



— **PLAN
FAMILIA
PREPARADA**

La seguridad parte por casa —



**Gobierno
de Chile**

gob.cl

ONEMI
Ministerio del Interior
y Seguridad Pública

Gobierno de Chile

Ministerio de
Vivienda y
Urbanismo

Gobierno de Chile

**CHILE LO
HACEMOS
TODOS**

ONEMI
Ministerio del Interior y Seguridad Pública
Diciembre 2018

Edición:
Departamento de Programas

Diseño y diagramación:
Unidad de Difusión ONEMI

Fotografías:
Archivo ONEMI



— CONOCE LOS —
8 PASOS DE UNA
FAMILIA PREPARADA

ESTAR PREPARADO ES TAREA DE TODOS





CRISTIÁN MONCKEBERG

Ministerio de Vivienda y Urbanismo

Chile es un país diverso, con diferentes paisajes, diferentes formas de habitar y diferentes amenazas tanto naturales como provocadas por el ser humano, las que al interactuar con vulnerabilidades ponen en riesgo a las personas, los bienes y el medioambiente.

Es por ello que, como Ministerio de Vivienda y Urbanismo, hemos asumido el compromiso de incorporar en los Planes de Habitación Social, el desarrollo de Planes de Emergencia que entreguen lineamientos para que las familias y comunidades puedan estar mejor preparadas, en cualquier momento, para enfrentar una situación adversa, y que puede tratarse de algo cotidiano hasta un desastre

“La preparación empieza por casa”

Es muy importante que cada uno de nosotros esté preparado para enfrentar una emergencia tanto de forma individual como familiar (autoayuda), y a la vez, pueda asistir a miembros de su comunidad (ayuda mutua) para finalmente esperar la ayuda pública.

Esta guía ha sido preparada por la Oficina Nacional de Emergencia con el objetivo de fomentar el autocuidado y la cultura preventiva en las familias de Chile, y el Minvu las distribuirá a cada familia beneficiada con una nueva vivienda, alcanzando así a miles de personas, incluyendo hombres, mujeres, niños y niñas.

El “Plan Familia Preparada” es un documento muy práctico para que cada miembro de la familia pueda identificar amenazas dentro y fuera de la vivienda, lugares o zonas seguras, y asumir roles en una emergencia, entre otros aspectos, por ello les invito a conversar, reflexionar y practicar juntos este plan, para que entre todos construyamos comunidades más seguras y resilientes.

PLAN FAMILIA PREPARADA

La seguridad comienza en nuestro hogar.

Con el objetivo de fomentar el autocuidado y la cultura preventiva en las familias de Chile, ONEMI presenta el “Plan Familia Preparada”, una guía práctica y útil que permitirá identificar y reducir los riesgos presentes en nuestro hogar, en el entorno social o natural, ayudando a las familias en la elaboración de un plan que permita organizarse, prepararse y saber qué hacer ante una situación de emergencia.

La prevención y preparación de la familia frente a situaciones de emergencia es de suma importancia. Nuestro país, por su ubicación y diversidad geográfica, está expuesto permanentemente a diversos tipos de amenazas, ya sean de origen natural o generados por la acción humana. En este contexto, las familias y cada uno de sus integrantes poseen un rol muy importante en prevención y respuesta en caso de que una emergencia llegue a ocurrir.

Para incrementar la seguridad en la familia, es necesario asumir la prevención integralmente. Se deben considerar los mecanismos de resguardo ante diversas situaciones que, directa o indirectamente, pueden generar riesgos para la familia, tales como:

- Accidentes que puedan ocurrir de manera cotidiana al interior del hogar. Por ejemplo, incendios, caídas, intoxicaciones, quemaduras, inhalación y fugas de gas, entre otros.
- Emergencias provocadas por condiciones externas al hogar, ya sean de origen natural o provocadas por la acción humana, tales como inundaciones, sismos, sequía, erupciones volcánicas, accidentes con materiales peligrosos, incendios forestales y accidentes de tránsito, entre otras.

Lo fundamental es anticiparse a aquello que puede poner en peligro a las personas, a la vivienda, sus bienes y el ambiente.

¿Qué es el Plan Familia Preparada?

Es un conjunto de orientaciones y recomendaciones para la comunidad, que invita a todos los miembros de una familia a trabajar en su seguridad y estar mejor preparados para una emergencia. Este plan requiere de la coordinación y participación de todos en la familia, sean hombres, mujeres, niños y niñas.

