

PROGRAMA ESTATAL DE SIMULACROS 2021



¡Nadie se queda atrás!



4 PASOS PARA REALIZAR UN SIMULACRO

4 PASOS PARA REALIZAR UN SIMULACRO

Esta guía se ha diseñado con la finalidad de que las familias o Unidades Internas de Protección Civil (UIPC) de pequeños negocios o escuelas, de reciente integración, les sea más sencillo planificar y ejecutar su simulacro.

A continuación, se describen los 4 pasos que se deben llevar a cabo para la realización de un simulacro, y las acciones a implementar antes, durante y después del ejercicio, con la finalidad de fortalecer las capacidades de respuesta de las y los integrantes de una familia, de una empresa, y las unidades Internas de Protección Civil de las dependencias del sector público, privado y social.

PASO 1. PLANEACIÓN DEL SIMULACRO

¿Cómo organizo un simulacro?

Se debe formular el Plan de Emergencia, considerando las características propias de nuestra vivienda o establecimiento.

En primera instancia se organizará una reunión con las y los integrantes de la UIPC, familia o del establecimiento relativo al simulacro, en esta reunión se acordará básicamente lo siguiente:

- a.** Objetivo claro del simulacro, para qué lo vamos a realizar
- b.** Realizar un análisis de riesgo al interior y exterior de nuestro inmueble
- c.** Preparar una hipótesis de simulacro, es decir, cuál será mi supuesto de simulacro de acuerdo a los riesgos que presenten en su casa (externos e internos), para ello escriban su guion, el cual será su documento de planeación general del simulacro. Este documento será tu Plan de atención a emergencia.
- d.** Asignar tareas/funciones a las personas que participarán en el ejercicio de Simulacro.



- e.** Las/los participantes deben estar debidamente identificadas/os de acuerdo a las funciones asignadas: controladores, observadores del simulacro, evaluadores y personas vulnerables que se encuentren en el ejercicio. Obligatoriamente todas y todos deben portar equipo de protección personal y material de desinfección.
- f.** Elaborar el Escenario: esto significa considerar un conjunto de hipótesis acerca de las posibles consecuencias o daños generados en el inmueble y que tiene que ver con:
- Ubicación del inmueble
 - Hora del evento
 - Magnitud del fenómeno
 - Tipo de fenómeno(s) perturbador (es)
 - Condiciones físicas del inmueble
 - Características o problemática de operación en el inmueble.
 - Vulnerabilidad
 - Características de la población
 - Capacidad de respuesta
- g.** Identificar sus rutas de evacuación, es decir, sus opciones de salida rápida. Pueden apoyarse en planos o (croquis) dibujos que esquematicen el sitio. Ubicar por lo menos 2 vías de evacuación o de salida rápida. Las salidas de emergencia deben estar marcadas y señaladas en forma adecuada. Las salidas deben estar libres, sin muebles o elementos que obstruyan el paso, o puertas cerradas, etc.

Es importante considerar las rutas de evacuación para Personas con Discapacidad y en su caso, adecuar los espacios para que el Grupo de Apoyo identifique las salidas exclusivas para esta población vulnerable.



- h.** Guion del Simulacro: El guion del simulacro debe incluir diferentes mensajes que configuren el total de la emergencia. Puede contemplar diferentes grados de dificultad para la respuesta esperada.
- i.** Es importante elaborar sus propios controles específicos o formatos de observación y evaluación como: lista de asistencia, formatos de verificación, de mochila de emergencia, etc.
- j.** Las Unidades Internas de PC, deberán adecuarse a su Programa Interno establecido con apego al Art. 62 al 66 de la Ley 856 de Protección Civil y la Reducción del Riesgo de Desastres para el Estado de Veracruz de Ignacio de la Llave, deberán asegurarse que sus brigadas básicas (Primeros auxilios, Búsqueda y Rescate, Prevención de Incendios y Evacuación de Inmuebles) cuenten con personal capacitado, para desarrollar adecuadamente su actuación en caso de una emergencia.

PASO 2. PREPARACIÓN DEL SIMULACRO

En esta parte se organiza el simulacro de acuerdo al escenario y guion que se hayan formulado. Se integran los roles, se difunde la información del mismo entre la población, se revisan procedimientos.

Es importante considerar lo siguiente:

- a.** Deben contar con los recursos humanos y materiales necesario para atender la emergencia, por ejemplo, mochila de emergencia, botiquín de primeros auxilios, extintor o cubetas de arena, señaléticas, equipo de protección personal (chalecos, gorras, casco, lámparas, etc.). Verificar previamente el correcto funcionamiento de los equipos.
- b.** Tanto en el exterior como en el interior del inmueble hay que reconocer toda situación que en el momento de la evacuación implique riesgos internos y externos:
 - Objetos susceptibles de caer o volcarse.
 - Obstáculos en pasillos, escaleras, etc.
 - Revisar si las puertas de acceso abren fácilmente.
 - Condiciones estructurales del edificio (preferentemente con la asesoría de una ingeniera/o).
 - Flujo vehicular
 - Riesgos por cercanía de: Gasolineras, Gaseras e industrias, establecimientos comerciales que manejen sustancias peligrosas.
 - Líneas de conducción de energía.
 - Ductos que conduzcan materiales peligrosos.

