

PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIA

Preparados ante una emergencia o desastre



USAID
DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS
UNIDOS DE AMÉRICA

 **predes**
Centro de Estudios y
Prevención de Desastres

**Puente
Piedra**





¿POR QUÉ TENER UN PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIA?

Porque permite desarrollar, entre los miembros de la familia, un conjunto de actividades para estar preparados y así responder de manera planificada y organizada ante una emergencia o desastre.

PASOS PARA ELABORAR TU PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIA



PASO 1: Determina con tus vecinos y autoridades el riesgo de desastres en tu barrio.

PASO 2: Dibuja el plano de evacuación de tu barrio con tus vecinos y autoridades.

PASO 3: Organiza a tu familia para responder ante situaciones de emergencia.

PASO 4: Dibuja el plano de seguridad de tu vivienda.

PASO 5: Implementa tu mochila de emergencia, botiquín de primeros auxilios y caja de reserva.

PASO 6: Conoce las normas de conducta ante situaciones de emergencia.

01 PASO

Determina con tus vecinos y autoridades el riesgo de desastres de tu barrio

¿EN QUÉ CASOS SE PUEDE SUFRIR DESASTRES POR PELIGROS NATURALES?

TERREMOTOS



Casas construidas:

- Sin asesoría técnica
- Con materiales de mala calidad, etc.

LLUVIAS INTENSAS



- Falta de drenaje en casas y calles
- Techos planos sin canaletas
- Cables eléctricos expuestos

INUNDACIONES



- Casas ubicadas muy cerca al río
- Se arroja desmante o basura al cauce

TSUNAMIS



Casas ubicadas muy cerca al mar

DESLIZAMIENTOS Y HUAICOS



Casas ubicadas en el cauce de las quebradas y/o zona de derrumbes



02
PASO

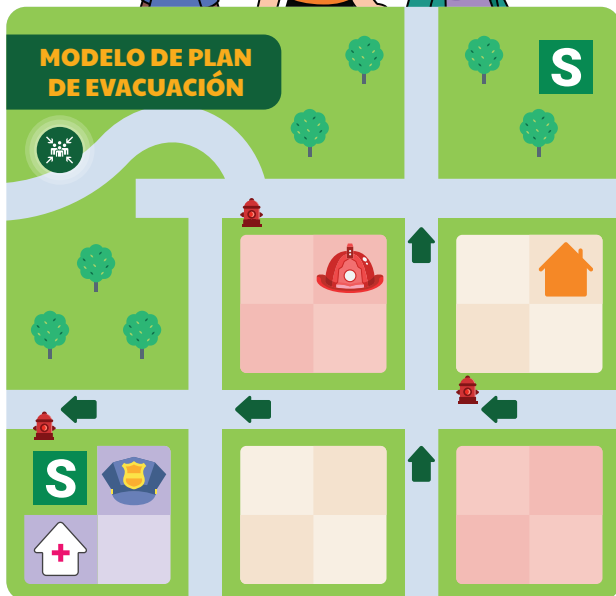
Dibuja el plano de evacuación de tu barrio, con tus vecinos y autoridades

Identifica las rutas de evacuación, zonas seguras y la ubicación de establecimientos de emergencia, tales como: compañía de bomberos, policía, serenazgo y establecimientos de salud en tu barrio



TOME EN CUENTA ESTAS SEÑALES

- Punto de reunión (fuera de casa)
- Establecimiento de salud
- Zona segura
- Ruta de evacuación
- PNP
- Bomberos
- Mi casa
- Hidrante



03
PASO

Organiza a tu familia para responder ante situaciones de emergencia

- Participan todos los miembros de la familia, considerando sus edades y características personales

- Asume la responsabilidad la o el jefe de la familia, quien coordinará las tareas a cumplir de cada persona

TAREAS

Dibujar el plano de tu vivienda (puedes hacerlo en el afiche “Vivienda segura”)



Determinar el punto de reunión, en el barrio o en el distrito, en caso de encontrarse los miembros de la familia fuera de casa



Determinar quién apoyará en la evacuación de los niños y niñas, gestantes, adultos mayores y familiares con discapacidad



