consultar con un ingeniero o maestro de obras.
- Reparar instalaciones eléctricas y filtraciones de agua.
- Fijar repisas y muebles altos a la pared y dejar libre de muebles las salidas de evacuación de la casa.
- Elaborar las estrategias de acción que involucra tener en cuenta:

a. Si podemos quedarnos en el interior de la casa:

- Ubicar los lugares más seguros de la casa, que son aquellos en los que la familia puede estar a salvo en caso de una emergencia o desastre.
- Hacer simulacros de evacuación familiar, para medir el tiempo que se demora la familia en evacuar.
- Tener presente que si en la familia hay niños pequeños, adultos mayores o personas con discapacidad, se requerirá mayor tiempo, por lo que deben tener presente que necesitarán ayuda de otros miembros de la familia.
- Determinar los responsables de las Mochilas para Emergencia.
- Determinar las rutas de evacuación y zonas seguras en la casa.

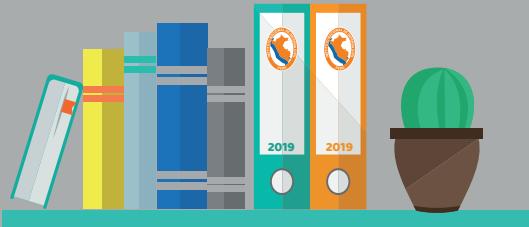
b. Si debemos evacuar la casa de inmediato:

- Tener en cuenta las necesidades especiales de algunos miembros de la familia como niños pequeños, adultos mayores, personas con discapacidad.
- Determinar los responsables de las Mochilas para Emergencia.
- Establecer un punto común de reunión familiar y el número telefónico familiar para comunicarse a través del 119.
- Ubicar los lugares seguros del barrio/comunidad para dirigirse a ellos.
- Designar el responsable para bajar la llave de gas y energía eléctrica en casa.



Plan Familiar de Emergencia "La Seguridad Empieza en Casa"

Se recomienda que cada integrante de la familia tenga la siguiente tarjeta con información que puede ser útil:



**PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIA
DE LA FAMILIA CAMUS**

NOMBRES DE CONTACTOS EN CASO DE EMERGENCIA

1-

2-

TELÉFONOS EN CASO DE EMERGENCIA O DESASTRE

- * Emergencias Policía Nacional 105
- * Bomberos 116
- * Mensaje de voz al 119

LUGAR DE CONTACTO EN EL BARRIO/ COMUNIDAD

.....

.....

LUGAR DE CONTACTO FUERA DEL BARRIO/ COMUNIDAD

.....

.....

INFORMACIÓN IMPORTANTE

.....

.....

4.3. Comportamiento Familiar

Inmediatamente después de haber sucedido la emergencia, la familia debe:

- Mantener la calma. Verificar la presencia de todos los miembros de la familia que estaban en casa.
- Constatar si la casa está habitable, caso contrario dirigirse a los lugares pre determinados en el Plan Familiar de Emergencia.
- Evitar llamar por teléfono para no congestionar los servicios, emplear el 119 para comunicarse con sus familiares y usar mensaje de texto.

4.4. Organizar y participar en simulacros familiares

Los simulacros sirven para poner en práctica el Plan Familiar de Emergencia y saber cómo actuar en caso de una emergencia, sea movimiento sísmico, incendio, huaico, deslizamiento, entre otros.

A través del simulacro se está preparando y se pueden corregir los errores que comúnmente se cometen durante una emergencia o desastre.

Algunas recomendaciones a tener en cuenta en el simulacro:

- Cada miembro de la familia asume la responsabilidad que se le asigna en el Plan Familiar de Emergencia.
- Es preferible hacerlo de manera sorpresiva, por ello la persona que da la alarma debe considerar este aspecto.
- Los integrantes de la familia, deben dejar de lado sus actividades para unirse al ejercicio, en lo posible se debe desconectar los aparatos eléctricos y cerrar la llave de gas.
- Desplazarse por las rutas de evacuación señaladas.
- Es importante hacer los simulacros de día y de noche, los simulacros nocturnos convocados por el Instituto Nacional de Defensa Civil, son una oportunidad para poner en práctica el Plan Familiar de Emergencia.