- c.** Ubiquen las rutas de evacuación o zonas los puntos de reunión, es decir, el lugar seguro fuera de la vivienda donde puedes resguardarte o reunirte con los miembros de tu familia; estos son necesarios y deben estar bien delimitados (marcados).
- d.** En su diseño considere a las personas con discapacidad, menores de edad, enfermos y adultos mayores y el plan de atención ante una emergencia.
- e.** Determinar el sistema de alarma a utilizar, el cual debe cumplir los requisitos siguientes:
 - Escucharse o verse en todas las áreas donde se encuentren usuarios del edificio.
 - No confundirse con sonidos ambientales generados dentro o fuera del inmueble.
 - Si para su funcionamiento requiere de corriente eléctrica, disponer de: Un sistema alternativo de suministro de energía o contar con un sistema de respaldo de energía propio.
 - Duplicidad de alarmas.
- f.** Es importante realizar un Censo y registro de la población fija y flotante del inmueble, de todas la edades y condición de vulnerabilidad.
- g.** La realización del ejercicio
- h.** Considerar la capacitación de todas y todos en temas de atención a la emergencia: primeros auxilios, búsqueda y rescate, combate de incendios, etc.

Paso 3. EJECUCIÓN DEL SIMULACRO

El objetivo es llevar a la práctica todo aquello que se acordó en la planeación y preparación. Ahora corresponde aplicar los procedimientos y normas establecidas para la ejecución del simulacro. Se debe garantizar en todo momento, la seguridad e integridad de quienes participan.

Consideraciones en la ejecución del Simulacro:

- 1. Para iniciar el ejercicio del simulacro se debe activar la alarma previamente seleccionada (v.g. Hacer sonar 3 veces un silbato, o sonar una campana, instrumento o una olla).**
- 2. En los primeros minutos del simulacro los integrantes de la familia actuarán en la medida de lo posible conforme a los protocolos para emergencia que han aprendido y preferentemente deberán adoptar recomendaciones para la situación de COVID-19 o cualquier otro incidente.**
- 3. De acuerdo a las tareas o funciones asignadas a cada persona participante, deberán realizar las acciones de: suspender el suministro de energía y gas e instalar el puesto de primeros auxilios. Activar el Grupo de Apoyo Especial para personas con discapacidad.**
- 4. Evacuar el inmueble por las rutas previamente diseñadas, o hacer repliegue en las zonas de menor riesgo al interior o exterior. Acudir al punto de reunión acordado.**
- 5. Verificación del personal evacuado (pase de lista).**
- 6. Traslado de heridos a un hospital o personas que lo necesiten.**

Al poner en práctica lo acordado y previamente organizado, dentro del Plan de atención a emergencia, deberá constar de:

- a.** Se localizó y acordó entre las y los participantes o integrantes, la ubicación y tipos de peligros que afectarían a los integrantes e inmueble, sede del simulacro, por lo tanto:
- b.** Se adaptará el Plan de Emergencia a las medidas sanitarias que actualmente ha presentado la Secretaría de Salud del Gobierno Federal y del Estado de Veracruz.

- c.** Se abastecerá el kit de seguridad para miembros de la familia (si cuentan con ello), incluye ejemplo: chaleco, casco, guantes más equipamiento de seguridad sanitaria básico o de acuerdo a sus funciones.
- d.** Revisar y practicar acciones para atención a personas con discapacidad y protocolo especial para enfermos de COVID-19, implementación de un identificador discreto en cada paciente (en el caso tener paciente).
- e.** Para “salir” del inmueble se deberá asegurarse que cada integrante de la familia:
 - **Conoce sus funciones y/o acciones a ejecutar en una evacuación real.**
 - **Conoce y porta el equipo de protección personal y tiene localizado el equipo de ayuda (botiquín, extintor, mochila de emergencia, etc.).**
 - **“Porta” cubrebocas, guarda sana distancia antes, durante y después de la “evacuación”.**
 - **Dentro de la acción precautoria deberán “considerar un periodo de tiempo de actuación individual con pánico y desconcierto”. En “este incidente simulado”, algunas personas pueden tomar conciencia de la situación de la pandemia que se está viviendo.**
 - **Durante la Emergencia ficticia la persona designada dentro de la familia, difundirá mensajes para “Evitar tocarse la cara (ojos, nariz, boca y el cubrebocas), si una persona estornuda o tose deberá cubrir nariz y boca, así como el uso de gel antibacterial.**
- f.** Se recomienda utilizar un cronometro para conocer con el tiempo que ocupamos en la “evacuación del inmueble” con la adaptación a la variable imprevista.
- g.** Toma de evidencia: mediante fotografías y/o video, ya que este material nos permitirá evaluar la participación, se pueden analizar detalles como la seriedad con la que se tomó el ejercicio, la actitud y habilidad, etc.
- h.** Después del simulacro deberán aplicarse protocolos sanitarios de retorno al inmueble (lavado de manos, desinfección de ropa y objetos, entre otras).
- i.** Al retornar a sus casas, realizar cambio de ropa y desinfección de todos sus artefactos (celulares, zapatos, llaves, adornos, etc.).