Determinar el establecimiento de salud al que se dirigirán en caso de emergencia

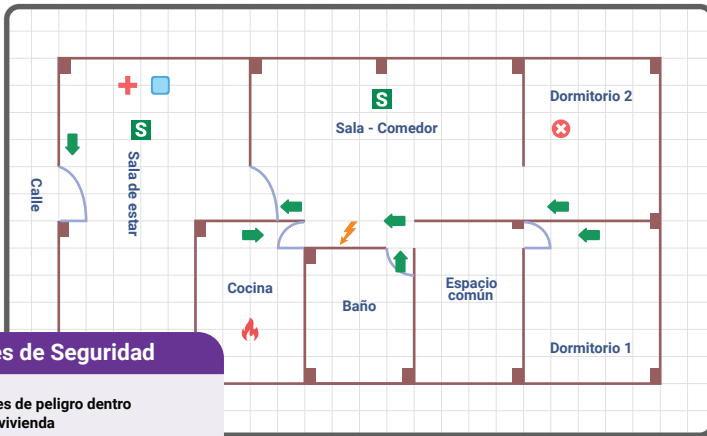


IMPORTANTE

- ▶ Capacitarse en el manejo de extintores, primeros auxilios, tratamiento del agua y residuos sólidos.
- ▶ Participar en simulacros.
- ▶ Participar en las reuniones del barrio.

04
PASO

Dibuja el plano de seguridad de tu vivienda



Señales de Seguridad

- Lugares de peligro dentro de mi vivienda
- Lugar seguro provisional (en caso de sismo)
- Ruta de evacuación
- Balón de gas
- Electricidad
- Botiquín de primeros auxilios
- Ubicación de la mochila de emergencia

Anote

- Punto de reunión (fuera de casa)
- Establecimiento de salud

- Recorre toda tu vivienda con tu familia para **identificar las zonas de peligro, zonas seguras y la ruta de evacuación.**
- **Identifica** en el plano la ubicación del balón de gas, llaves de luz y agua, botiquín de primeros auxilios y mochila de emergencia; asimismo, las señales de seguridad.
- **Incluye en el plano el directorio telefónico de las instituciones de emergencia y seguridad: bomberos, establecimientos de salud, policía, serenazgo.**

IMPORTANTE

- Ubica tu vivienda dentro del plano de evacuación del barrio.

**05
PASO**

**¿Qué debe
contener
mi mochila
de emergencia*?**



**COLOCA UN CHECK AL
COSTADO DE LO QUE YA
TENGAS EN TU MOCHILA**



*Debe contener artículos básicos para las primeras 24 horas.

BIOSEGURIDAD

- Mascarillas
- Protector Facial
- Guantes

HIGIENE

- Gel antibacterial
- Papel y toallas higiénicas
- Toallas de mano y cara
- Paquete de paños húmedos
- Alcohol de 70°

BEBIDAS Y ALIMENTOS NO PERECIBLES

- Comida enlatada
- Paquete de galletas
- Agua embotellada sin gas
- Chocolate en barra

IMPORTANTE

- La mochila de emergencia, de preferencia, es personal y por tanto su peso debe estar de acuerdo al usuario.

ABRIGO

- Manta polar

DINERO

- En monedas y billetes

COMUNICACIÓN

- Linterna y pilas
- Radio portátil
- Silbato
- Agenda con teléfonos de emergencia

- Libreta y lapicero
- Plumón grueso

DIVERSOS

- Bolsas de plástico resistente
- Cuchilla multipropósito
- Guantes de trabajo
- Cuerda de poliéster
- Encendedor
- Plástico para piso o techo
- Cinta adhesiva multiusos

**05
PASO**

**¿Qué debe tener
mi caja de reserva*
y el botiquín
de primeros
auxilios?**

**COLOCA UN CHECK AL
COSTADO DE LO QUE YA
TENAS EN TU BOTIQUÍN
DE PRIMEROS AUXILIOS Y
CAJA DE RESERVA**



*Contiene artículos necesarios para vivir del segundo al cuarto día de la emergencia

**BOTIQUIN DE
PRIMEROS AUXILIOS**

- | | |
|----------------------|--------------------------|
| - Alcohol y algodón | <input type="checkbox"/> |
| - Agua oxigenada | <input type="checkbox"/> |
| - Gasa y esparadrapo | <input type="checkbox"/> |
| - Tijeras | <input type="checkbox"/> |
| - Vendas | <input type="checkbox"/> |
| - Curitas | <input type="checkbox"/> |