5. Acciones ante diferentes tipos de emergencias

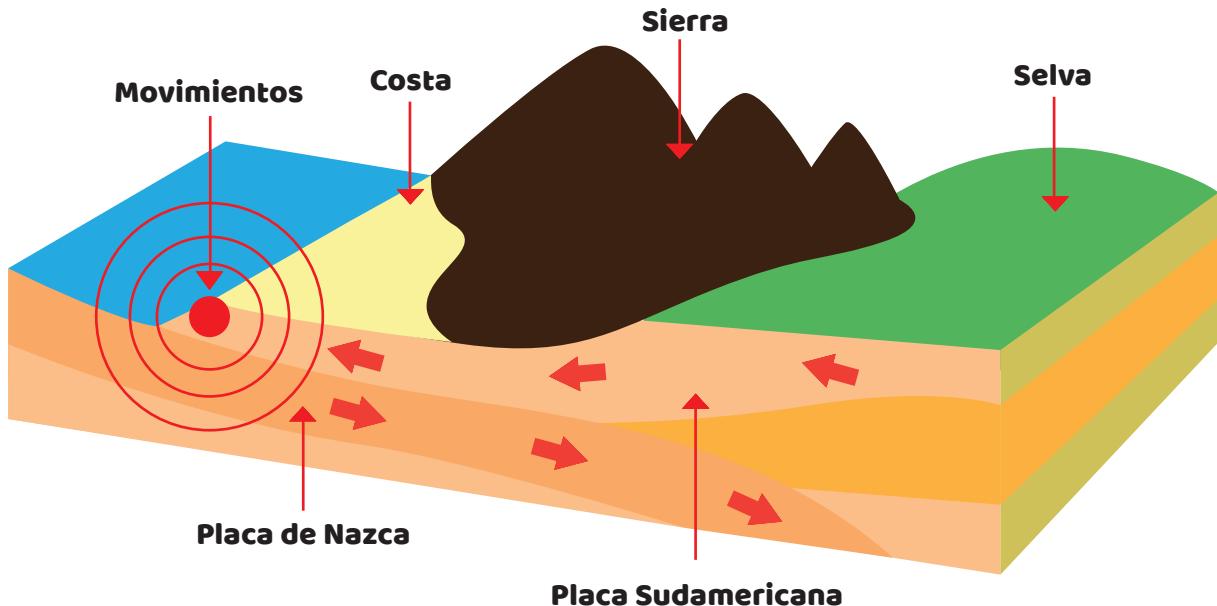
La familia debe prepararse para actuar ante la ocurrencia de diferentes tipos de emergencias que pueden ocurrir en el lugar en el que viven.

Es por ello que se detallan una serie de recomendaciones en la Preparación, Respuesta y Rehabilitación.

Sismo

Son movimientos que suceden en el interior de la tierra de manera imprevista e inevitable. La profundidad y la fuerza con que se producen estos movimientos nos hacen sentir la energía liberada, afectando directamente a la superficie donde vivimos.

Si el terremoto o sismo es fuerte, construcciones como: viviendas, edificios, puentes, carreteras, entre otros podrían dañarse.



¿Cómo nos preparamos?

- Reunidos en familia, asignamos a cada integrante de la familia una actividad específica y listos ante un sismo organizamos nuestro Plan Familiar de Emergencias.
- En familia, debemos elegir un número telefónico que utilizaremos como mensajería gratuita de voz en el "119", para reencontrarnos luego de un evento.
- Nos reunimos con nuestros vecinos, definimos los lugares de seguridad y las rutas de evacuación fuera de nuestras viviendas.
- Las municipalidades son responsables ante los vecinos de todas las acciones de preparación a una emergencia. Como autoridades locales, conducen la atención durante la emergencia y realizan la rehabilitación y reconstrucción.

¿Cómo actuamos?

- Ante un sismo, caminamos con tranquilidad y nos desplazamos hacia la salida más cercana. Si el terremoto nos permite caminar, continuamos avanzando hacia la salida.
- Si estamos lejos de la salida, nos ubicamos en la zona segura interna, al lado de columnas o cerca de la caja del ascensor.
- Utilizamos el "119" para conectarnos con nuestros familiares para que sepan de nuestra situación y ubicación.

