

ALERTA

Programa
de Organización Barrial
ante Emergencias

ALERTA Rawson 2739 / entrepiso - Tel.:499-6625/8

MÓDULOS de CAPACITACIÓN para VECINOS VOLUNTARIOS



Defensa Civil

Versión
1999

Calidad de Vida  **MGP**
Subsecretaría de Desarrollo Humano



Teléfonos

Defensa Civil	103
Policía	101
Bomberos	100
Accidentes	107

Módulos

El Programa ALERTA	2
Defensa Civil	4
Meteorología	6
Agua para consumo humano	14
Gas y monóxido de carbono	21
Riesgo eléctrico	24
Lucha contra el fuego	29
Vivienda segura	36
Supervivencia	46
Primeros auxilios	51
Comunicación	70
Organización barrial	72

Este material informativo fue especialmente elaborado para el "CURSO DE CAPACITACION PARA VECINOS VOLUNTARIOS" del Programa ALERTA, con la intención de complementar los contenidos a desarrollar en cada una de las clases.

- **Se sugiere a los participantes, ubicar en el módulo el tema correspondiente a cada encuentro.**
- **El módulo permitirá realizar una lectura de revisión de conceptos, después de cada clase.**

I N D I C E

Temas	Pág.
Reconocimientos	1
Alerta. El Programa.	2
Introducción a la Defensa Civil.	4
Meteorología. Fenómenos Naturales	6
Agua para Consumo Humano	14
Prevención de Escapes de Gas y CO	21
Riesgo Eléctrico	24
Prevención de Incendios y Lucha Contra el Fuego	29
Vivienda Segura	36
Supervivencia	46
Primeros Auxilios	51
Comunicación	70
Introducción a la Organización Barrial	72

Reconocimientos

El Equipo Técnico del Programa ALERTA quiere resaltar la tarea desarrollada, para la concreción de este Curso de Capacitación, de numerosas personas e instituciones. Ellos pusieron a disposición su experiencia y su tiempo para la preparación del material y el dictado de los contenidos. Estas son:

Camuzzi Gas Pampeana.
Dirección de Desarrollo Humano
(Desarrollo Social - M.G.P.)
EDEA
HABITAT
(Desarrollo Social - M.G.P.)
O.S.S.E. (Proyección a la comunidad)
Servicio Meteorológico Nacional.
Grupo C.O.R.P.S.
Area Prensa y Comunicaciones
(Calidad de Vida - MGP)

Resaltamos la tarea de numerosos vecinos del Partido de Gral. Pueyrredón, que ante cada emergencia, han actuado voluntaria y solidariamente para auxiliar y acompañar a sus convecinos damnificados:

ES POR ELLOS Y PARA ELLOS QUE ESTE PROGRAMA COBRA SENTIDO.

Queremos también realizar un reconocimiento especial.

Al
SR. VICENTE FERNANDEZ

quien desde la Secretaría General nos brindó el apoyo necesario para que esta iniciativa se concretara.

ALERTA

Es un Programa intersectorial, implementado conjuntamente por la Subsecretaría de Desarrollo Social y Defensa Civil de la Municipalidad de General Pueyrredón desde el año 1997.

El mismo, fue considerado "una importante iniciativa de trabajo comunitario que pone de manifiesto la preocupación del municipio por la seguridad de su comunidad", en el mes de julio de 1997 por la Dirección General de Defensa Civil Bonaerense.

La propuesta del Programa se centra en promover la capacitación y organización de los vecinos voluntarios y de las instituciones comunitarias para actuar ante eventuales emergencias.

JUSTIFICACION.

Atento a la función asignada a Defensa Civil y al interés de la Subsecretaría de Desarrollo Social de la Municipalidad de General Pueyrredón, se hizo necesario establecer pautas y metodología de abordaje del territorio barrial, que permitieran mejorar las experiencias anteriores en emergencias acontecidas en el Partido.

A esto se sumó, que : vastos sectores barriales son los más afectados por el desarrollo de fenómenos naturales que ocurren a lo largo del año,

Y el interés de dirigentes fomentistas y vecinos, para estar preparados adecuadamente para enfrentar situaciones de emergencia.

El Programa surge luego de evaluar las emergencias ocurridas en el Partido, antes de 1997, de lo que se señala :

Desatención de la comunidad desde el propio barrio frente a respuestas centralistas para la ciudad.

Definiciones de estrategias de cobertura de demanda desde el nivel central, sin adecuarse a las características de cada sector poblacional y sus reales necesidades.

Traslado de profesionales del Servicio Social y otros, para cubrir territorio o funciones diferentes de aquellas, sobre las que tienen conocimientos técnicos específicos.

Mecanismos y técnicas inadecuadas para la recepción de las demandas de la población afectada y posterior seguimiento.

Conflicto en la toma de decisiones por presencia de múltiples actores sociales, sin un espacio de articulación común.

Falta de capacitación previa del voluntariado que surge en forma espontánea en toda situación de emergencia.

OBJETIVOS

ESTRATEGIAS

RESULTADOS ESPERADOS

1. CONOCER las características de los diferentes barrios que componen el área, en relación a las amenazas presentes y a la vulnerabilidad del sector.
2. PREPARARSE adecuadamente para enfrentar, con el menor daño factible, los desastres inevitables.
3. COORDINAR efectivamente la respuesta a un desastre local, con la participación de vecinos, grupos e instituciones.
4. CAPACITAR a un grupo de vecinos por barrio para que intervengan en todo el ciclo de desastres, y participen del plan de acción general.
5. INFORMAR a la comunidad sobre el funcionamiento de la organización barrial ante la emergencia.
6. EVALUAR durante y post emergencia para informar a la Junta Municipal de Defensa Civil, en base a un criterio previo y confiable.

- A. CAPACITACION DE LOS ACTORES SOCIALES DE LA COMUNIDAD EN RELACION A LOS OBJETIVOS.
- B. PREPARACION DE LAS FAMILIAS UBICADAS EN SECTORES MAS VULNERABLES.
- C. CONSOLIDACION DE LA ORGANIZACIÓN BARRIAL ANTE EMERGENCIAS.
- D. DIFUSION DEL PLAN BARRIAL DE EMERGENCIA.

Constituir la organización barrial que actúe en todo el ciclo de desastres, conformada por :

Vecinos, grupos e instituciones (vecinos voluntarios, asociaciones de fomento, clubes, otras asociaciones civiles)

- Servicios de protección civil del área
- equipos especializados internos de las empresas del sector

utilizando los recursos humanos y equipamiento básico existentes en la zona ; para prevenir y mitigar amenazas y vulnerabilidades del sector ; para enfrentar situaciones incipientes, emergencias y desastres, con apoyo institucional de la Junta Municipal de Defensa Civil

ANTECEDENTES.

El Alerta reconoce como experiencia piloto el Proyecto de organización realizado en el Barrio Libertad a partir del año 1993, después de que este vecindario fuera afectado gravemente por el tornado que azotó a la ciudad. Esta experiencia también se registraba en el Barrio Parque Hermoso. Ambas organizaciones están hoy vigentes y en funcionamiento.

INTRODUCCION A LA DEFENSA CIVIL

¿ Qué es Defensa Civil?