CAJA DE RESERVA

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------|
| - Casacas / chompas | <input type="checkbox"/> |
| - Ropa interior / medias | <input type="checkbox"/> |
| - Menaje descartable | <input type="checkbox"/> |
| - Imperdibles | <input type="checkbox"/> |
| - Plástico para piso o techo | <input type="checkbox"/> |
| - Cepillo de dientes y pasta dental | <input type="checkbox"/> |
| - Comida enlatada | <input type="checkbox"/> |
| - Agua de 2.5l. | <input type="checkbox"/> |
| - Galletas o barrar energéticas | <input type="checkbox"/> |

IMPORTANTE

- ▶ Considerar medicamentos necesarios para el tratamiento de enfermedades de los miembros de la familia.



06
PASO

Conoce las
normas de conducta*
ante situaciones
de emergencias

- ▶ Sigue las rutas de evacuación hacia zonas seguras, previamente identificadas.



- ▶ Aléjate de las ventanas, repisas o de cualquier artefacto u objeto que puedan caer o rodar.



- ▶ Si estas en la calle, aléjate de edificios, árboles, cables y vehículos en marcha.



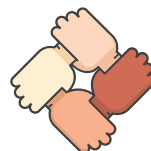
- ▶ Reúnete con tu familia en la zona segura previamente acordada.



- ▶ Participa activamente en las brigadas de voluntarios en emergencia y rehabilitación de tu barrio.



- ▶ De manera organizada, ayuda a atender a los heridos y damnificados, evitando poner en riesgo tu vida y tu salud.



06 PASO

Respeta las normas de conducta para situaciones de emergencias

- ▶ Ayuda a las personas heridas, adultos mayores, niños, niñas, personas con discapacidad y otras personas que requieran asistencia.



- ▶ Enciende la radio y atiende a las recomendaciones de las autoridades de gestión del riesgo de desastres.



- ▶ Apoya en la evaluación de daños producidos en tu barrio.



Ahora que has revisado esta información junto a tu familia es importante completar tu afiche y colocarlo en un lugar visible.

VIVIENDA SEGURA
Plano de zonas de peligro, zonas seguras y ruta de evacuación

INFORMACIÓN QUE DEBE CONSERVARSE EN UN LUGAR VISIBLE EN LA CASA PARA ENCONTRARLA EN CASO DE EMERGENCIA

Familia: _____ Distrito: _____

Nombres de los integrantes de la familia: _____

Zonas de Seguridad		Niveles de emergencia	
<input type="checkbox"/> Zona de seguridad	<input type="checkbox"/> Nivel de emergencia	Estado:	1ra
<input type="checkbox"/> Zona de evacuación	<input type="checkbox"/> Zona de evacuación	Ruta:	1ra
<input type="checkbox"/> Zona de evacuación	<input type="checkbox"/> Zona de evacuación	Indicaciones SÍMBOLO:	1ra
<input type="checkbox"/> Zona de evacuación	<input type="checkbox"/> Zona de evacuación	Indicaciones:	1ra
<input type="checkbox"/> Zona de evacuación	<input type="checkbox"/> Zona de evacuación	Familia:	
<input type="checkbox"/> Zona de evacuación	<input type="checkbox"/> Zona de evacuación	Nombre:	

Antes de elaborar el plano de su casa, lee las recomendaciones precisadas en la cartilla del Plan Familiar de Emergencia



Números de emergencia

Bomberos: 116

PNP: 105

Ambulancias SAMU: 106

Síntomas de coronavirus: 113



Recuerda estos
números
de emergencia



LIMA NORTE

Comas - Los Olivos - Puente Piedra

Reduciendo el riesgo de desastres



USAID
DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS
UNIDOS DE AMÉRICA

predes
Centro de Estudios y
Prevención de Desastres

**Puente
Piedra**



Guía producida en el marco del proyecto “Fortaleciendo la Gestión del Riesgo de Desastres con enfoque inclusivo en los distritos de Comas, Los Olivos y Puente Piedra y en la Mancomunidad Municipal de Lima Norte”, con el financiamiento de USAID y ejecutado por Predes

*Adaptación de material elaborado por Predes