Debemos tener en cuenta que muchas veces las emergencias pueden suceder en los lugares y horarios menos esperados, es importante responder adecuadamente en caso de tener que enfrentar una situación de este tipo, es necesario estar preparados y saber cómo nos comunicaremos, a quién debemos llamar o enviar un mensaje de texto, si es necesario evacuar la vivienda o dónde debemos reunirnos en caso de no estar juntos en familia. Si en el grupo familiar existe alguna persona en situación de discapacidad, es imprescindible identificar sus necesidades, para una mejor preparación y respuesta en situaciones de emergencia.

Es de suma importancia que todos los integrantes de la familia participen en el proceso de elaboración del Plan Familiar, así todos nos comprometemos con nuestra seguridad y creamos una cultura preventiva desde los más pequeños de la casa.

Es muy sencillo trabajar el Plan Familia Preparada.

La seguridad en el hogar merece una especial y permanente atención de cada uno de los miembros del grupo familiar.

Como primera acción, la familia debe constituirse a modo de Comité de Seguridad Familiar, en el que cada integrante, de acuerdo a su edad y características personales, asume una responsabilidad específica para trabajar sobre los riesgos que vayan identificando.

¡Manos a la obra!



PASO 1: Información del Grupo Familiar.

Elabora un listado con las personas que componen tu grupo familiar, incluyendo a las que presentan dificultad en el desplazamiento, que requieren apoyo de otras personas o ayudas técnicas tales como bastones, silla de ruedas, andadores, entre otras para realizar la evacuación.

Enumera las cosas que cada uno pueda necesitar, como por ejemplo, alimentos especiales, remedios, silla de rueda, muletas, audífonos, pañales, prótesis, bastón guiador, etc.

Incorpora en este listado la información adicional que creas relevante para una situación de emergencia como grupo sanguíneo, n° de cédula de identidad u otros.

Por ejemplo:

Nombre	Sexo	Edad	Enfermedades	Medicamentos, necesidades, cuidados y apoyos.	Contraindicaciones médicas (alergias u otros)	Otros	Teléfono de contacto
Anita (hija)	F	10	Problemas en la pierna	Bastones	Ninguna		--
Claudia (abuela)	F	76	Presión alta	Remedio para la presión	Alérgica al antibiótico		7896xxxx
Pedro (papá)	M	40	Ninguna	Ninguna	Alérgico al huevo		4567xxxx

Esta información es sólo referencial. Tú deberás completar de acuerdo a tu realidad.

Recuerda y haz un si ya hiciste cada etapa del paso 1.

- Elaborar un listado con todos los integrantes de tu familia y sus características.
- Considerar las necesidades específicas de cada integrante del grupo familiar.
- Establecer un número de teléfono de contacto en caso de emergencia.



PASO 2: Identifica y evalúa las amenazas existentes dentro y fuera de la vivienda.

La tarea principal es realizar un reconocimiento del lugar en que vivimos y su entorno. Debemos observar nuestra vivienda y las condiciones en que vivimos, tomando en cuenta: ubicación, características de la vivienda y comunidad en la que está inserta.

Evaluación dentro de la vivienda: recórrela e identifica posibles amenazas. Revisa el tipo de construcción y materiales utilizados, lugar donde se almacenan materiales peligrosos o inflamables (cloro, pinturas, aerosoles, combustibles), verificar el estado de las instalaciones eléctricas y cañerías de agua y gas, distribución del espacio físico y ubicación de los muebles, pasillos, salidas, etc.

Ejemplo:

¿Cuáles son las amenazas que han identificado dentro de la vivienda?

- 1.- Enchufes sobrecargados o en mal estado.
- 2.- Pasillos con muebles que dificultan el paso.
- 3.- Acumulación de escombros en el patio.
- 4.- Repisas sobre las camas con objetos que pueden caer.
- 5.- Paños de cocina cerca del fuego.
- 6.- Presencia de braseros.
- 7.- Cañones de estufas en mal estado.

Esta información es sólo referencial. Tú deberás completar de acuerdo a tu realidad.

Revisa las recomendaciones que aparecen en el anexo N° 1, para prevenir riesgos en los distintos espacios del hogar.

La Prevención comienza en casa, de la mano de cada integrante de la familia.

Evaluación fuera de la vivienda: con tu familia recorre el entorno, conversa con tus vecinos e infórmate de las emergencias vividas anteriormente: identifica qué tipo de amenazas podría afectar tu casa, tales como aluviones, inundaciones, sismos, tsunamis, erupciones volcánicas, incendios forestales, accidentes de tránsito, incendios de pastizales, entre otros.

Es muy importante que analices los potenciales riesgos a los que está expuesta tu vivienda producto de su ubicación, por ejemplo, cercanía al mar, ríos y quebradas, entre otras; también puedes identificar el estado de construcciones aledañas, árboles, líneas de transmisión eléctrica, redes de gas, etc.