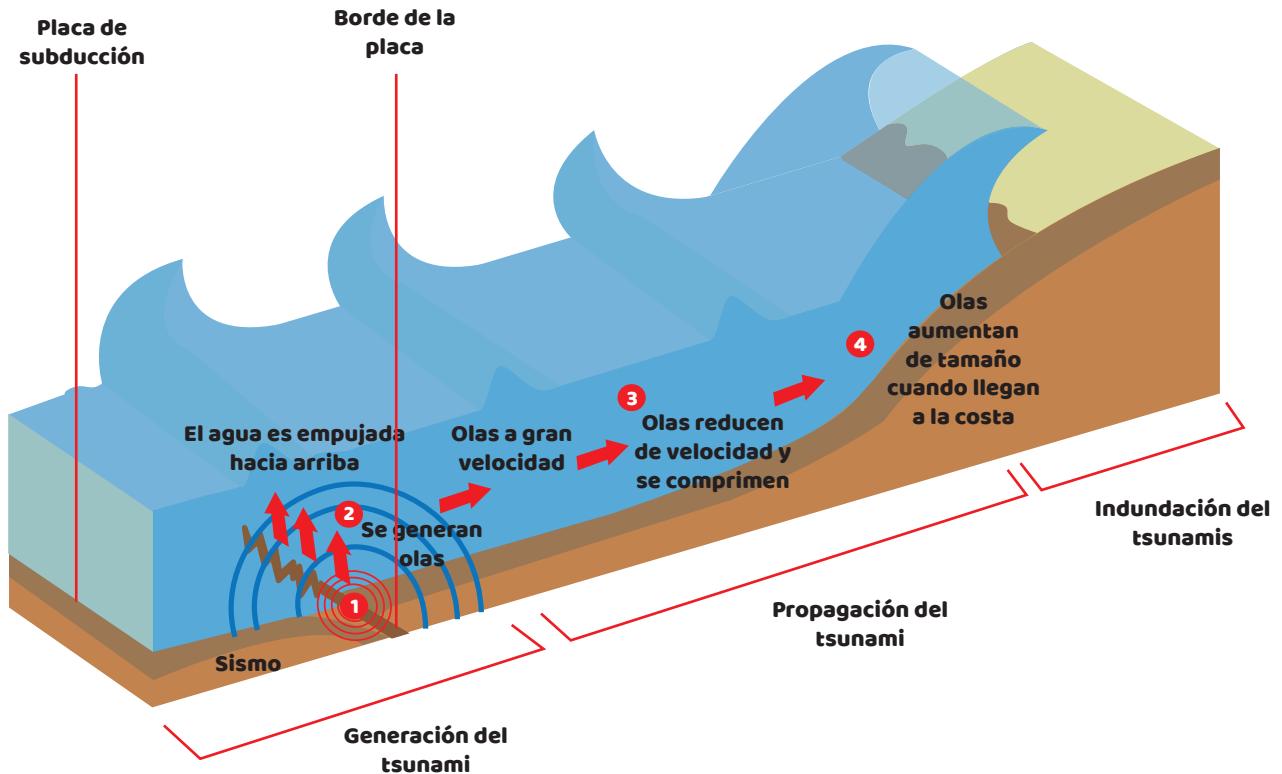
¿Qué hacemos luego?

- Ponemos en práctica la solidaridad y ayuda mutua, coordinamos con nuestros vecinos y ayudamos a quienes estén heridos.
- No interrumpimos y colaboramos con la policía, los bomberos y los equipos de salud en la medida de nuestras capacidades y recursos.
- Nos ubicamos a salvo en las zonas seguras externas. Utilizamos nuestro radio a pilas para mantenernos informados.

Tsunami

Cuando un terremoto ocurre en el mar, es posible que origine olas gigantes que avanzan hacia las ciudades ubicadas cerca del litoral y puertos de la costa.

Tsunami es una palabra de origen japonés que se deriva de dos vocablos: "tsu" que significa puerto o bahía y "nami" que significa ola. Literalmente significa "ola en el puerto" y es la palabra que se utiliza para describir este fenómeno natural.



¿Cómo nos preparamos para enfrentar un tsunami ?

- Si vivimos, estudiamos o trabajamos en un lugar cerca del mar, debemos estar atentos a las alertas de tsunamis o maremotos.
- Debemos saber que todas las localidades de la costa deben tener un sistema para anunciar la presencia de tsunamis.
- Debemos conocer las rutas a las zonas altas.
- Realiza simulacros caseros frecuentes para corregir y mejorar las acciones de evacuación en caso de tsunami.
- Si algunos de los miembros de la familia sufren de una discapacidad, implementa las medidas necesarias para que evacuen de manera segura.