Defensa Civil es una organización que tiende a evitar, anular o disminuir los efectos de la acción de la naturaleza, los riesgos tecnológicos, sociales, biológicos, accidentales de magnitud y otros que se configuren como desastres, entendiendo a éste como un evento que por su envergadura produzca conmoción y trastornos, tal que altere el normal desarrollo de la vida en la zona afectada y que a juicio de la Junta Municipal de Defensa Civil (JMDC) o de la Junta Provincial de Defensa Civil (JPDC) justifiquen la intervención de la DC para restablecer la normalidad de la vida en dicha zona.

¿ Quiénes integran Defensa Civil?

El Intendente es el Presidente de la Junta Municipal de Defensa Civil (JMDC), los Secretarios son parte del cuadro permanente de la JMDC, (con funciones principales de Ingeniería de Rehabilitación, de control Sanitario y Acción Social, de Comunicaciones, de Prensa y Difusión), los Jefes de los Servicios de Protección Civil (con funciones de Orden, Salvamento y Rescate) se desempeñan como Vocales Permanentes y los Dirigentes de entidades de bien Público como Vocales no permanentes. Esta JMDC es responsable de la organización, planificación y ejecución de la DC en la Comuna.

¿ En qué se basa Defensa Civil?

En la autoprotección de cada individuo en primer lugar y de su grupo familiar en segundo término, conociendo cuales son sus principales amenazas y vulnerabilidades a las que puede ser sometido él, y su familia y la forma de prepararse adecuadamente para enfrentarlas.

La acción voluntaria y solidaria que involucra diferentes aportes de la población e instituciones de carácter público o privado, las cuales son coordinadas por la Junta Municipal de Defensa Civil.

Ayuda Mutua, convenios recíprocos con otros municipios, organismos del estado provincial o instituciones privadas con o sin fines de lucro.

¿ Cómo trabaja Defensa Civil?

Promoviendo conductas de autoprotección, acordando y coordinando las tareas con los Servicios de Protección Civil y Entidades Vecinales, realizando ejercitaciones de las diferentes hipótesis, desarrollando planes específicos de información y capacitación, proponiendo a la JPDC distinto tipo de trabajos y promoviendo acuerdos de ayuda mutua.

¿ Cuáles son las principales herramientas de Defensa Civil?

En períodos de normalidad (antes de una posible emergencia) mediante la prevención y planificación de los medios disponibles para su aplicación cuando sea necesario.

- Evaluando los recursos, para poder tener registro de todos los medios disponibles, tanto sean recursos humanos, materiales (equipos y maquinarias, suministros), económicos e información.
- Identificando y caracterizando los factores de amenaza y vulnerabilidad del Partido de General Pueyrredón.
- Coordinando con los distintos Servicios de Protección Civil (básicamente Bomberos y Policía) las misiones y funciones de los mismos dentro del esquema de trabajo de la JMDC, además de otras instituciones como Fuerzas Armadas, Cruz Roja, Empresas de gas, agua, electricidad y

teléfonos, sociedades de fomento, grupos de rescate, entidades de bien público, deportivas, etc.

- Cuando se desencadena una emergencia y durante la misma, coordinando acciones mediante:
- Un sistema de comunicaciones.
- Coordinado todos los recursos que sean necesarios y que estén disponibles para restablecer la normalidad a la zona afectada.
- Después de la emergencia y posteriormente a la misma, asistiendo moral y materialmente a los damnificados para recuperar sus necesidades básicas.

¿ Cómo evalúa los recursos Defensa Civil?

Cualquier intento de planificar respuestas en caso de emergencias debe basarse en posibilidades ciertas. Por lo tanto, cualquier acción prevista debe soportarse en recursos reales, para lo cual es necesario realizar inventarios de disponibilidad interna y externa. En definitiva para poder dar órdenes de prioridades en cuanto a los trabajos de mitigación durante un siniestro, es necesario contar con la siguiente información:

- | | |
|---------------------------------|--|
| 1. MEDIOS DE COMUNICACIÓN | 2. GUARDIAS TIPO, HORARIO Y CANTIDAD DE RECURSOS |
| 3. RECURSOS HUMANOS DISPONIBLES | 4. MEDIOS DE TRANSPORTE |
| 5. MEDIOS DE CARGA | 6. HERRAMIENTAS MOTORIZADAS |
| 7. HERRAMIENTAS ELÉCTRICAS | 8. HERRAMIENTAS MANUALES |
| 9. OTRO TIPO DE HERRAMIENTAS | 10. SUMINISTROS |
| 11. INFORMACIÓN | 12. LUGARES PARA POSIBLES EVACUACIONES |
| 13. ELEMENTOS DE SEGURIDAD | 14. RECURSOS FINANCIEROS |

Inundaciones por precipitación pluvial, Inundación por sudestada, Confluencia de 1 y 2.

Inundación por desborde de ríos y arroyos. Inundaciones por roturas de diques.

Tomados. Tormentas severas.

Incendio de edificaciones: Asentamiento de viviendas precarias. Edificios públicos y privados.

Incendio de campos o rurales. Incendio de bosques. Incendio de zonas serranas.

Sequías.

Accidente nuclear.

Accidentes en la elaboración, almacenamiento y transporte de sustancias peligrosas.

Epidemias.

Accidentes de magnitud. Ferroviarios. Automotor. Aeronaves

Explosiones.

Interrupción total o parcial de energía eléctrica. Interrupción total o parcial del servicio telefónico. Interrupción total o parcial del servicio de gas. Interrupción total o parcial del servicio de agua.

Conclusión

Defensa Civil tiene como principal objetivo el preservar la vida e integridad de las personas y de sus bienes.

¿Cuáles son la hipótesis de trabajo de Defensa Civil?

METEOROLOGÍA - FENOMENOS NATURALES

Inundaciones sudestadas y crecientes repentinas. Reglas a tener cuenta en los casos de crecientes o inundaciones. Cuando reciba un aviso de alerta por inundación. Durante la inundación: Despues de la inundación. Reglas a tener en cuenta en los casos de aluviones o crecientes repentinas **Tornados** Como indentificar un tornado. Reglas de seguridad a tener en cuenta cuando un tornado se aproxima. **Rayos** recomendaciones a tener en cuenta ante la presencia de tormentas eléctricas o la caída de un rayo. **Olas de calor**

INUNDACIONES SUDESTADAS Y CRECIENTES REPENTINAS

Las inundaciones constituyen una parte natural e inevitable de la vida, a lo largo de los cursos de varios ríos de nuestro país.

Algunas inundaciones son estacionales, como cuando las lluvias en invierno y la fusión de la nieve, en primavera, drenan en los tributarios y llenan rápidamente las cuencas de los ríos con grandes volúmenes de agua. Otras son repentinas, como resultado de precipitaciones intensas que forman torrentes.

Las llamadas corrientes repentinas o aluviones que destrozan y socavan los lechos de los ríos, desbordando sus márgenes y arrasando todo lo que encuentran en su camino.

La transformación de un río tranquilo en una inundación destructiva ocurre muchas veces cada año, son numerosas las áreas del el país que sufren los efectos de las inundaciones, centenares de personas deben abandonar sus

hogares y en algunos casos, se producen pérdidas humanas y animales, también se registran pérdidas multimillonarias por daños o destrucción de propiedades.

La sudestada: es un estado de mal tiempo, que se localiza en el río de la PLATA sobre la costa de la REPUBLICA ARGENTINA y de la REPUBLICA ORIENTAL DEL URUGUAY.