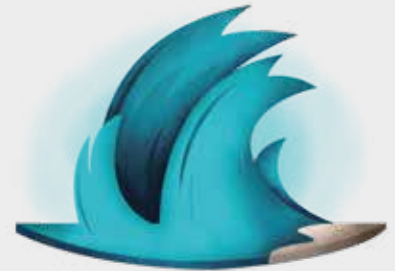
Si vives en departamento, considera también en esta evaluación las condiciones del edificio, como por ejemplo, iluminación de pasillos y escaleras, ductos de ventilación, escaleras de emergencia, ascensores, áreas comunes, entre otras.



ERUPCIÓN DE UN VOLCÁN



TERREMOTO



TSUNAMI

Por ejemplo:

¿Cuáles son las amenazas que han identificado fuera de la vivienda?

- 1.- Inundación que llega hasta la entrada de la casa.
- 2.- Accidentes de tránsito por vehículos que pasan a alta velocidad.
- 3.- Crecida de estero que corta el tránsito de las calles.
- 4.- Terremoto.
- 5.- Pastizales que pueden quemarse.
- 6.- Fugas de gas.
- 7.- Escaleras de emergencia sin iluminación y obstruidas.

Esta información es sólo referencial. Tú deberás completar de acuerdo a tu realidad.

Si ya identificaste las amenazas de tu vivienda y el entorno, prioriza y revisa qué acciones puedes realizar para solucionar estos problemas. Planifica estas acciones y ejecútalas.

Por ejemplo:

Amenazas	Soluciones
1.- Enchufes sobrecargados o en mal estado.	Cambio de los enchufes.
2.- Pasillos con muebles que dificultan el paso.	Correr los muebles y despejar los pasillos.
3.- Acumulación de escombros en el patio.	Limpiar el patio y sacar escombros.
4.- Repisas sobre las camas con objetos que pueden caer.	Fijar los muebles y sacar los objetos pesados.
5.- Pastizales que pueden quemarse.	Organizarse con la comunidad para una limpieza y despeje.
6.- Escaleras de emergencia sin iluminación y obstruidas.	Dar aviso a la administración del edificio.

Esta información es sólo referencial. Tú deberás completar de acuerdo a tu realidad.

Recuerda, haz un si ya hiciste cada etapa del paso 2.

- Recorrer la vivienda y su entorno.
- Identificar las amenazas que podrían afectar la seguridad.
- Identificar las emergencias que afectaron la vivienda y el sector y que podrían volver a ocurrir.
- Prioriza y ejecuta las acciones para reducir los riesgos.

Para información de amenazas y recomendaciones, visita: www.onemi.cl



INUNDACIÓN



INCENDIO FORESTAL



INCENDIO EN CASA

PASO 3: Define lugares de protección, zonas de seguridad, punto de encuentro y vías de evacuación en caso de emergencia.

Sobre la base de la pregunta: ¿Qué debemos hacer en caso de..?, el grupo familiar debe identificar al interior de la vivienda aquellos Lugares de Protección, alejados de peligros; y al exterior de la vivienda reconocer las vías de evacuación (principales y secundarias), las zonas de seguridad y los puntos de encuentro.

Por ejemplo:

Lugares de Protección:

- 1.- Living-comedor (alejado del ventanal y de repisa).
- 2.- Pasillo.

Zonas de Seguridad:

- 1.- Antejardín (alejado cable eléctrico).
- 2.- Plaza/cancha (cercana a la casa).
- 3.- Zona de seguridad dispuesta por el municipio.

Esta información es sólo referencial. Tú deberás completar de acuerdo a tu realidad.

Vías de evacuación o rutas de salida:

- 1.- Pasillo salida al antejardín.
- 2.- Escaleras de emergencia.

Esta información es sólo referencial. Tú deberás completar de acuerdo a tu realidad.

Evacuación al exterior de la vivienda

En el caso de realizar una evacuación hacia zonas seguras predeterminadas por las autoridades o consensuadas anteriormente por la comunidad, deben:

- Identificar la vía de evacuación más rápida, expedita y segura para llegar a la zona de seguridad y practicar el tiempo de recorrido, considerando las características de los niños, niñas, hombres, mujeres y adultos mayores que viven en el hogar.
- En el caso de tener integrantes en situación de discapacidad o que tengan movilidad reducida y/o dependencia, deben considerar vías de evacuación accesibles que permitan un desplazamiento más eficaz así como los sistemas de apoyos y coordinaciones con vecinos en el caso de ser necesario.

- En el caso de encontrarse separados de la familia en una evacuación, consideren fijar un lugar de encuentro común, libre de riesgos.

Por ejemplo:

Vías de evacuación externas:

- 1.- Calle Membrillar (hacia punto de encuentro).
- 2.- Camino Principal (hacia punto de encuentro).
- 3.- Camino interior.