¿Cómo actuamos ante un tsunami?

- Al escuchar la alarma de tsunami, retírate inmediatamente hacia las zonas seguras establecidas por la autoridad local.
- Los que vivimos cerca al mar, debemos saber que un terremoto fuerte que no nos permita mantenernos en pie puede causar un tsunami. Debemos desplazarnos lo antes posible hacia zonas altas.
- Si viajamos en un vehículo es mejor dejarlo y alejarnos a pie hacia zonas altas.
- ¡Cuidado! No generemos nuevos riesgos. El tsunami no es un espectáculo para mirarlo desde la playa.

¿Qué hacemos luego de producido un tsunami?

- Escuchamos por la radio las disposiciones de Defensa Civil.
- Cuidamos nuestras provisiones alimenticias.
- Debemos estar atentos a las recomendaciones que la Dirección de Hidrografía y Navegación de la Marina de Guerra del Perú emite.

Inundación

Se originan por el desborde de aguas de los ríos, los lagos y los mares, suelen ocurrir en épocas de lluvias, por cambios de temperaturas o en caso de un maremoto o tsunami.



¿Cómo nos preparamos?

- Si vivimos en una zona inundable, identificamos las rutas de evacuación y las zonas seguras en coordinación con nuestras autoridades.
- Nos organizamos en brigadas para atender una posible emergencia.
- Es conveniente debemos almacenar agua, en caso esta llegara a contaminarse o a cortarse el suministro.

¿Cómo actuamos o reaccionamos?

- Ante una emergencia, estamos listos a actuar al escuchar los sonidos de las alarmas.
- Ante la inundación, nos desplazamos hacia las zonas seguras (evacuación).
- Dentro del hogar desconectamos la energía eléctrica y desenchufamos todos los artefactos eléctricos, como refrigeradora, televisor, lavadora, el agua y el gas.
- Es muy peligroso cruzar corrientes de agua o puentes inundados porque la corriente puede arrastrarnos o herirnos.
- Nos alejamos de postes eléctricos caídos, de alambres sueltos en la ruta o en áreas inundadas y nunca pisamos o tocamos cables eléctricos.

¿Qué hacemos luego de producida una inundación?

- Revisemos las tuberías de agua, gas e instalaciones eléctricas, ya que podrían haberse dañado.
- Ayudamos a la reubicación de las familias afectadas por la crecida.
- No consumimos alimentos que pudieran haber estado en contacto con las aguas de la inundación ya que pueden estar contaminados.
- No regrese a la zona afectada hasta que las autoridades lo indiquen.

Aluvión

Al llegar las lluvias a nuestra costa, sierra y selva, se acumula agua en lagunas, o en diques o represas; al desbordarse dan lugar a una violenta corriente de agua, que trae de manera rápida piedras y lodo. Este fenómeno es el aluvión, que arrasa todo a su paso.

Huaico

Esta palabra nace en las lenguas originarias del Perú y significa quebrada. "EL HUAICO" es una mezcla de lodo y piedras que avanza, en la mayoría de los casos toma los cauces de quebradas secas, de ahí su nombre. Los huaicos se producen en épocas de lluvias, llegando hasta los poblados que están en la parte baja de las quebradas; causando enormes daños a su paso.



Deslizamientos y derrumbes

Son porciones de tierra, piedras y vegetación que se deslizan cuesta abajo. Se diferencian de los huacos porque estos deslizamientos, aparte de presentarse en época lluviosa, también pueden ocurrir luego de un fuerte temblor, por tránsito de maquinaria pesada, explosiones, construcciones y excavaciones.

Es importante reconocer el origen de estos peligros que afecta a la población y a sus actividades.



¿Cómo nos preparamos?

- Antes de la época de lluvias, debemos conversar con nuestras autoridades sobre los posibles riesgos.
- Nos organizamos, trabajamos en armar un sistema de vigilancia o de alerta en las quebradas (los vigías).
- Todos conocemos las salidas a las zonas seguras.
- Utilizamos silbatos, teléfonos celulares, campanas, trompetas o megáfonos, para avisar que estamos ante un peligro.
- Cuidamos las plantas y árboles porque nos protegen ante deslizamientos, derrumbes, huaicos (Llocllas) y aluviones.
- No construimos en los lugares donde ya han ocurrido deslizamientos, derrumbes, huaicos (Llocllas) y aluviones.

