



UJAT

UNIVERSIDAD JUÁREZ
AUTÓNOMA DE TABASCO

“ ESTUDIO EN LA DUDA. ACCIÓN EN LA FE ”



COORDINACIÓN DE
PROTECCIÓN CIVIL
UNIVERSITARIA



PLAN FAMILIAR DE PROTECCIÓN CIVIL UNIVERSITARIO



“El conocimiento fomenta una cultura de autoprotección”



UJAT

UNIVERSIDAD JUÁREZ
AUTÓNOMA DE TABASCO

“ ESTUDIO EN LA DUDA. ACCIÓN EN LA FE ”



COORDINACIÓN DE
PROTECCIÓN CIVIL
UNIVERSITARIA



INTRODUCCIÓN

Cuando los miembros de una familia desconocen las afectaciones que puede causar el impacto de un fenómeno perturbador y no saben cómo actuar ante la aparición de uno, el riesgo se incrementa. Por lo anterior es importante contar con un Plan Familiar de Protección Civil, para saber cómo proceder ante una situación de emergencia o desastre.

Los impactos de estos fenómenos pueden ser muy significativos en la integridad física, patrimonio y entorno, por ello la **Universidad Juárez Autónoma de Tabasco**, a través de la Coordinación de Protección Civil Universitaria, presenta esta guía para la comunidad universitaria y público en general, con la que se pretende que cada miembro de la familia conozca qué hacer antes, durante y después de un desastre, estén conscientes de los riesgos a los que están expuesto en el hogar y con ello generen una cultura de autoprotección.

“La seguridad, como sociedad, comienza por uno mismo”.



UJAT
UNIVERSIDAD JUÁREZ
AUTÓNOMA DE TABASCO

“ ESTUDIO EN LA DUDA. ACCIÓN EN LA FE ”



**COORDINACIÓN DE
PROTECCIÓN CIVIL
UNIVERSITARIA**



DATOS GENERALES DE LA FAMILIA Y MASCOTAS (Formato Propuesta)

Responsable del Plan Familiar: Mamá <input type="checkbox"/> Papá <input type="checkbox"/> Hija <input type="checkbox"/> Hijo <input type="checkbox"/> Otro <input type="checkbox"/>	Número de habitantes: Adultos: <input type="text"/> Niños: <input type="text"/>
<input style="width: 100%;" type="text"/>	
Teléfono: <input style="width: 90%;" type="text"/>	

foto
opcional

Nombre:

Edad:

Parentesco:

Tipo sanguíneo:

Enfermedades / Alergias:

Medicamentos:

foto
opcional

Nombre:

Edad:

Parentesco:

Tipo sanguíneo:

Enfermedades / Alergias:

Medicamentos:

foto
opcional

Nombre:

Edad:

Parentesco:

Tipo sanguíneo:

Enfermedades / Alergias:

foto
opcional

Nombre:

Edad:

Parentesco:

Tipo sanguíneo:

Enfermedades / Alergias:

foto
opcional

foto
opcional

foto
opcional

Nombre:

Edad:

Raza:

Género:

No. de registro:

Nombre:

Edad:

Raza:

Género:

No. de registro:

Nombre:

Edad:

Raza:

Género:

No. de registro:



UJAT

UNIVERSIDAD JUÁREZ
AUTÓNOMA DE TABASCO

“ ESTUDIO EN LA DUDA. ACCIÓN EN LA FE ”



COORDINACIÓN DE
PROTECCIÓN CIVIL
UNIVERSITARIA



ELABORACIÓN

Para la elaboración del Plan Familiar de Protección Civil, se deben llevar a cabo los siguientes pasos:





UJAT

UNIVERSIDAD JUÁREZ
AUTÓNOMA DE TABASCO

“ ESTUDIO EN LA DUDA. ACCIÓN EN LA FE ”



COORDINACIÓN DE
PROTECCIÓN CIVIL
UNIVERSITARIA



IDENTIFICAR Y REDUCIR RIESGOS AL INTERIOR Y EXTERIOR DE LA VIVIENDA

- No sobrecargues los enchufes de la luz con diversos aparatos eléctricos, puedes provocar un corto circuito.



LUZ

- Elimina los goteos en todas las llaves. Si encuentras humedad en alguna pared, debes llamar cuanto antes al especialista para que realice la reparación.

- Evita arrojar comida u objetos a las tuberías, se pueden tapan.



AGUA

- Verifica que las instalaciones no tengan fugas, coloca agua con jabón en las conexiones, si se ven burbujas, será necesario que llames a un especialista.

- Revisa que la flama que emita la estufa o boiler sea de color azul y no roja, ya que es indicativo de presencia de monóxido de carbono.

- En caso de tener cilindros de gas, revisa que se encuentren en buen estado.



GAS



UJAT

UNIVERSIDAD JUÁREZ
AUTÓNOMA DE TABASCO

“ ESTUDIO EN LA DUDA. ACCIÓN EN LA FE ”



COORDINACIÓN DE PROTECCIÓN CIVIL UNIVERSITARIA



- Sujeta objetos y muebles que puedan caerse.



PISOS



No dejar sustancias químicas peligrosas al alcance de los niños



ESCALERAS



Fenómenos Perturbadores



IDENTIFICAR RUTAS DE EVACUACIÓN Y ZONAS DE MENOR RIESGO

Con ayuda de un croquis deben marcar las mejores rutas para evacuar ante una emergencia y ubicar las zonas de menor riesgo, de igual manera marquen los puntos de reunión.