Esta información es sólo referencial. Tú deberás completar de acuerdo a tu realidad.

Puntos de encuentro o de reunión:

- 1.- Casa de la abuelita.
- 2.- Junta de vecinos.

Esta información es sólo referencial. Tú deberás completar de acuerdo a tu realidad.

Recuerda, haz un si ya hiciste cada etapa del paso 3.

- Determinar los lugares de protección, zonas seguras, lugares de peligro, vías de evacuación y punto de encuentro.
- Asegurar que todos los integrantes de la familia los conozcan.
- Considerar vías de evacuación accesibles para todos los integrantes de la familia.
- Fijar lugar de encuentro en común.



PASO 4: Dibuja un mapa de la vivienda.

- Dibuja en familia un plano o mapa simple de tu casa como si estuvieras mirándola desde arriba, identificando todos los sectores de tu casa (comedor, dormitorios, baño, pasillos, escaleras, patio, etc.)
- Si vives en una zona rural, incorpora en el mapa el terreno en el que está la vivienda y los elementos que allí se encuentran como pozo de agua, letrinas, corral de animales, entre otros.
- Marca los Lugares de Protección, vías de evacuación y zonas de peligro dentro del hogar.
- Dibuja en el mapa el lugar donde se encuentran el tablero de corte de energía eléctrica, las llaves de paso de agua y gas, el Kit de Emergencia (ver página 18), junto con la linterna y la radio a pilas.
- Marca la ubicación de otros elementos que puedan utilizar en caso de emergencia, como por ejemplo el extintor.
- No olvides señalar en el plano todas estas zonas con colores y símbolos que les permitan distinguirlas con mayor facilidad. Por ejemplo, para los lugares seguros color verde, zonas de peligro puedes utilizar el color rojo y para rutas de evacuación color azul.
- Primero realizar un borrador del mapa, una vez definido el mapa final, dibújalo en la hoja del Plan.
- Una vez finalizado el mapa, colócalo en un lugar visible para todos.
- Si la vivienda tiene más de un piso, haz un mapa por cada piso.

Recuerda y haz un si ya hiciste cada etapa del paso 4.

- Realizar el mapa de tu vivienda.
- Dibujar en el mapa los lugares de protección, las zonas de seguridad y vías de evacuación.
- Utilizar distintos colores para identificar cada lugar, zona o ruta.
- Ubicar este mapa en un lugar accesible para todos.
- Localizar las llaves de corte de agua, gas y el tablero de electricidad.
- Participar con todos los integrantes del grupo familiar.



Paso 5: Define roles en la emergencia.

Identifica las principales tareas que se deben desarrollar durante una emergencia y establezcan en conjunto quién será responsable de realizarla. Una misma persona puede realizar varias tareas. Si tienes mascotas, define también acciones para su cuidado y protección.

Principales tareas en emergencia	Nombre de quién lo hará
Cerrar las llaves de paso del agua, el gas y cortar la luz.	Abuelita
Apoyar a personas en situación de discapacidad.	Papá/abuelita
Llevar el Kit de Emergencia.	Papá
Llamar a los números de emergencia.	Abuelita
Contacta a un familiar o vecino que pueda ayudar.	Hija
Ocuparse de las mascotas.	Hija

Esta información es sólo referencial. Tú deberás completar de acuerdo a tu realidad.

Es muy importante identificar las acciones esenciales a desarrollar durante una emergencia, de acuerdo a las características específicas de cada familia y el lugar en el que vivimos. Por ejemplo, en el caso de ser persona en situación de discapacidad auditiva, identificar y contactar vecinos o familiares que manejen lengua de señas chilena (LSCH); en el caso de familias que tengan animales (mascotas o animales de producción rural), identificar también acciones para su cuidado o resguardo, con la precaución de no exponer a las personas a una situación de riesgo mayor.

Recuerda y haz un si ya hiciste cada etapa del paso 5.

- Identificar tareas principales para realizar durante la emergencia.
- Asignar tareas realistas, de acuerdo a las capacidades de cada persona.
- Tener en cuenta a las personas en situación de discapacidad, tercera edad, niños, niñas, embarazada, etc.





ROSA

"PREPARAR EL KIT DE EMERGENCIA PARA LA FAMILIA"



ALEXIS

"APAGAR LA LUZ DE MI PIEZA Y SACAR A MI PERRO DE LA CASA"



Paso 6: Elabora un directorio de contactos en caso de emergencia.

Debemos tener siempre a mano los números de emergencia. Elabora un listado con los números de los organismos de emergencia e incorpora los contactos de familiares o amigos que puedan ayudar en este tipo de situaciones. Revisa y actualiza regularmente el listado.