El daño mas serio provocado por las sudestadas es la inundación de las zonas ribereñas del río de la PLATA así como el sur del litoral.

El servicio meteorológico nacional, a los fines de mitigar los efectos que producen las inundaciones, en especial para los ríos PARANA, URUGUAY Y EL RÍO DE LA PLATA, tienen montado un servicio de AVISOS DE ALERTA, en coordinación con otros organismos estatales, como ser la Dirección Nacional

de DEFENSA CIVIL DEL MINISTERIO DE DEFENSA, la Prefectura Nacional Marítima, la Direcciones de Defensa Civil de las provincias involucradas, etc. Estos servicios de alerta son difundidos por medio de boletines que se emiten por las radioemisoras y canales de televisión, con suficiente antelación, como para tomar las medidas precautorias en las zonas que probablemente serán afectadas.

No obstante, en el caso de las crecientes o inundaciones aluviones para otras áreas del país por las características propias del fenómeno, los alertas no pueden ser realizados con una antelación apropiada, por lo que, en esos casos, los pobladores deben mantenerse en un alerta permanente, ya que la velocidad del aluvión es tal, que solo le permitirá unos pocos minutos para salvar vidas.

Por ello, describimos las reglas a tener en cuenta en los casos de crecientes o inundaciones y para las crecidas repentinas o aluviones

REGLAS EN TENER CUENTA EN LOS CASOS DE CRECIENTES O INUNDACIONES

ANTES DE LA INUNDACION

1)Tendrá a mano materiales como bolsas de arena, laminas de plástico y de madera, en especial terciada.

2)Hacer los arreglos necesarios para asegurar el suministro de energía eléctrica a los hospitales y a otros servicios esenciales que pueden ser seriamente afectados por la falta de la misma

3) Tener a mano elementos para primeros auxilios.

4) Mantener su automóvil, si lo tuviere, provisto de combustible: Sí el suministro de energía eléctrica se interrumpe, las estaciones de servicios podrán quedar incapacitadas para operar sus bombas durante varios días.

5) Mantener una provisión de alimentos que requiera poca cocción y ninguna refrigeración ya que la energía electriza podría interrumpirse.

6) Mantener en condiciones de funcionamiento un receptor de radio portátil, un equipo de emergencia para cocinar y linternas eléctricas (a pila).

CUANDO RECIBA UN AVISO DE ALERTA POR INUNDACIÓN.

1) Almacene agua para beber en tinas o recipientes limpios, ya que el suministro de la misma podría interrumpirse o el agua contaminarse.

2) Si debe abandonar su hogar y el tiempo lo permite, traslade los elementos esenciales a un lugar seguro, llene los tanques para evitar que los lleve la corriente y lubrique en exceso las máquinas fijas.

3) Trasládese a una área segura, antes que el agua de la inundación interrumpa su acceso.

DURANTE LA INUNDACIÓN:

1) Evite las áreas propensas a inundaciones repentinas.

2) No trate de cruzar a pie una corriente de agua que sobrepase sus rodillas.

3) No intente conducir sobre una carretera inundada: puede quedar atascado y ser arrastrado con su vehículo.

DESPUES DE LA INUNDACIÓN.

1) No coma alimentos frescos que hallan estado en contacto con agua de inundación.

2) Compruebe la potabilidad del agua para beber, el agua de aljibe y pozos deben ser analizadas o examinadas, antes de beberla.

3) Busque la asistencia medica necesaria en el Centro de Salud más cercano.

4) No visite áreas de desastre, su presencia podría dificultar tareas de rescate y otras operaciones de emergencia

5)No manipule equipo eléctrico conectados en lugares mojados, deben ser controlados y secados antes de ponerlos nuevamente en servicios.

6)En lugares cerrados, utilice linternas a pilas, evite los faroles o antorchas, ya que puede haber sustancias inflamables.

7) Notifique, a las autoridades apropiadas, las roturas de líneas de servicios públicos (telefónicas, telegráficas, eléctricas, etc.)

REGLAS A TENER EN CUENTA EN LOS CASOS DE ALUVIONES O CRECIENTES REPENTINAS

1) MANTÉNGASE ALEJADO DE LOS CURSOS DE AGUA NATURALES

Ríos, arroyos u otros canales de desagüe, durante y después de la tormenta con lluvia.

El agua baja muy rápidamente de las tierras altas, provocando el desborde de los cauces naturales en forma de caudalosos torrentes, que arrastran roca barro, árboles destrozados, escombros y otros desechos..

2) CONOZCA LA UBICACIÓN DE LAS TIERRAS ALTAS, Y COMO PODER LLEGAR HASTA ELLAS EN CASO DE APURO. Recuerde que muchas de las rutas y carreteras corren paralelas a los ríos y arroyos existentes y que pueden ser abnegadas por las aguas.

3) PERMANEZCA FUERA DE LAS ÁREAS INUNDADAS, el agua puede seguir subiendo y la corriente, por lo general es muy rápida,

4) NO INTENTES CRUZAR UN VADO CON SU AUTOMÓVIL, cuando un río o arroyo esta crecido sea precavido al cruzar un puente, cuando las aguas hayan aumentado considerablemente de nivel.

5) ABANDONE VEHICULOS ATRAPADOS EN ÁREAS INUNDADAS, cuando pueda hacerlo con seguridad, las aguas de la inundación puede ascender y arrastrar el vehículo con sus ocupantes, los intentos para mover vehículos atascados han provocado muchos accidentes e incluso muertos

6) MANTÉNGASE ALERTA ANTE INDICIOS DE TIEMPO LLUVIOSOS, sea por lluvia en el lugar que se encuentra o por señales de lluvia (truenos o relámpagos, en las cercanías)

7) MANTÉNGASE TAN INFORMADO COMO PUEDA, tenga su receptor de radio permanentemente sintonizando para informarse acerca del desarrollo del tiempo y de las condiciones de inundación en el área en que se encuentre. Si está fuera del alcance de esa información radial, manténgase atento a los indicios de aluviones, tales como aumento en la velocidad del flujo del río, así como en el nivel del mismo y en la posible aparición de resaca y espuma en el agua, esté preparado para trasladarse a un lugar seguro.

TORNADOS

El tornado es uno de lo más espectaculares, severos y destructivos fenómenos meteorológicos que se producen sobre la superficie la tierra.

Un tornado puede llegar a devastar completamente una comunidad, por la acción combinada de la tremenda fuerza del viento rotatorio que se origina, el cual, en ocasiones, puede alcanzar una velocidad de 500KM/Hora y por la diferencia de presión que se ejerce en áreas muy localizadas.

La disminución brusca de la presión que produce el pasaje de un tornado representa una enorme fuerza, que muy pocos edificios pueden soportar, a medida que un tornado se acerca a un edificio, la presión externa baja rápidamente, produciéndose una brusca diferencia

COMO IDENTIFICAR UN TORNADO

Dado que, por lo común, un tornado va acompañado por lluvia intensa, granizo, relámpagos, rayos y la oscuridad propia de las nubes de tormenta se hace un poco dificultoso poder identificarlo. Por lo general se puede apreciar una nube giratoria, en forma de embudo o manga que se extiende desde la base de una nube de tormenta hasta el suelo y gira generalmente en el sentido de las agujas del reloj. Su color puede ser blanco o gris oscuro, mientras el embudo permanece suspendido en el aire, sin tocar la superficie, pero ni bien este hace contacto con la tierra, toma un color gris o negro, debido al polvo y escombros que son absorbidos del suelo por el violento remolino.