¿Cómo actuamos o reaccionamos?

- Si vemos que hay señales de un deslizamiento, derrumbe, huaico o aluvión, activamos el sistema de alerta que hemos practicado utilizando silbatos, teléfonos celulares, campanas, timbres.
- Nos dirigimos a las zonas seguras con nuestras mochilas preparadas.
- Las emergencias pueden afectar a zonas vecinas, momento a momento, los radios portátiles a pila nos permiten estar informados.
- Actuemos con cuidado, quienes están capacitados y entrenados deben ser los que actúen en el rescate de personas. Estemos atentos y dispuestos a ayudar a ancianos, niños o personas con dificultad para desplazarse.
- En los primeros momentos de la emergencia, nos mantenemos con los recursos y los productos que tenemos en nuestras Mochilas para Emergencia. Cuidamos su racionamiento.

¿Qué hacemos luego de producido un deslizamiento o derrumbe ?

- Evitamos retornar, caminar, o acercamos y tocar los cables de energía eléctrica, en zonas que no han sido evaluadas por especialistas.
- Apoyamos y colaboramos con nuestras autoridades en el restablecimiento de los servicios básicos.
- Las labores organizadas son importantes en la rehabilitación de calles y caminos, que es tarea de todos.



Lluvias Intensas

Diferenciamos lluvia, llovizna o lluvia intensa según el tamaño de las gotas y su precipitación. La caída de gotas de aguas abundantes o intensas, puede producir inundaciones, huaicos, deslizamientos, aludes, derrumbes, tormentas eléctricas, plagas, epidemias, entre otros.



¿Cómo nos preparamos?

- Antes de la época de lluvias, conversamos con las autoridades de nuestra localidad, sobre los posibles riesgos y las acciones a tomar.
- Cuidemos de las plantas y los árboles porque nos protegen, ellos son capaces de absorber el agua de las lluvias.
- Limpiemos nuestra azotea y desagües; así como las calles y los drenajes. Evitemos arrojar desechos en los ríos, canales o acequias.
- Si nuestra vivienda se encuentra cerca de algún cauce de agua, debemos tener listos sacos de tierra o arena para evitar una inundación.

¿Cómo actuamos o reaccionamos?

- Ante una emergencia, estamos listos a actuar al escuchar los sonidos de la alarma.
- Ante la lluvia intensa, nos dirigimos hacia las zonas seguras (evacuación).
- Es muy peligroso cruzar corrientes de agua o puentes inundados por que la corriente puede arrastrarnos o herirnos.
- Si nuestra vivienda se inunda desconectamos la energía eléctrica, el agua, el gas y nos dirigimos hacia las zonas seguras.

¿Qué hacemos luego de producida una lluvia intensa?

- Luego de las lluvias intensas, evaluamos nuestras viviendas, nos aseguramos que no hayan quedado árboles, postes o estructuras que puedan caerse.
- Nos organizamos para ayudarnos mutuamente, participando en la limpieza de vías, acequias, desmonte, etc.
- Limpiamos y desinfectamos la vivienda.

Incendio Urbano

Un incendio es un fuego de grandes proporciones que puede presentarse de manera instantánea o gradual. Ellos provocan daños materiales, pérdida de vidas humanas, y afectan al ambiente.

Las fallas en las instalaciones eléctricas, fugas de gas y el descuido en el uso de productos como: ron de quemar, aceite, gasolina, aerosoles, kerosene, velas, etc., ayudan a prender fuego y pueden originar incendios.



¿Cómo nos preparamos?

- Siempre estamos atentos al buen estado de las instalaciones eléctricas.
- Tenemos cuidado con el estado de artefactos como: planchas, lavadoras, radiadores, refrigeradores, hornos, etc. Todos ellos pueden sobrecalentarse y provocar un corto circuito con chispas que originan los incendios.
- Cuidamos que las instalaciones eléctricas como: enchufes, tomacorrientes, cables y otros estén en buen estado.

¿Cómo actuamos o reaccionamos?