Por ejemplo:

NOMBRE	TELÉFONO
Urgencias salud	
Consultorio más cercano	
Bomberos	
Carabineros	
Plan cuadrante de Carabineros/Comisaría	
PDI	
Nº emergencia municipalidad	
Escuela	
SERNAM	
Emergencia electricidad	
Emergencia agua	
Emergencia gas	
Trabajo Mamá	
Tía Margarita	

Esta información es sólo referencial. Tú deberás completar de acuerdo a tu realidad.



Recuerda y haz un si ya hiciste cada etapa del paso 6.

- Identificar los organismos de emergencia más cercanos, como Ambulancia, Bomberos y Carabineros.
- Identificar a personas u organismos que puedan ayudar en caso de emergencia.
- Mantener el listado de números de emergencia en un lugar visible y accesible por todo el grupo familiar.
- Revisar y actualizar regularmente el listado.

Paso 7: Arma tu Kit Básico de Emergencia.

En emergencias mayores puede que no estén disponibles los servicios básicos (agua potable, energía eléctrica, alimentos, etc.) por ello es importante contar con un conjunto de elementos que nos permitan sobrevivir mientras se normaliza la situación de emergencia. Este Kit de Emergencia Básico nos permite estar organizados y preparados para enfrentar una emergencia.

Estos elementos o provisiones casi siempre se encuentran en tu hogar, por lo que te recomendamos que las organices y las tengas en un lugar de fácil acceso en caso de emergencia, y que todos sepan dónde está.

El Kit Básico se debe elaborar de acuerdo a las necesidades de cada familia y a las emergencias más recurrentes. Es recomendable que tu Kit te permita ser autosuficiente por 72 horas, ya que en situaciones de emergencia, tal vez tengas que evacuar la vivienda y la ayuda puede demorar.

De acuerdo a tu realidad puedes elaborar también un Kit Básico de Supervivencia y un Kit para el Auto. Considera las necesidades específicas de hombres y mujeres de acuerdo a su edad, niños y niñas, embarazadas, personas en situación de discapacidad o de movilidad reducida.

Algunos elementos sugeridos para el Kit Básico de Emergencia pueden ser:

- Agua, considera dos litros por persona al día (incluye botellas chicas que son más fáciles de trasladar).
- Comida (que se mantenga y se pueda ingerir sin cocinar, como por ejemplo latas de conserva o barras energéticas).
- Linterna y pilas.
- Radio portátil con baterías adicionales (o pilas).
- Dinero en efectivo.
- Botiquín de primeros auxilios.
- Abrelatas.
- Artículos de aseo para hombres y mujeres.
- Bolsas de plástico.
- Mascarillas de papel.
- Papel higiénico.
- Toalla papel absorbente.
- Encendedor/fósforos.

- Copia de documentos en sobre hermético (cédula de identidad, pasaporte, libreta de familia, escritura de propiedad o contrato de arriendo, entre otros).

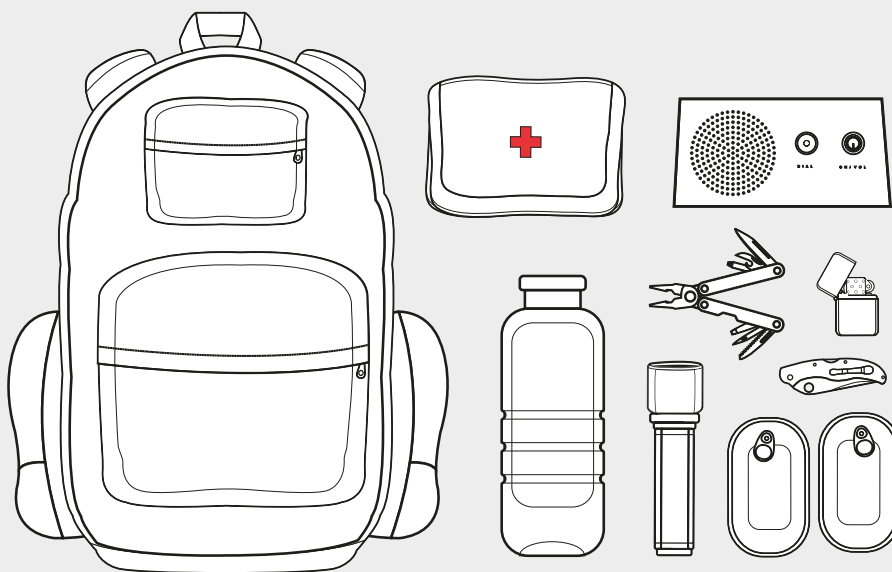
- Copias de llaves de la casa.

- Medicamentos necesarios.

- Copia del Plan de emergencia.

