

**¿POR QUÉ ES IMPORTANTE Y PARA QUÉ NOS SIRVE?**

Es una guía para que tú y tu familia sepan qué actividades realizar antes, durante y después de una emergencia o desastre.

Requiere de la participación organizada y responsable de todos los integrantes de la familia, incluyendo niños y personas con capacidades diferentes.

Permitirá conocer qué tan segura es nuestra casa y sus alrededores, así como diseñar rutas de evacuación y motivar la participación en simulacros.

Debe elaborarse con anticipación, para estar preparado.

Donde veas un cuadro como este  coloca una marca, para verificar que ya realizaste ese paso.

**¿QUÉ DEBE CONTENER UN PLAN FAMILIAR DE PROTECCIÓN CIVIL?**

**PRIMERO. DETECTA 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 los inmuebles externos como pueden ser, fábricas, gasolineras, estaciones eléctricas, etc., así como los internos, alcantarillas sin tapa, desniveles en el piso y otros objetos en general que pudieran provocar daños.
- 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, etc.

**REDUCE RIESGOS**

- Asegura los objetos y/o muebles que pudieran caer o salir proyectados en caso de sismo o huracán.
- Almacena y etiqueta adecuadamente las sustancias inflamables que puedan provocar un incendio o daños a la salud.



**PREPARA LO SIGUIENTE**

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



**TERCERO. REALIZA SIMULACROS**



Los pasos a realizar en un simulacro para casos de emergencias o desastres son los siguientes:

- Imagina algunas situaciones de emergencia probables 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 ajusta los tiempos y movimientos.

Para participar de forma responsable, organiza con tu familia, por lo menos dos juntas:

La primera junta es para:

- ✓ Identificar las tareas a realizar conforme a esta guía y asignar responsabilidades a cada integrante de la familia.
- ✓ Mantener en buen estado el equipo de emergencia y el botiquín de primeros auxilios.
- ✓ Revisar periódicamente las fechas 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 sus tareas y acordar la fecha de realización del simulacro.



**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 del interior de la misma.

No olvides que para evacuar a niños, ancianos, personas con impedimentos físicos o capacidades diferentes, el tiempo necesario puede ser mayor, por lo tanto considera la posible ayuda que necesitarán.

Ante una situación de emergencia... Conservar la calma es el elemento crucial para sobrevivir, por ello, debes saber cómo comportarte y qué medidas ejecutar. ¡No grites!, ¡No corras!, ¡No empujes!

**CUARTO. SABER QUÉ HACER, 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 el más conveniente para ti y tu familia.
- 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 las 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 lo que llevarías.
- De ser posible, ten un equipo de emergencia (radio, lámparas, etc), 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 tu casa o zona ¡hazlo, es por tu seguridad!

Te recomendamos además, organizar un Comité Vecinal de Protección Civil en tu cuadra, barrio y edificio, con objeto de mantener una permanente colaboración y ayuda mutua.

**Tu Participación es tu Protección**

Secretaría de Gobernación

Coordinación General de Protección Civil  
Centro Nacional de Prevención de Desastres  
Dirección General de Protección Civil  
Dirección General del Fondo de Desastres Naturales

Centro Nacional de Comunicaciones, SEGOB 01 800 00 413 00

www.gobernacion.gob.mx

www.proteccioncivil.gob.mx



SISTEMA NACIONAL DE  
PROTECCIÓN CIVIL