- ¡Rápido! Ante peligro de fuego, cortamos suministros de gas y energía eléctrica.
- Si nace un incendio pequeño será posible apagarlo con un extintor adecuado. Recordamos, los fuegos de origen eléctrico son más riesgosos, nunca usamos agua para apagarlos.
- En caso de incendiarse nuestra ropa, nos tumbamos en el suelo y rodamos. También podemos cubrirnos rápidamente con una manta de lana o algodón para apagar el fuego.
- Los fuegos pequeños, que ocurren generalmente en la cocina pueden ser apagados con sal, polvo de hornear o bicarbonato. Si la llama se encuentra en una sartén, la cubrimos con su tapa y apagamos el fuego.
- Ante un incendio, tomamos la ruta de salida más alejada. Si hay gases o humo, nos agachamos, tratando de estar al ras del piso, tapemos nuestra nariz y boca con un trapo húmedo para no respirar nada que nos dañe .

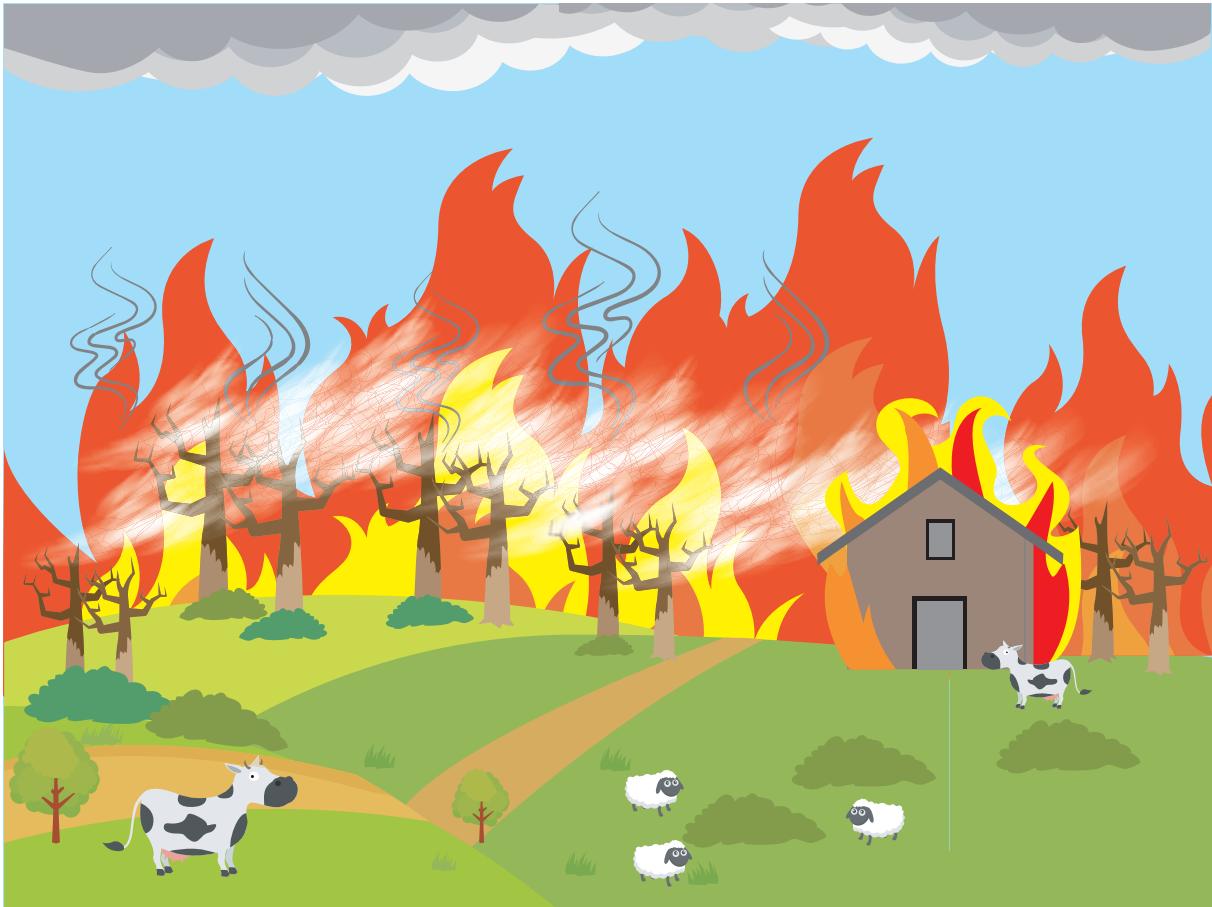
¿Qué hacemos luego de producido un incendio?