- Otros elementos especiales, acordes a las características de la familia (por ejemplo pañales en caso de bebés, toallas higiénicas, ayudas técnicas, entre otros).

Para información de Kits específicos ante otras amenazas, consulta: www.onemi.cl



De acuerdo a la realidad de cada familia, considerar en el Kit de Emergencia:

- Medicamentos para las personas con enfermedades ya diagnosticadas como diabetes, hipertensión, etc.
- Identificación para niños, niñas y personas de tercera edad tales como brazaletes o credencial colgante.
- Necesidades de niños, niñas, tercera edad y personas en situación de discapacidad.
- Recuerda revisar periódicamente los elementos del Kit para verificar si están en buen estado.

PASO 8: Practica el Plan Familia Preparada.

Una vez elaborado el plan deberán ponerlo en práctica para identificar aquello necesario de mejorar. Si lo requieres, corrígelo y adecúalo. Prácticalo cuantas veces sea necesario, así te aseguras que todos en la familia lo conozcan y sepan qué hacer, incluso los más pequeños.

Recuerda practicar el Plan Familia Preparada, no esperes que ocurra una emergencia para probar su efectividad.

- Todos los integrantes del grupo familiar deben conocer el Plan.
- Debe ser practicado, corregido y actualizado regularmente.



RECUERDA, PARA TU PLAN FAMILIA PREPARADA ES CLAVE:

- Información del grupo familiar.
- Identifica y evalúa las amenazas de tu vivienda y el entorno.
- Definir los lugares de protección, zonas seguras, vías de evacuación y puntos de encuentro.
- Elaborar un mapa de la vivienda.
- Identificar los roles y tareas a desarrollar durante una emergencia y definir sus responsables.
- Elaborar el listado de contactos de emergencia y dejarlo en un lugar visible, conocido por toda la familia.
- Armar un Kit de Emergencia.
- Practicar el Plan Familia Preparada.



ANEXO 1

Recomendaciones para disminuir los riesgos en tu hogar:

Identifica las llaves de agua, gas y los interruptores de energía eléctrica. Aprende cómo cortarlos en caso de emergencia.

Revisa estas recomendaciones y sigue las medidas de seguridad que te pueden ayudar a disminuir los accidentes en el hogar.

En el baño:

- Mientras te duches, mantén los pies sobre la goma antideslizante.
- Mantén el piso seco y despejado.
- No toques los interruptores de electricidad con las manos mojadas o húmedas.
- Los medicamentos deben mantenerse en sus envases originales y fuera del alcance de los niños.
- En lo posible procurar una buena ventilación.
- Mantener las manos secas al utilizar artefactos eléctricos y no hacerlo dentro de la tina o ducha.
- Sacar los calefón del interior de los baños.
- No ingresar braceros a los baños mientras nos duchamos.
- Instalar pasamanos en caso de personas con movilidad reducida.

En la cocina:

- Revisar mangueras y reguladores de gas ya que tienen fecha de vencimiento.
- Al ingresar a la cocina evitar el contacto con ollas u otros objetos que se encuentren sobre la cocina, éstos pueden estar calientes y provocar quemaduras.
- Si se inflama el aceite con el que se está cocinando, nunca lanzar agua. Corta el gas y tapa inmediatamente el sartén o la olla con una tapa.
- No colgar paños ni guantes toma olla sobre la cocina.
- No usar muebles como escaleras.
- Usar los aparatos eléctricos lejos del lavaplatos.
- En caso de cocinas a leña, limpiar los cañones.

Escaleras:

- Mantenerla siempre bien iluminada.
- Peldaños y pasamanos siempre en buen estado.
- Los peldaños, idealmente deben contar con antideslizante.

Living - comedor:

- Mantener despejadas las vías de circulación.
- Mantener las estufas encendidas a prudente distancia de muebles y cortinajes.
- No colocar tuestos con agua sobre estufas a parafina; al volcarse puede generar una inflamación súbita, provocando una rápida propagación del fuego.
- Revisar mangueras y reguladores de estufas a gas, ya que tienen fecha de vencimiento.
- Atornillar muebles pesados a la pared.
- Instalar firmemente las lámparas colgantes.

Dormitorios:

- Mantener despejado el dormitorio, libre de obstáculos en caso de evacuación.
- Evitar poner lámparas colgantes pesadas sobre la cama.
- Evitar instalar muebles pesados y en altura sobre la cabecera o a un costado de la cama.
- Mantener libreros con topes en cada bandeja para evitar el desplazamiento de libros y otros objetos pesados.
- Mantener junto a la cama, zapatos para levantarse.
- Evitar fumar en los dormitorios ya que un cigarro en contacto con la ropa de cama u otro material inflamable puede provocar un incendio.
- Mantener una linterna cargada con pilas, al alcance.

