PLAN FAMILIAR DE PROTECCIÓN CIVIL

¿Por qué es importante y para qué nos sirve?

Es una guía para que tú y tu familia fortalezcan las capacidades preventivas, de preparación y resiliencia ante una emergencia
Requiere la participación de toda la familia, incluyendo niñas y niños, así como personas con discapacidad y adultas mayores. Además hay que tomar en cuenta a nuestras mascotas
Permitirá conocer qué tan segura es nuestra casa y sus alrededores, diseñar rutas de evacuación y motivar a la participación en simulacros

SIGUE ESTOS PASOS

1

Primero. Detecta y reduce los riesgos

- Realiza un **croquis de tu casa y sus alrededores**, revisa la construcción, las instalaciones y el mobiliario, detecta los posibles riesgos en tu hogar y entorno
- Marca en tu croquis los inmuebles externos como fábricas, gasolinerías, estaciones eléctricas, etc., así como alcantarillas sin tapa, desniveles en el piso y otros objetos peligrosos
- En tu croquis **indica con color rojo las fallas** y desperfectos encontrados y lleva a cabo las tareas para reducirlos, así como la ubicación de sustancias inflamables almacenadas, tanques de gas, tomas eléctricas, entre otros. **Asegura los objetos y/o muebles que pudieran caer** o salir proyectados, en caso de sismo o huracán
- **Almacena y etiqueta** adecuadamente las **sustancias peligrosas** que puedan provocar un incendio o daño a la salud

Prepara lo siguiente

- Haz una lista, **prepara los documentos importantes y guárdalos** en una bolsa de plástico, caja, archivo portátil resistente. Obtén copias y guárdalas en casa de un familiar o amigo de confianza, lejano a tu casa
- Cuenta con un **directorio de emergencias** de tu localidad

2

Segundo. Diseña rutas de evacuación

- **Identifica las rutas y salidas más seguras**, márcalas con color verde en tu croquis, tanto alrededor como dentro de tu casa para alejarte de los lugares de riesgo. Piensa no solo en las más directas, sino en las de menor riesgo
- **Retira los objetos** que puedan ser un **obstáculo** en las rutas de evacuación
- **Señala en tu croquis la distribución más conveniente del mobiliario** para lograr mejores rutas de evacuación y mide el tiempo que necesitas para llegar a los sitios seguros fuera de la casa, partiendo de diferentes lugares de su interior

Organiza con tu familia, por lo menos dos juntas al año

La primera junta es para:

- Identificar las tareas a realizar y **asignar responsabilidades a cada integrante de la familia**, de acuerdo con su capacidad
- Mantener en buen estado el equipo de emergencia y el **botiquín de primeros auxilios**
- **Revisar periódicamente la fecha de caducidad** del agua y alimentos perecederos almacenados
- Nombrar **un responsable de organizar el simulacro**
- Identificar conjuntamente **los sitios más seguros en el hogar**, los de mayor riesgo y acordar un sitio exterior común donde se encontrará la familia, en caso de un desastre

La segunda junta es para:

- Verificar que cada responsable haya cumplido su tarea y acordar la **fecha de realización del simulacro**

3

Tercero. Planea y realiza tu simulacro

- **Imagina alguna situación de emergencia** probable en tu hogar y localidad
- **Fija responsabilidades** a cada uno de los integrantes de la familia
- Al practicar el simulacro, **interrumpe inmediatamente las actividades** y desconecta los interruptores de luz, agua y gas
- **Recorre las rutas** correspondientes en forma ordenada, para llegar al punto de reunión convenido
- Revisa que nadie falte y se encuentren bien. **Evalúa los resultados y coméntenlos para mejorar**

!

*No olvides que para evacuar a niñas, niños, personas con discapacidad y adultas mayores, así como a tus mascotas, **el tiempo necesario puede ser mayor**, por lo tanto considera la posible ayuda que necesitarán*

Ante una situación de emergencia...
Conserva la calma ¡No grites!
¡No corras! ¡No empujes!

4

Cuarto. Prepárate para tomar la mejor decisión

- **¿Salir o quedarse en casa?** En tu croquis te darás cuenta cuáles son los lugares más seguros, dentro o fuera de la casa. **Analiza cuál es más conveniente**
- **Fija un punto de reunión** externo (casa de algún familiar, parque, etc.) por si el siniestro ocurre al estar la familia dispersa en diferentes lugares
- Ten un **duplicado de llaves** de tu casa con algún familiar, vecino o lugar seguro
- Conoce la **ubicación de los hospitales** más cercanos y sus rutas
- **Identifica el refugio temporal** al que irías si fuera necesario y qué llevarías
- De ser posible, **ten preparada una mochila de emergencia** con radio, lámpara, equipo de herramientas y botiquín de primeros auxilios con su respectivo instructivo
- Procura almacenar **víveres en lata y agua potable** (se recomienda para dos días)
- Ante la proximidad de un fenómeno previsible como un huracán o una inundación, debes estar al **pendiente de las indicaciones de las autoridades**

Si las autoridades te piden evacuar, ¡hazlo por tu seguridad!

Te recomendamos, además, organizar un **Comité Vecinal de Protección Civil en tu comunidad,** con objeto de mantener una permanente colaboración, comunicación y ayuda mutua

Infórmate
Consulta a la Unidad de Protección Civil de tu localidad
Centro Nacional de Prevención de Desastres
www.gob.mx/cenapred

Av. Delfín Madrigal 665
Col. Pedregal Santo Domingo, Coyoacán
Ciudad de México, C. P.04360
Tel 55 5424 6100

SEGURIDAD
SECRETARÍA DE SEGURIDAD Y PROTECCIÓN CIUDADANA

CNPC
COORDINACIÓN NACIONAL DE PROTECCIÓN CIVIL

CENAPRED
CENTRO NACIONAL DE PREVENCIÓN DE DESASTRES