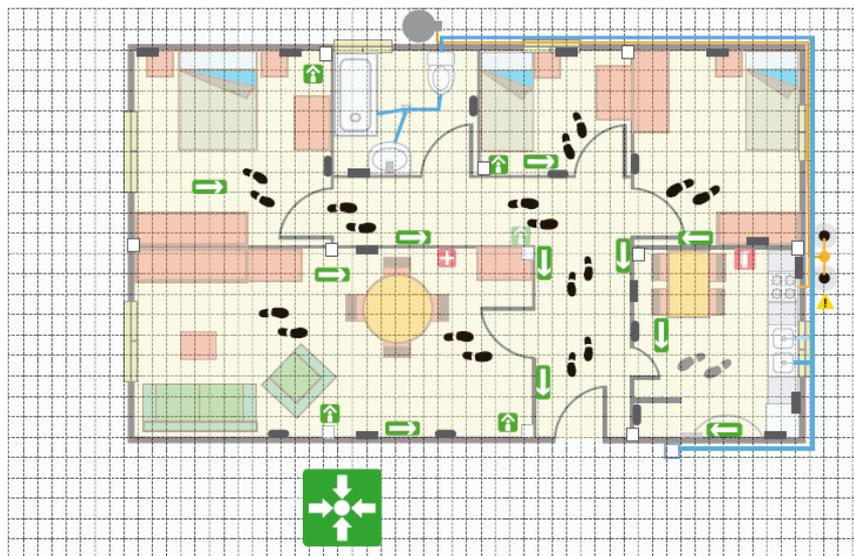
Hacer croquis con rutas de evacuación y marcar el lugar de menor riesgo, dentro y fuera de tu casa.



Rutas de evacuación libres sin obstáculos
Distribución mobiliario adecuada



Medir el tiempo para llegar al sitio de menor riesgo y escoger la ruta que menos tiempo lleve recorrer.



Extintor

Botiquín

Precaución de materiales inflamables v/o combustibles

Ruta de evacuación

Instalación de luz
 Apagadores

Instalación de gas
 Instalación de agua

Punto de reunión

Zona de menor riesgo



UJAT

UNIVERSIDAD JUÁREZ
AUTÓNOMA DE TABASCO

“ ESTUDIO EN LA DUDA. ACCIÓN EN LA FE ”



COORDINACIÓN DE
PROTECCIÓN CIVIL
UNIVERSITARIA



SABER CÓMO ACTUAR ANTES, DURANTE Y DESPUÉS EN CASO DE PRESENTARSE UN FENÓMENO PERTURBADOR

RECOMENDACIONES EN CASO DE UN SISMO

ANTES

-  Crea un plan familiar de protección civil
-  Organiza y participa en simulacros de evacuación
-  Identifica las zonas de seguridad
-  Revisa las instalaciones de gas y luz
-  Almacena alimentos no perecederos y agua

DURANTE

-  Aléjate de ventanas y objetos que puedan caer
-  Conserva la calma y ubícate en la zona de seguridad
-  Corta el suministro de gas y electricidad
-  Aléjate de postes, cables y marquesinas
-  Estacionate alejado de edificios altos

DESPUÉS

-  Revisa las condiciones de tu casa
-  No enciendas cerillos o velas hasta asegurarte de que no hay fugas de gas
-  Utiliza el teléfono sólo para emergencias
-  Mantente informado y atiende las recomendaciones de las autoridades
-  Mantente alerta, se pueden presentar réplicas



UJAT

UNIVERSIDAD JUÁREZ
AUTÓNOMA DE TABASCO

“ ESTUDIO EN LA DUDA. ACCIÓN EN LA FE ”



COORDINACIÓN DE
PROTECCIÓN CIVIL
UNIVERSITARIA



SE RECOMIENDA REALIZAR SIMULACROS, LOS CUALES NOS PREPARARÁN PARA ACTUAR ANTE UNA AMENAZA Y PARA REALIZAR MEJORAS AL PLAN FAMILIAR, YA QUE CADA MIEMBRO DEBE TENER UNA RESPONSABILIDAD.

1



Imaginar una situación de emergencia.

2



Fijar responsabilidades

3



Emitir la voz de alarma

4



Interrumpir actividades y desconectar aparatos eléctricos

5



Recorrer la ruta de evacuación al punto de reunión

6



Revisar que nadie falte y que todos se encuentren bien.

7



Tomar tiempos, evaluar resultados y corregir errores

8



Todos participan

RECOMENDACIONES

Es importante tener siempre a la mano los números de emergencia locales, víveres de reserva, lámpara, documentos importantes, botiquín de primeros auxilios y realizar juntas familiares.



**Botiquín de
Primeros Auxilios**



**Inclúyelos en tu plan
familiar**



UJAT

UNIVERSIDAD JUÁREZ
AUTÓNOMA DE TABASCO

“ ESTUDIO EN LA DUDA. ACCIÓN EN LA FE ”



COORDINACIÓN DE
PROTECCIÓN CIVIL
UNIVERSITARIA



“EL CONOCIMIENTO FOMENTA UNA CULTURA DE AUTOPROTECCIÓN”

Referencias

CNPC (2020) *Plan Familiar de Protección Civil.PDF*

https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/502946/PLAN_FAM_SSPC_C.pdf

SECRETARIA DE PROTECCIÓN CIVIL CDMX (2021) *Plan Familiar de Protección Civil.Php*

<http://data.proteccioncivil.cdmx.gob.mx/programas/PlanFamiliar.php>

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPÓLITANA (2015) *Plan Familiar de Protección Civil UAM – Cuajimalpa*

http://www.cua.uam.mx/pdfs/conoce/Proteccion_civil/UAM%20plan%20familiar%20Prot%20Civil%20CUA.pdf