Patios:

- Mantener el patio ordenado.
- En lo posible mantener la manguera de riego conectada a la llave y procurar que tenga un largo que llegue a cualquier rincón de la vivienda.
- Revisar periódicamente el techo para evitar goteras en caso de lluvia o el desprendimiento de tejas o planchas en caso de sismo.
- Revisar periódicamente canaletas y bajadas de agua lluvia para mantenerlas limpias y en buenas condiciones.

Entorno:

- Mantener libres de maleza y basura las cercanías a la vivienda, esto podría evitar la posible propagación de fuego en caso de incendio.
- Revisar y limpiar cunetas, alcantarillados para eliminar obstrucciones de tierra, escombros y hojas que impidan el escurrimiento de las aguas.

En el caso de utilizar cocinas o estufas a leña:

- Mantenga los ductos (cañones) limpios. Cierre adecuadamente la puerta mientras se utiliza.
- Dentro de lo posible, utilice doble ducto con material aislante entre ambos, en área del entretecho.
- Si ello no es posible, evite el contacto entre el ducto y maderas.
- Evite encender fuego con materiales acelerantes tales como parafina, aceite, etc.
- Proteger las zonas de contacto con materiales no combustibles (latas, intermit, cerámica, etc.).

En el caso de utilizar velas:

- Evite ubicarlas cercanas a cortinas o material inflamable.
- Ubicar la vela sobre una superficie no combustible (lata, plato, etc.).
- Apáguela cuando usted no pueda supervisarla.
- Nunca la deje al alcance de los niños.

Si utiliza braseros:

- Enciéndalos SIEMPRE al exterior de la vivienda y mantenga una buena ventilación del ambiente mientras se utiliza.
- Ubicar los braseros siempre sobre lata o material no combustible.
- Disponga una barrera alrededor del brasero para evitar quemaduras o accidentes.

Estas medidas básicas deben ser adoptadas y enriquecidas de acuerdo a la realidad específica de cada familia.

ANEXO 2

¿Qué debe contener el Botiquín de primeros auxilios?

En caso de una emergencia, usted o algún integrante de su familia puede sufrir lesiones menores tales como cortaduras, quemaduras, etc. Por ello es necesario que mantenga un botiquín con las siguientes características: amplio, debe contar con espacio suficiente para contener todo el material necesario en forma segura, transportable, impermeable, fácil de limpiar, compacto, identificable (debe decir Botiquín).

El contenido básico sugerido para un Botiquín de primeros auxilios es:

- Guantes de procedimiento (no estériles).
- Mascarillas de procedimiento desechables.
- Tijeras punta roma, pinzas. (Puede ser de uso doméstico).
- Gasas de distintos tamaños. (La limpieza de heridas deberá realizarse con gasa, no con algodón).
- Vendas gasa, tela adhesiva, parches curita.
- Para limpiar heridas, se puede utilizar suero fisiológico, agua limpia, agua embotellada, agua hervida o agua potable.
- Termómetro, de preferencia, digital (de mercurio ya no se usan por ser peligrosos si se quiebran).
- Manual de primeros auxilios.

IMPORTANTE

En el caso de medicamentos en el botiquín se recomienda, mantener un número mínimo de remedios recetados a los miembros de la familia, por ejemplo tener los remedios para la presión que consume todos los días el abuelo.

No deje el botiquín al alcance de los niños.

Se debe procurar revisar periódicamente la fecha de expiración de los productos.

Para mayor información visita: www.cuzroja.cl

ANEXO 3

Glosario

Amenaza: es la posible ocurrencia de un fenómeno de origen natural o provocado por la acción humana, que puede producir efectos nocivos en las personas, los bienes y el ambiente.

Ayudas técnicas: son elementos y/o implementos requeridos por una persona en situación de discapacidad para prevenir la progresión de la misma, mejorar o recuperar su funcionalidad, a fin de mejorar su autonomía personal y desarrollar una vida independiente (Art. 6 letra b Ley N° 20.422).

Lugares de protección sísmica: son aquellos que se encuentran al interior de la vivienda, alejados o protegidos ante un determinado peligro. Se diferencia de la zona de seguridad, ya que esta se encuentra al exterior de la vivienda. Para el caso de sismos, revisa mayor información en www.onemi.cl.

Punto de encuentro: este es un lugar ubicado dentro una zona segura. Permite reunirse cuando una emergencia o desastre ha ocurrido y los integrantes de la familia se encuentran en distintas partes (escuela-trabajo-hogar). Por ejemplo: plazas, parques, sitios abiertos, canchas de fútbol, casa de familiares, etc. Se caracteriza por ser distinguible y recordable por el grupo familiar.