- No regresamos al lugar del incendio hasta que el fuego haya sido apagado. Las autoridades son responsables de determinar el ingreso.
- Todos los alimentos, bebidas o medicinas expuestos a calor, humo o fuego ya no sirven, debemos ponerlas en la basura.
- Nos mantenemos a distancia, sin interferir, mientras los bomberos voluntarios hacen su labor.

Incendios Forestales

Los incendios forestales son aquellos producidos de manera intencional o accidental. Suceden en el medio de la naturaleza o en áreas cubiertas de vegetación.

Ocasionalmente, las prolongadas sequías acompañadas de altas temperaturas y vientos fuertes son condiciones favorables para que los incendios forestales se produzcan.



¿Cómo reducimos el riesgo de incendios forestales?

- Evitamos realizar quemas, en especial en épocas de sequía. Sabemos que es peligroso, por eso cuidamos que el viento no propague las llamas.
- Si realizamos quemas, debemos solicitar asesoramiento a la oficina encargada del Ministerio de Agricultura.
- Sabemos que si arrojamos fósforos, cigarrillos o vidrios en el campo corremos el riesgo de generar un incendio forestal.
- Para combatir cualquier incendio forestal, mantenemos las siguientes herramientas en un lugar de fácil acceso: machetes, picos, barretas y palas, objetos que ayudan a apagar el fuego.
- Si hacemos fuego al aire libre, lo apagamos bien antes de irnos.

¿Cómo actuamos o reaccionamos?

- Ante la posibilidad de un incendio, informamos de inmediato a los Bomberos (116), autoridades de Defensa Civil y la Policía Nacional del Perú (105).
- Combatimos el fuego, sólo si sabemos hacerlo bien y contamos con las herramientas adecuadas.
- Avisamos a la autoridad si observamos personas que realizan actividades peligrosas que pudieran causar incendios.
- Nos retiramos del lugar (evacuar) a zonas seguras y, si es posible, ayudamos a quien lo necesite.

¿Qué hacemos luego de producida una emergencia o desastre?

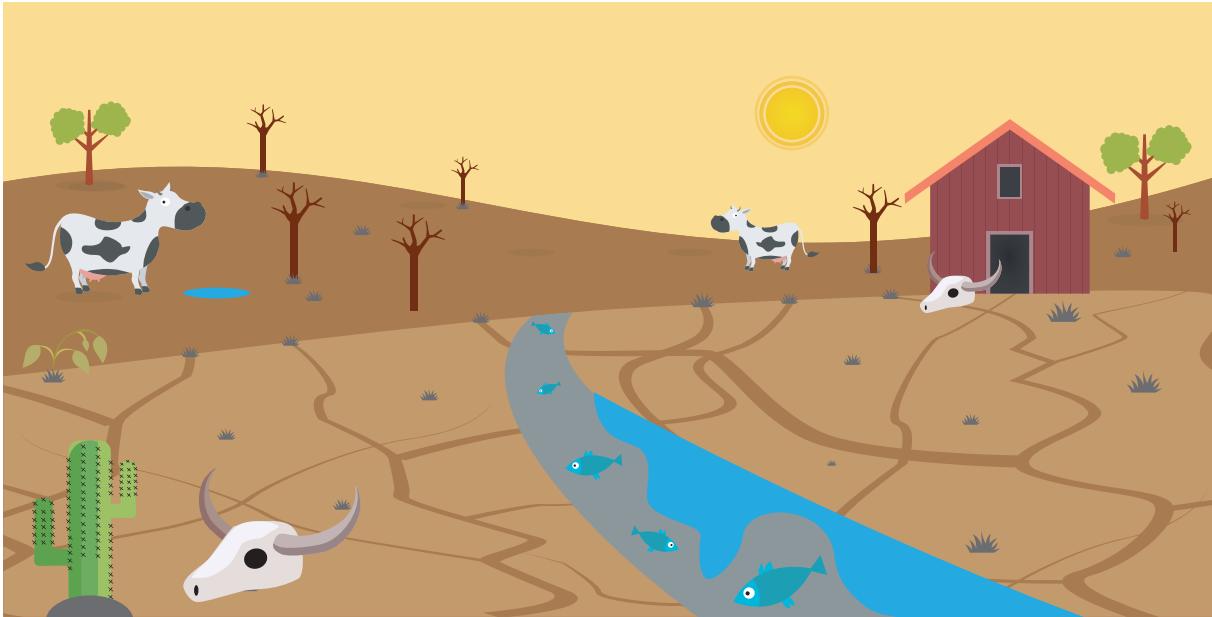
- Luego que el fuego se ha consumido, mojamos con bastante agua la tierra o la zona afectada.
- Si nuestras viviendas han sido afectadas, las reparamos antes de ocuparlas nuevamente.
- Siempre pedimos a las autoridades asesoría técnica para la recuperación de las áreas dañadas.