Las características más comunes para identificar un tornado son:

El tornado se forma en conexión con una nube de tormenta (CUMULONIBUS)

El tornado aparece en la base de la nube y se extiende hacia abajo hasta alcanzar el suelo.

La nube o polvo gira rápidamente, alrededor de un eje, formando una columna adherida a la base de la nube que le dio origen.

El tornado produce un fuerte bramido, debido a la tremenda velocidad del viento, según los relatos de los testigos, este bramido seria similar al soplete de un soldador autógena o el ruido producido por un centenar de aviones o por una locomotora.

Durante la noche el ruido es el medio más idóneo para identificar la presencia de un tornado, debido a que la falta de luz no permite su visualización, salvo en los cortos instantes en que se ilumina por los rayos de la tormenta.

REGLAS DE SEGURIDAD A TENER EN CUENTA CUANDO UN TORNADO SE APROXIMA.

Cuando un tornado se aproxima, la acción inmediata que usted tome puede significar la (vida o la muerte). Busque refugio a cubierto preferentemente en sótanos o excavaciones bajo tierra, o en edificios con estructuras de aceros o concreto. Permanezca alejado de las ventanas.

En edificios públicos u oficinas es conveniente permanecer en las habitaciones interiores del piso más abajo.

En casas particulares, con sótanos, ofrecen la mejor seguridad. En casas, de no contarse con sótanos, busque protección bajo muebles sólidos pesados. En la parte central de la casa, en la planta baja, o en pequeñas habitaciones tales como baños, bastidores, guardarropas o placares.

De no contar con ninguno de estos medios de protección, colóquese debajo de un colchón o inclusive de una simple frazada. También es recomendable protegerse bajo las escaleras interiores de la casa.

Mantenga abierta algunas ventanas de la casa, preferentemente a sotavento, es decir, del lado opuesto de donde viene el viento, pero manténgase alejado de ellas.

Las cabañas, casas rodantes, carpas, casas precarias de emergencia son muy vulnerables a los efectos destructivos de un tornado. No permanezca dentro de ellas cuando se aproxima un tornado. Busque refugio en un edificio, de construcción sólida o póngase a cubierto en una zanja, hondonada o barranca del lugar. En regiones propicias a la ocurrencia de tornados, lo ideal sería contar con algún tipo de refugio subterráneo, pues es el único lugar seguro.

En las escuelas, al igual que en los edificios públicos, ubíquese en una habitación o en un corredor interior del piso más bajo preferentemente

en la planta más baja. Evite buscar refugio en auditorios, gimnasios cerrados, salas de espectáculos u otras estructuras con techos de superficies muy amplias. Si el edificio no tiene una estructura sólida o reforzada, vaya de inmediato a otros edificios próximos, que presenten las condiciones de seguridad recomendadas

Para las fábricas, talleres o depósitos son válidas todas las recomendaciones enunciadas anteriormente. Los silos, graneros, barracas o galpones, contruidos por lo común con chapas son presas fáciles de los tornados, siendo conveniente mantenerse alejado de ellos, ya que los trozos de chapas de estas estructuras, que son arrancados por el viento, resultan muy peligrosos.

En campo abierto, si no hay tiempo para buscar un refugio adecuado, arrójese a lo largo de una acequia, zanja y hondonada y permanezca, así hasta que pase el peligro.

No se quede dentro de un automóvil o vehículo. Abandone el mismo y protéjase, arrojándose a la banquina, lo más pegado al suelo posible,

o busque refugio bajo una alcantarilla o puente de concreto.

En lo posible, trate siempre de alejarse de la zona por donde se estima puede pasar el tornado, moviéndose en ángulo recto a la dirección del desplazamiento del mismo.

Evite permanecer en habitaciones enfrentadas a la dirección de donde viene el viento, o que tengan amplios ventanales, vidrieras o superficies de vidrio, actúan como afilados proyectiles.

Otros lugares que deben ser evitados son los corredores o pasillos que se encuentren alineados con la dirección del viento, ya que esto actúan como verdaderos túneles de viento y todos los objetos que el viento levanta a su paso son arrojados horizontalmente, a través de ese túnel.

Ante la proximidad de un tornado, no pierda ni un segundo en tratar de poner a recaudo bienes materiales, y piense que lo únicos que puede y debe salvar son vidas. Tanto la propia como la que quienes se encuentren en el área de peligro.

RAYOS

Las estadísticas indican que alrededor de 1800 tormentas con actividad eléctrica se originan, simultáneamente, en este planeta, y que los rayos alcanzan la superficie unas 100 veces por segundo.

En la actualidad, se considera que un denominado tipo de nube, el cumulusnimbus, es el responsable del mantenimiento del campo eléctrico terrestre, es decir, que actúa como un gran generador electrostático, entre el suelo y la ionosfera, compensando las pérdidas que se producen en las regiones de buen tiempo.

Los cumuluslimbus son nubes precipitantes caracterizadas por un gran desarrollo vertical a menudo superan los 10 km. de altura_ y dentro de las cuales es frecuente encontrar fuertes corrientes de aire, turbulencias, regiones con temperaturas muy inferiores a la de congelación, cristales de hielo y granizo. Mediante algún tipo de interacción, sobre la cual no existe aún opinión unánime. Se produce un proceso de separación de cargas eléctricas, cuyo resultado, en una representación muy simplificada del problema, párese ser la acumulación de cargas positivas en la cima de la nube y de cargas negativas en la base de la misma.

El proceso de propagación del rayo, entre la nube y el suelo, es sumamente rápido y va acompañado por una luminosidad tan intensa que esta suele encandilar al observador.

Uno de los fenómenos relacionado con la caída de un rayo es el relámpago, que es la luminosidad del cielo o, mas bien, de las nubes

como consecuencia del destello de algún rayo lejano, cuya descarga no sea directamente visible, por hallarse oculta detrás de obstáculos físicos o de las nubes, a raíz de la distancia, justamente, es común que no se perciba sonido alguno.

Otro fenómeno asociado al rayo es el trueno, cuando el rayo cae cerca de una persona, el ruido que se oye es como el de una explosión seca y abrupta, pero a medida que la tormenta se aleja, se percibe el familiar estruendo sordo, resultante del ruido original, que es reflejado y modificado por el medio turbulento.

Existe un criterio sencillo para estimar la distancia al punto de caída de un rayo: como el destello luminoso se propaga con la velocidad de la luz, es decir, 300.000 KM/H, la información acerca de la caída nos llega en forma prácticamente instantánea. El sonido, en cambio se propaga con una velocidad del orden de los 330 m/s. Por lo tanto, moviendo el intervalo temporal entre el destello del rayo y la llegada del trueno correspondiente, podemos deducir que el rayo a caído a una distancia aproximada de 330 metros por cada segundo de demora. Este criterio pierde su validez para intervalos mayores que unos 10 s por ser el aire un mal conductor del sonido.