Riesgo: Probabilidad de ocurrencia de daños sociales, ambientales y económicos en un lugar dado y durante un tiempo determinado.

Vías de evacuación: es la ruta más directa, expedita y segura, que se utiliza para alejarse de la zona de peligro hacia una zona de seguridad.

Zona de peligro: lugar que podría verse afectado por algún riesgo o peligro y, por lo tanto expuesto a situaciones que pueden provocar daño a las personas.

Zonas de seguridad: lugar que se encuentra fuera del inmueble y que presenta las condiciones necesarias para brindar seguridad.

ANEXO 4

Emergencias Números de Teléfono.

NOMBRE	TELÉFONO
Urgencias de Salud	131
Bomberos	132
Carabineros	133
PDI	134
Incendios Forestales - CONAF	130
Unidad de Rescate Costero - DIRECTEMAR	137
Fono Niños	147
Emergencias Toxicológicas - CITUC	2 635 3800
Cuerpo de Socorro Andino	6994764
SERNAM	800-104-008

ANEXO 5

PLAN FAMILIA PREPARADA.

PASO 1: Información del Grupo Familiar.

Nombre	Sexo	Edad	Enfermedades	Medicamentos, necesidades, cuidados y apoyo.	Contraindicaciones médicas (alergias u otros)	Otros	Teléfono de contacto

PASO 2: Amenazas existentes dentro y fuera de la vivienda.

¿Cuáles son las amenazas que han identificado dentro de la vivienda?	
1.-	
2.-	
3.-	
4.-	
5.-	
6.-	
7.-	
8.-	
9.-	
10.-	

¿Cuáles son las amenazas que han identificado fuera de la vivienda?	
1.-	
2.-	
3.-	
4.-	
5.-	
6.-	
7.-	
8.-	
9.-	
10.-	

Acciones para transformar las amenazas en soluciones.

	Amenazas	Soluciones
1.-		
2.-		
3.-		
4.-		
5.-		
6.-		
7.-		
8.-		
9.-		
10.-		

PASO 3: Lugares de protección, zonas de seguridad, punto de encuentro y vías de evacuación en caso de emergencia.

Lugares de Protección:

Vías de evacuación o rutas de salida:

Zonas de seguridad:

Vías de evacuación externas hacia la zona segura:

Puntos de encuentro o de reunión:

PASO 4: Mapa de la vivienda.



PASO 5: Roles en la emergencia.

Principales tareas en emergencia	Nombre de quién lo hará

PASO 6: Directorio de teléfonos de emergencia.

Nombre	Teléfono

PASO 7: Kit de Emergencia.

Marca los elementos que están incluidos en tu kit de emergencia.

- Agua, considera dos litros por persona al día (incluye botellas chicas que son más fáciles de trasladar).
- Comida (que se mantenga y se pueda ingerir sin cocinar, como por ejemplo latas de conserva, barras energéticas, deshidratada).
- Linterna y pilas.
- Radio portátil con baterías adicionales (o pilas).
- Dinero en efectivo.
- Botiquín de primeros auxilios.
- Abrelatas.
- Artículos de aseo para hombres y mujeres.
- Bolsas de plástico.
- Mascarillas de papel.
- Papel higiénico.
- Toalla papel absorbente.
- Encendedor/fósforos.
- Copia de documentos en sobre hermético (cédula de identidad, pasaporte, libreta de familia, escritura de propiedad o contrato de arriendo, entre otros).
- Copias de llaves de la casa.
- Medicamentos necesarios.
- Copia del Plan de emergencia.
- Otros elementos especiales, acordes a las características de la familia (por ejemplo pañales en caso de bebés, toallas higiénicas, ayudas técnicas, entre otros).

PASO 8: Practica tu Plan Familia Preparada.

¡Ya elaboraron su Plan Familia Preparada!

Deberán ponerlo en práctica para identificar aquello necesario de mejorar. Si lo requieres, corrígelo y adecúalo.

Practícalo cuantos veces sea necesario, así te aseguras que todos en la familia lo conocen y saben qué hacer, incluso los más pequeños.

¿Qué acciones mejoran en el Plan?	
Mejora 1	
Mejora 2	
Mejora 3	
Mejora 4	
Mejora 5	
Mejora 6	

ESTAR PREPARADOS ES TAREA DE TODOS.



NOTAS:





**CHILE LO
HACEMOS
TODOS**

Plan Familia Preparada

Oficina Nacional de Emergencia - ONEMI
Ministerio del Interior y Seguridad Pública

Agradecimientos a:

Servicio Nacional de la Discapacidad, Junta Nacional de Bomberos,
Cruz Roja Chilena, Caritas Chile y World Vision por sus aportes,
revisión y sugerencias.