Sequías

Nos encontramos ante una sequía, cuando la disponibilidad de agua es escasa o por debajo de lo normal durante un largo periodo de tiempo. Es decir, el agua no es suficiente para abastecer las necesidades de las plantas, los animales y los humanos que viven en dicho lugar.

¿Cómo nos preparamos?

- Si vivimos en una zona continuamente afectada por sequías, debemos almacenar agua y alimentos que no se malogren.
- Entre los vecinos podemos promover la construcción de reservorios de agua.
- Para cuidar el agua de nuestro suelo decidimos alternar cultivos que aprovechen mejor el agua.
- Realizamos trabajos de construcción y mantenimiento de canales de riego.



Friaje

Son corrientes de viento de baja temperatura que entran en la selva amazónica peruana, por ello son bruscos. El frío que llega es por debajo de lo que estamos acostumbrados, por ello daña a la población, a los animales y a la vegetación de estas zonas.

¿Cómo nos preparamos?

- Almacenamos ropa de abrigo, frazadas, impermeables, de ser posible conseguimos termos que nos permitan mantener agua caliente.
- Tenemos un almacén de alimentos no perecibles, agua hervida en botellas y leña para cocinar o para generar calor.
- Los animales necesitan protección, por lo que construimos cobertizos o abrigamos a los animales.



Heladas

Las heladas, ocurren generalmente en la sierra entre los meses de abril y setiembre. Ellas dañan cultivos y afectan a la población, porque son un descenso crítico de temperatura.

¿Cómo nos preparamos?

- Debemos estar atentos a la información que se anuncia por la radio en relación a los cambios de temperatura y estar preparados para protegernos del frío.
- Antes del invierno nos preparamos junto a las autoridades de nuestra localidad, trabajamos unidos para estar listos ante la emergencia.
- Recordemos que estando bien alimentados y vacunados nos protegemos.
- Construimos o reparamos cobertizos, que son lugares para almacenar alimentos y proteger al ganado.



Oleajes Anómalos – Maretazo

En nuestro litoral, cuando las olas alcanzan alturas mayores a las normales, se reconoce a esta alteración como oleaje anómalo o maretazo. Estas olas son generadas por las corrientes de vientos y afectan las actividades de los puertos y las caletas, generando inundaciones.

¿Cómo nos preparamos?

- Es importante que estemos alerta a la información de las autoridades portuarias. Ellas informan sobre el nivel del mar.
- Debemos asegurar las embarcaciones ancladas en el puerto. Quienes tengan embarcaciones pequeñas, es mejor si las sacan a tierra.
- Si vivimos cerca al mar debemos asegurar puertas y ventanas para evitar que entre el agua de mar a nuestras casas.



Tormentas Eléctricas

Son tormentas que se anuncian mediante la presencia de grandes nubes oscuras. Además de lluvia, generan rayos, truenos y relámpagos. La presencia de rayos debido a las tormentas, afecta a la población, al ganado y a los sistemas de comunicación y transmisión eléctrica.

¿Cómo nos preparamos?

- Coordinamos con las autoridades de nuestra localidad para evaluar la posibilidad de instalar un pararrayos.
- Es muy peligroso estar en el medio de una tormenta eléctrica ¡Cuidado! Lugares altos como: cumbres, cimas, cerros o montañas son peligrosos.
- Si nos encontramos en medio de una tormenta eléctrica, debemos alejarnos de los árboles, postes, antenas y todo material metálico que llevemos como relojes, cadenas, hebillas, etc.





Calle Ricardo Angulo 694
Urb. Córpac - San Isidro, Lima - Perú
Telf.: 225 - 9898

105
116
119

116
119

119

 /indeciperu

 @indeciperu

 www.indeci.gob.pe