Finalmente podemos hacer referencia a la existencia de la centella, una rara variedad del rayo, que se presenta como una bola luminosa, de color rojizo y de aproximadamente 30 centímetros de diámetro, y que se mueve muy rápidamente, desde una nube a tierra, produciendo un silbido característico. Generalmente se la puede observar desplazándose velozmente, a lo largo de algunas estructuras horizontales, como alambrados y líneas telefónicas, o permaneciendo suspendida en el aire, por lo común, dichas bolas de fuego, como generalmente se las denomina pueden explotar ruidosamente o bien desaparecer en silencio.

De los estudios realizados en la materia, en los últimos 200 años, surgen 2 conclusiones fundamentales:

El rayo no alcanzara a un objeto si este se encuentra ubicado dentro de una caja metálica conectada a tierra.

El rayo tiende a alcanzar, generalmente, los objetos mas elevados.

El método usual de protección para edificios y estructuras elevadas es el uso de pararrayos, En un edificio, su uso se justifica desde el punto de vista del costo material, ya que los ocupantes no suelen correr un gran riesgo directo.

Recomendaciones a tener en cuenta ante la presencia de tormentas eléctricas o la caída de un rayo.

Sobre las bases de experiencias que se tienen en la mayoría, deberán tenerse en cuenta las siguientes reglas de seguridad, para evitar ser alcanzado por un rayo.

- 1) Quédese a resguardo en su casa y no salga, a menos que sea absolutamente necesario.
- 2) Manténgase alejado de las ventanas y puertas abiertas, chimeneas, radiadores de calefacción, estufas, cañerías o tuberías, sumideros, piletas de lavar y artefactos eléctricos que se encuentran enchufados.
- 3) Durante una tormenta, no use artefactos eléctricos tales como secadores de pelo, planchas, afeitadoras eléctricas, masajeadores, televisores, etc.
- 4) No use el teléfono: los rayos pueden alcanzar las líneas telefónicas exterior (área) durante la tormenta.
- 5) No retire ni cuelgue ropa en los tendederos exteriores, ya sean estos de alambre o de sogas.
- 6) No trabaje en cercas, alambrados, líneas telefónicas o eléctricas, cañerías o estructuras de acero.
- 7) No use objetos metálicos.
- 8) No trabaje con materiales inflamables en recipientes abiertos.
- 9) Deje de trabajar en su tractor, especialmente cuando este remolcando equipos metálicos.
- 10) Si usted esta viajando, quédese en el interior del automóvil, los automóviles ofrecen una excelente protección contra los rayos.
- 11) Busque refugio en el interior de los edificios, si se encuentra a campo abierto y no hay edificios en las cercanías, la mejor protección es una cueva o

zanja o cañada, o bajos grupos de arboles altos. Evite permanecer en lo alto de las sierras o colinas.

12) Cuando no encuentre ningún refugio, evite los lugares altos del área. Si hay un solo árbol en el lugar, la mejor protección es permanecer agachado, al aire libre, manteniéndose alejado del árbol, a una distancia igual a dos veces su altura.

13) Evite permanecer sobre rejas de metal, galpones, silos, molinos de viento o cualquier otro objeto elevado que sea buen conductor de electricidad.

14) Cuando sienta una carga eléctrica, (su cabello se eriza o sentirá un hormigueo en la piel, un rayo esta próximo a caer sobre usted, tírese de inmediato al suelo.

Las personas alcanzadas por un rayo reciben una poderosa descarga eléctrica, que puede llegar a quemarlas. No tema tocarlas y auxiliárlas, porque no tienen carga alguna. Una persona alcanzada por un rayo puede ser revivida mediante una inmediata respiración boca a boca y masajes cardiacos.

OLAS DE CALOR

No se conoce, a ciencia cierta, cuantas defunciones provocan la radiación solar y el calor excesivo, por ejemplo cuantos corazones enfermos o ya viejos que claudican, podrían haber sobrevivido de no ser por situaciones de calor tan extremas o pronunciadas. Las olas de calor causan tensión al cuerpo humano y entre los enfermos y ancianos, hay muchos que sucumben bajo su influjo.

Hay otra relación, entre la vida y las olas de calor, que recién comenzamos a entender. Las condiciones de tiempo con estancamiento de aire, las tensiones de contaminación severa, las ya peligrosas tensiones del tiempo caluroso, crean un problema de salud de dimensiones insospechadas.

Comúnmente se conocen como ola de calor a un estado de tiempo muy caluroso y extremadamente húmedo que abarca gran parte del país y que persiste durante varios días consecutivos.

Durante esas jornadas las temperaturas máximas, oscilan entre 29 c y 38 c con Humedades relativas del 70 al 90%.

Por regla general, las olas de calor se producen, anualmente en nuestro país dentro del periodo comprendido entre el 15 de diciembre y el 15 de febrero del año siguiente son originadas por una intensa corriente de aire tropical, proveniente del centro y del sur de brasil por efecto de un anticiclón ubicado en centro argentino

CAPTACIÓN Y DISTRIBUCIÓN DEL AGUA EN LA CIUDAD DE MAR DEL PLATA.

El agua para uso doméstico y/o industrial, es captada y distribuida oficialmente en Mar del Plata por O.S.S.E "OBRAS SANITARIAS MAR DEL PLATA / BATAN- EMPRESA MUNICIPAL.

ORIGEN DEL AGUA (captación)

El agua que se consume en nuestra ciudad, se extrae de pozos semisurgentes, los cuales bombean entre 60 y 100 metros cúbicos (60.000 y 100.000 litros) de líquido por hora cada uno.

Un pozo es una construcción que permite obtener el agua subterránea almacenada en los ACUÍFEROS y generada a partir de la infiltración de las lluvias.

Para nuestra ciudad los acuíferos son de vital importancia, no sólo por la abundancia de los mismos y la calidad del agua que contienen, sino porque constituyen la única fuente disponible de agua potable en la región.

El agua que producen los acuíferos puede considerarse **POTABLE EN ESTADO NATURAL**, o sea apta para el consumo huma-

no en el mismo estado en que se la extrae de los pozos y no requiere ningún tipo de tratamiento previo para su consumo.

De todas maneras, OSSE realiza una desinfección preventiva, mediante el agregado de cloro, a efectos de mantenerla libre de bacterias y otros organismos durante su recorrido por las cañerías y su permanencia en cisternas y tanques de la ciudad.

DISTRIBUCIÓN DEL AGUA.-

La distribución se realiza por medio de tres grandes sistemas:

1. Sistema de baja presión o Acueducto Norte.
2. - Sistema Acueducto Sur.
3. - Sistema de Impulsión Directa.

1. - SISTEMA DE ACUEDUCTO NORTE.

Tiene 85 pozos en funcionamiento. El caudal proveniente de estos pozos es recogido por un acueducto que, con un diámetro de 1,50 metros conduce el agua hasta la Reserva Plaza Mitre. La misma tiene una capacidad de almacenamiento de 20.000 m³ (20 millones de litros). Adosada a esta reserva se ha instalado una Esta-

ción Elevadora donde funcionan dos (2) bombas que, durante las 24 horas impulsan 2.000 m³ de agua (2 millones de litros) por hora cada una. Esta Estación Elevadora alimenta con sendas cañerías de impulsión a la Torre Tanque ubicada en Falucho y Mendoza, con una reserva de 13.000 m³ (13 millones de litros) y un tanque elevado de 500 m³ (500.000 litros) y a la Estación Elevadora N°4, sita en Tucumán y Almafuerde, que alimenta a su vez todo el Barrio Divino Rostro, San Carlos, parte alta del Barrio Primera Junta, Puerto y parte de la zona de Colinas de Peralta Ramos.