Las UIPC deberán revisar y actualizar su Programa Interno de Protección Civil, donde se integran acciones para atención a personas con discapacidad y protocolo especial para personas enfermas de COVID-19, implementación de un identificador discreto en cada paciente. En el caso de instituciones de salud con paciente con COVID-19.

Se deberá simular el “pase de lista de las personas al final del ejercicio” e “informar al jefe o responsable”.

- “Si hubiese visitas” en el inmueble deberán considerarse en el conteo al final, con base en el registro para las personas visitantes.

PASO 4. EVALUACIÓN DEL SIMULACRO:

Al concluir el ejercicio, se debe realizare una evaluación de su actuación en el simulacro.

En este último paso se reunirán las y los participantes, quienes revisarán las evidencias, comentarán y se documentarán las principales observaciones resultado del ejercicio. La evaluación permite visualizar áreas de oportunidades para mejorar el ejercicio en futuras prácticas.

Se debe evaluar principalmente los siguientes puntos:

- El tiempo en que se realizó el ejercicio; para ello nos apoyamos del cronometro (medimos el tiempo que nos llevó todo el ejercicio), el tiempo es nuestro principal aliado o enemigo.
- Comentar las actividades o acciones que podemos mejorar, con base a las dificultades detectadas.
- Destacar nuestros aciertos, ¿que hicimos bien y podemos replicar?
- Análisis de los equipos y materiales con los que contamos y hacer un listado de lo que nos hace falta.
- Finalmente se realiza un reporte de las acciones que realizaron antes, durante y después del simulacro, como evidencia e incluye recomendaciones para ejercicios posteriores y así mejorar el plan de emergencia.



La UIPC se reunirá a las y los integrantes de las brigadas para el análisis de los resultados durante el ejercicio de simulacro. Además, se documentarán las principales observaciones que servirán en un futuro para mejorar la práctica.

La evaluación se hará en los siguientes puntos:

- Hipótesis y escenario
- Sistema de alarma
- Señalización
- Actuación de los brigadistas
- Actuación del apoyo externo
- Usuarios
- Difusión del simulacro
- Reunión previa de planeación
- Observaciones

Esto permitirá consolidar aciertos y corregir fallas, con apoyo en los resultados entregados por los evaluadores del ejercicio. De ser posible, se realizará el llenado de la cédula de evaluación para simulacro para un mejor control de las acciones realizadas en el ejercicio. Y recuerda...

¡¡¡NADIE SE QUEDA ATRÁS!!!

FUENTES DE CONSULTA

Consulte la Ley para más especificaciones sobre simulacros

- Gobierno del Estado de Veracruz, 24 de julio de 2013, Ley de Protección Civil y la Reducción del Riesgo de Desastres para el Estado de Veracruz (Ley Número 856), Gaceta Oficial del Estado de Veracruz, Núm. Ext. 298, 1 de agosto 2013, recuperado de:
http://proteccioncivil.gob.mx/work/models/ProteccionCivil/swbcalendario_ElementoSeccion/183/VERACRUZ_GACETA_OFICIAL_01_08_2013_2_.PDF
- Secretaría de Protección Civil del estado de Veracruz (15 de junio de 2020). Cápsula de Simulacros. Recuperado de <https://youtu.be/Hsz8Q7zd4RY>
- Secretaría de Protección Civil del estado de Veracruz (15 de junio de 2020). Cápsula de Mochila de emergencia. Recuperado de <https://youtu.be/iCgs5inHT9o>
- Secretaría de Protección Civil del estado de Veracruz (15 de junio de 2020). Cápsula de plan familiar. Recuperado de <https://youtu.be/NJxDuw-UOJs>
- Gobierno de México (2020) COVID-19, medidas de seguridad. Recuperado de <https://coronavirus.gob.mx/medidas-de-seguridad-sanitaria/>
- http://www.cenapred.unam.mx/es/Publicaciones/archivos/179-GUAPRCTIC_ADESIMULACROSDEEVACUACINENINMUEBLES.PDF



VERACRUZ
GOBIERNO
DEL ESTADO



PC
Secretaría de
Protección Civil



PROTECCIÓN CIVIL
VERACRUZ

PROGRAMA ESTATAL DE SIMULACROS 2021



REGÍSTRATE Y PARTICIPA

Para mantener actualizadas tus capacidades
de respuesta ante una emergencia.



Secretaría De Protección
Civil Del Estado de Veracruz



@PCEstatalVer

capacitacion_spcver@veracruz.gob.mx

Tel. 228 820 3170, 800 716 34 10 y 11

www.veracruz.gob.mx/proteccioncivil