2. - SISTEMA ACUEDUCTO SUR.-

Está alimentado por 20 pozos emplazados en el camino de acceso al autódromo Ciudad de Mar del Plata; en el Parque Industrial Gral. SAVIO y Ruta 88.

El sistema de captación se une con el de distribución y llega mediante una cañería ya existente a la cisterna semienterrada del centro de abastecimiento MARIO BRAVO, cuya capacidad es de 5.000 m³ (5 millones de litros) y un tanque de 1.000 m³ (1 millón de litros).

Asimismo el sistema de distribución está complementado con dos (2) estaciones de bombeo: la Estación TAPIA y la Estación TALCAHUANO, las que permiten prestar el servicio a los sectores

topográficamente más elevados. Esta última estación tiene una capacidad de rebombeo de 270 m³ (270.000 litros) por hora.

Los mecanismos destinados a la operación del sistema están controlados a distancia desde el Centro de Control MARIO BRAVO, situado en la Av. Mario Bravo y Cabrera.

Esta obra ha sido proyectada para una población final de 150.000 habitantes.

3. - SISTEMA DE IMPULSIÓN DIRECTA.-

- Es el sistema más antiguo de la ciudad, está alimentado por 92 pozos aproximadamente, ubicados en zonas urbanas con bombeo directo a las redes de distribución.

CUIDADO CON LA CONTAMINACION!

El avance de la tecnología ha facilitado sustancialmente la vida del hombre, aunque eso la mayoría de las veces es en perjuicio de la naturaleza misma.

El agua disponible en nuestro planeta sufre día a día un vertiginoso deterioro, además cada vez somos mas, lo que da como resultado que cada vez tengamos menos agua disponible por habitante.

Los mares, ríos, arroyos, lagos y aguas subterráneas están cada vez mas contaminados, se arrojan diariamente toneladas de resi-

duos y efluentes (muchas veces sin ningún tratamiento) destruyendo así los distintos ecosistemas.

Para detener el avance de la contaminación, primero tendríamos que saber cuales son los agentes contaminantes y que alternativa se nos presenta.

Para tener en cuenta

1 pila puede contaminar 600.000 lt de agua potable. Las mismas no deben arrojarse con los residuos comunes, ya que al ser enterrados para relleno sanitario, las sustancias contaminantes de las pilas se va infiltrado lentamente junto con el agua de lluvia y llega a contaminar los ACUÍFEROS. Debemos buscar los recipientes espacialmente habilitados para las pilas y aseguramos así que se realice el tratamiento de disposición final.

1 litro de pintura contamina 250.000 lt de agua.

1 lt de aceite de auto llega a contaminar 450.000 lt de agua.

1 lt de nafta puede contaminar unos 750.000 lt de agua.

1 colilla de cigarrillo contamina 50 lt de agua.

Veamos los efectos nocivos que pueden ocurrir si el agua estuviera contaminada con:

Arsénico: puede causar cáncer de pulmón o de piel.

Cadmio: (presente en las pilas) afecta fundamentalmente a los riñones.

Plomo: provoca daños en el cerebro.

Mercurio: también causa enfermedades cerebrales.

Detergentes: hacen que el organismo incorpore contaminantes con mayor rapidez, al no ser biodegradables.

Insecticidas: hay riesgos para la tierra o las napas de agua, algunos de ellos pueden provocar cánceres; otros si los ingieren mujeres embarazadas, pueden dañar al bebé.

El agua que distribuye OSSE es absolutamente confiable y es analizada por el laboratorio de la empresa; cada usuario es el responsable de mantener limpias las cisternas o tanques de reservas.

Ayudemos entre todos a evitar la contaminación.

JUNTEMOS LAS PILAS ASÍ CUIDAMOS EL AGUA.

UN PEQUEÑO APOORTE HECHO POR MILLONES DE PERSONAS PUEDE SER MUY IMPORTANTE.

Algunos datos para tener en cuenta

En la ciudad de Mar del Plata, la única fuente disponible de agua potable son los ACUIFEROS, los mismos se originan a partir de la infiltración de las lluvias y poseen agua de excelente calidad.

El agua que se ha utilizado en nuestra ciudad (efluentes cloacales) es derivada al mar por medio de la Planta de Pretratamiento de Camet.

El agua utilizada NO SE RECICLA, debemos esperar nuevamente que se produzca el ciclo del agua y las lluvias recarguen los acuíferos.

Las reservas que se están utilizando tienen una antigüedad de 15 años aproximadamente.

Para pensar un poquito:

Según la OMS, deberíamos utilizar unos 200 lt por día y por persona.

En Mar del Plata el consumo es de 600 lt por persona.

Aquí van algunos datos:

100 lt se utilizan para lavar los platos de 4 personas, dejando la canilla abierta mientras se realiza la tarea.

70 lt hacen falta para una ducha de 5 minutos.

200 lt hacen falta para llenar una bañera.

20 lt se derrochan si dejamos abierta la canilla mientras nos cepillamos los dientes.

500 lt se derrochan lavando el auto con manguera.

34.000 lt por año se van por una pérdida de inodoro.

46 lt por día se pierden con una canilla que gotea.

Necesitamos tomar conciencia que el agua que hoy derrochamos la puede estar necesitando otra persona, o la necesitaremos nosotros más adelante y no podremos disponer de ella.

EL AGUA ES INDISPENSABLE PARA LA VIDA, CUIDARLA ES CUIDAR DE NOSOTROS MISMOS

PLUVIALES : ¿ QUE SON Y PARA QUE SIRVEN?

Los pluviales son los conductos contruidos para desagotar el agua de lluvia que se acumula en los lugares donde hay asfalto, ya que la misma no puede ser absorbida por la tierra.

En nuestra ciudad los mismos terminan en las playas y luego en el mar: mediante cañerías directas.

Toda la basura que se arroja en las calles de la ciudad, Cuando llueve se mete por los pluviales y llega a las playas.

Hay que tener en cuenta que no se debe arrojar NINGÚN tipo de residuos en las calles, por más pequeño que parezca; Si pudiésemos viajar imaginariamente por una cañería de pluviales nos encontraríamos rodeados por colillas de cigarrillos, boletos de colectivos, latitas varias, bolsas plásticas, pañales descartables, bolsas de residuos y aunque les parezca mentira se han encontrado restos de cochecitos de bebé, materiales de construcción y muchas cosas más.

El mantenimiento de los desagües corresponde a O.S.S.E. pero todos nosotros podemos colaborar, solamente pensemos un poquito, si hoy cada uno de los habitantes de nuestra ciudad comiera un caramelo, tendríamos alrededor de 600.000 papelitos dando vueltas por la ciudad y que luego de un chaparrón terminarían en el mar.

Empecemos desde ahora a mantener limpia la ciudad, esto se hace de 2 formas, 1º no arrojando nosotros basura a la calle y 2º controlando que los que nos rodean tampoco lo hagan.

USOS DEL AGUA EN SITUACIONES DE EMERGENCIA

SI EL AGUA ES DE LA RED OFICIAL. TENER EN CUENTA

LIMPIEZA DE TANQUES. (consultar instructivo anexo).

HIGIENE DE UTENSILIOS (importancia de limpieza en jarras y vasos, como medida precautoria se aconseja echar una pava de agua hirviendo sobre los utensilios una vez que han sido lavados, lugares donde se preparan los alimentos, higiene de manos y cuidado con la manipulación, cuidado con las mamaderas, no guardar restos de leche y lavarlas siempre con agua potable).

HIGIENE DE LA VIVIENDA (es importante la pronta eliminación de las bolsas de residuos, las mismas deben estar bien cerradas y apartadas del lugar de preparación de los alimentos).

HERVIR EL AGUA DE CONSUMO (Precautoriamente mientras dure la situación de emergencia es aconsejable hervirla durante 5 minutos y airearla luego). Se aconseja no agregarle lavandina al agua de red pues OSSE ya le realizó el tratamiento adecuado con

cloro y el exceso del mismo puede resultar perjudicial para la salud.

AGUA DE POZO O AGUA CLANDESTINA

Cuando el abastecimiento del agua es incierto se deben tomar precauciones especiales.

1. ASEGURAR LA TAPA DEL TANQUE: la misma no debe tener fisuras y se deberá encontrar bien asentada para evitar el ingreso de sustancias extrañas.

2. AGREGAR 2 GOTAS DE LAVANDINA: por litro de agua y dejar reposar ½ hora antes del consumo.

3. HERVIRLA DURANTE 5 MINUTOS: asegurarse que el recipiente a utilizar se encuentre correctamente higienizado, luego de este proceso agitar el agua con una cuchara para incorporarle el oxígeno perdido.

4. AGUA POTABLE PARA CONSUMO E HIGIENE: es importante que se tomen las mismas precauciones con el agua de bebida y la que se utilizará para el lavado de dientes e higiene de las manos.

5. DESINFECCIÓN DEL POZO: consultar material anexo.

Ante la situación de gran cantidad de lluvia caída puede presentarse en los pozos de extracción domiciliaria dos inconvenientes:

EL AGUA PUEDE TENER TIERRA:

Generalmente sucede un desmoronamiento de las paredes del pozo si no están bien encamisadas; el agua puede salir marrón. Lo mejor en estos casos es abstenerse de utilizarla para bebida o preparación de alimentos.

EL AGUA PUEDE TENER AGUAS SERVIDAS

: El agua de consumo puede estar contaminada por desborde del pozo negro y mezclarse de esa manera las aguas servidas con las de consumo.

BAJO NINGUN CONCEPTO SE DEBE CONSUMIR AGUAS SERVIDAS O CON TIERRA.

SI EN EL BARRIO AFECTADO SE DISTRIBUYE AGUA PUEDE SER

ENVASADA: consumir sin ningún inconveniente.

BIDONES: tener la precaución de tener limpios los recipientes que se utilicen en el que se trasvasarán y consumirla sin inconvenientes.

CAMIONES CISTERNA: es conveniente hervirla para mayor seguridad.

RECORDAR QUE UNA BUENA INFORMACION EN CUANTO AL CUIDADO DEL AGUA EVITA QUE SE AGRAVEN LAS SITUACIONES DE EMERGENCIA.

INSTRUCTIVO DESINFECCIÓN DE POZOS

1º.- Llenar el tanque de reserva, si lo hay, para utilizarlo mientras dure el proceso de desinfección, y desconectarlo de la bomba de alimentación.

2º.- Retirar el cabezal de la bomba y echar entre el caño camisa y el caño de succión 15 litros de agua lavandina concentrada mediante una manguera cuya longitud sea igual al total de cañería de succión.

3º.- Armar nuevamente la bomba y hacerla funcionar hasta que el agua salga con fuerte olor y gusto a cloro, para asegurarse que el desinfectante está en contacto con la cañería. Dejar en reposo por lo menos 10 horas (de ser posible 24 horas) y luego bombear hasta que el agua salga sin olor ni gusto a cloro.

En la cañería de impulsión vertical, e inmediatamente a la salida de la boca de pozo deberá colocarse una canilla metálica para la toma de muestras de agua para los controles químico - bacteriológicos.

4º.- Avisar al Departamento de Geología y Recursos Hídricos para realizar un examen bacteriológico no antes de transcurridos 8-10 días de la desinfección.

5º.- Si el resultado del mismo es "NO POTABLE", repetir la desinfección y efectuar nuevo análisis microbiológico.

6º.- Mientras dure el proceso de desinfección del pozo, puede desinfectarse el agua, hirviéndola unos 15 minutos, enfriando y aireándola por caída o trasvase.

IMPORTANTE

- Las muestras deben ser tomadas por personal de OSSE.

- Si se trata de un bombeador eléctrico con pérdida de aceite que haya podido ingresar al pozo, consultar con el Departamento de Geología y Recursos Hídricos antes de realizar la desinfección

DEPARTAMENTO DE GEOLOGÍA Y RECURSOS HÍDRICOS:

Dirección: Roca 1231- Teléfono: 51-4025 / 51-9143 / 51-3805 - Interno 155-56
Lunes a Viernes, de 8.00 a 15.00 hs.

INSTRUCCIONES PARA LA DESINFECCIÓN DE TANQUES.

Para la limpieza y desinfección de tanques y cisternas, es conveniente ajustarse a la siguiente técnica:

1º.- Vaciarlos parcialmente, dejando una cierta cantidad de agua que permita lavar el fondo, paredes y tapa, utilizando para ello una rasqueta, cepillo y agua clorada. Luego vaciarlos completamente y enjuagar una o más veces, según los residuos acumulados y si es posible eliminarlos por el desagüe de fondo del tanque de manera que no pasen por la red o cañería de distribución.

2º.- Llenar el tanque hasta la mitad con agua y agregar un (1) litro de agua lavandina concentrada por cada mil (1.000) litros de capacidad total del tanque. Llenar completamente con agua tratando que haga buena mezcla. Luego hacer circular el agua clorada por las cañerías hasta que aparezca por los grifos de la red interna (se detecta por el olor), de manera que se efectúe también el lavado y desinfección de las mismas. Se deja el desinfectante en contacto con el agua no menos de diez (10) horas para que actúe.

3º.- Vaciar, el tanque y cañerías y proceder nuevamente al llenado de los mismos para su uso.

4º.- Se recuerda que el tanque de distribución, debe estar provisto de una tapa o cierre hermético de manera que no lleguen a él los pájaros, polvo atmosférico, etc., que contaminen el agua. Se recomienda realizar un nuevo examen bacteriológico no antes de transcurridos ocho (8) diez (10) días de la desinfección.

DEPARTAMENTO DE CALIDAD:

Dirección: Roca 1213- Teléfono: 51-5302/51-4025-Interno 107.

INSTRUCTIVO PARA CEGADO DE POZOS

Se deberá rellenar el pozo inutilizado con material - limoarcilloso adicionado con cemento tipo Portland en proporción aproximada de 1 bolsa de cemento (un total de 50 kg.) para un volumen de 100 litros del material mencionado (500 kg. de cemento por cada metro cúbico).

La operación de cegado deberá realizarse en presencia del personal técnico de este Departamento, para lo cual debe coordinarse día y hora de realización. Ante cualquier duda dirigirse a:

**DEPARTAMENTO DE GEOLOGIA Y
RECURSOS HIDRICOS (O.S.S.E)**
FRENCH 6737.
Lunes a Viernes, de 8:15 a 14:00 hs.

SOLICITUD DE AUTORIZACION PARA PERFORACION.

1°.- Solicitar planillas de datos en oficina de Control de Usuarios, de Recursos Hídricos o a los perforistas matriculados.

2°.- Presentar las planillas completas en Mesa de Entradas (Se inicia un expediente o nota).

3°.-La solicitud es analizada por el Departamento de Geología y Recursos Hídricos y - si la respuesta es favorable - se extenderá una Constancia de Autorización para realizar los trabajos solicitados, a nombre del Perforista que se hará cargo de los mismos. Dicha autorización establecerá las condiciones técnicas mínimas de perforación aceptadas por OSSE en cada caso.

4°.-Cuando corresponda (Viviendas unifamiliares de más de 150 m² cubiertos, viviendas multifamiliares establecimientos comerciales, industriales, agropecuarios, esparcimiento, etc.), el solicitante deberá efectuar el pago de la liquidación correspondiente a los derechos en concepto de aprobación de lo solicitado y a las tasas de Inspección (Art. 86, inc.9.1 y 9.6- Régimen Tarifario de OSSE).

5°.- El solicitante o el perforista avisará, con suficiente anticipación, el comienzo de los trabajos de perforación.

6°.- Personal del Departamento de Geología y Recursos Hídricos controlará las etapas de perforación y construcción de aislación, previo pago de tasas en los casos mencionados en el punto 4°. Asimismo - mediante Actas de Inspección - se dejará constancia de dichos trabajos y de la entrega de instructivos para las instalaciones de superficie y desinfección de la perforación de acuerdo con las

normas de OSSE (art. 10. 1.7 anexo III - Res. 515/94), estableciendo un plazo no mayor a 20 (veinte) días corridos para realizarlas. En caso de necesitar ampliación de plazo deberá efectuar la solicitud por nota.

7°.- El perforista entregará un plazo final con la ubicación del inmueble, la situación del pozo dentro del mismo y un perfil del pozo con las características de entubamiento firmado por el perforista y por el solicitante. Dicha documentación será visada por personal del Departamento de Geología y Recursos Hídricos.

8°.-Una vez desinfectado el pozo y luego de haberse asegurado que el desinfectante ha sido extraído en su totalidad debe realizarse un análisis químico- bacteriológico del agua de la perforación. Si los trabajos solicitados en el punto 6° - en cuanto a Instalaciones de Superficie y Desinfección- se efectúan dentro del plazo establecido y según los instructivos entregados oportunamente, la Inspección incluirá la toma de muestras de agua para analizar en forma gratuita. De lo contrario, el examen bacteriológico quedará a cargo del propietario que deberá solicitarlo en el Laboratorio de OSSE. Asimismo la Inspección otorgará un último plazo para concluir con las instalaciones de superficie que de no cumplirse se dará intervención al Juzgado Municipal de Faltas.

GAS NATURAL Y MONOXIDO DE CARBONO

GAS NATURAL

Características: Tiene las propiedades químicas de ser incoloro, insípido, inodoro, lo que lo hace muy peligroso por su difícil detectabilidad en estado natural.

En contacto con la atmósfera se disipa rápidamente porque su peso es más liviano que el aire, para su mejor detección se le inyecta un producto basándose en azufre a los efectos de percibirlo en el ambiente por cualquier persona con el sentido olfativo normal.

El gas natural en contacto con el oxígeno del aire y en proporciones adecuadas, suelen transformarse en mezclas explosivas con presencia de una fuente de calor.

La inhalación constante de gas produce asfixia por falta de oxígeno, los efectos de una intoxicación por gas natural son, mareos, vómitos, decaimiento.

Su empleo se hace a través de instalaciones u artefactos aprobados por el instituto de gas Argentino, contruidos bajo normas.

Todas las instalaciones que funcionen con gas natural deben de poseer una ventilación y un conducto para la evacuación de gases residuales. Se debe tener especial cuidado en las instalaciones para evitar que la evacuación de los gases tóxicos invada ambientes desplazando al oxígeno creando ambientes nocivos para las personas.

ABASTECIMIENTO Y DISTRIBUCION

El abastecimiento de gas natural a la ciudad de Mar del Plata se efectúa por un Gasoducto que se inicia en la ciudad de Tandil y llega a esta ciudad a través de una planta Reguladora ubicada a 10 Km.

Este gasoducto de 16 pulgadas de diámetro transporta el gas a una presión de 60 Kgr/cm², se reduce en una primera etapa a 25 Kgr/cm² para luego ingresar a nuestra ciudad y ser distribuido en función de las características de los clientes a presiones que rondan desde 10 a 1.5 Kgr/cm².

Toda la distribución es realizada con el gas olorizado, la empresa realiza en forma continua un control sobre el nivel de odorización que hay en las redes de gas, tomando muestras en 90 puntos distribuidos sobre el total de la red. A sí mismo se realiza también un chequeo permanente de todas las instalaciones mediante el empleo de equipos buscafugas, los cuales recorren todas las instalaciones en forma permanente a fin de detectar y subsanar en forma inmediata cualquier tipo de inconveniente.

SITUACIONES QUE SE PUEDEN PRESENTAR CON PRESENCIA DE GAS Y COMO ACTUAR CUANDO SE DETECTA PRESENCIA DE GAS EN LA VIA PUBLICA.

- Ponerse en contacto telefónicamente con la guardia de emergencia de la Empresa Camuzzi Gas Pampeana. Teléfonos en guía telefónica, teléfonos públicos de la ciudad de Mar del Plata .(TE : 72-0040 GUARDIA).
- La información básica para la guardia de emergencia : dirección, calle. Nº y todos los datos que puedan identificar la magnitud de la pérdida.
- De la evaluación de la pérdida se aplicarán las medidas preventivas como ser corte de tránsito, tanto peatonal y vehicular por personal policial, presencia de bomberos.

COMO ACTUAR CUANDO SE DETECTA OLOR A GAS DENTRO DE ALGUN DOMICILIO, VIVIENDA O LUGAR CERRADO.

Una vez percibido el olor se deberá proceder a llamar a la guardia de emergencia, mientras que asiste la guardia tomar las medidas preventivas siguientes:

- A.- Apagar todo artefacto que se encuentre encendido
- B.- No accionar interruptores de luz, llaves, ni cualquier equipo eléctrico.
- C.- Proceder a ventilar la zona afectada.
- D.- Cerrar llaves de paso principal y todas las llaves de los artefactos.
- E.- De persistir el olor, retirarse del ambiente en particular
- F.- Una vez determinada la falla por personal idóneo se deberá proceder a su reparación de acuerdo al siguiente punto.

COMO PROCEDER PARA REALIZAR UNA REPARACION EN UNA INSTALACION DE GAS INTERNA.

Contratar a un gasista matriculado quien ejecutara la reparación bajo normas y será el responsable de la presentación de la documentación a la empresa Camuzzi Gas Pampeana.

COMO EVITAR ROTURAS DE CAÑERIAS POR TRABAJOS EN VEREDAS REALIZADOS POR PARTICULARES

Toda vez que se realicen tareas sobre veredas o espacios públicos se deberá de solicitar la información sobre la ubicación de instalaciones subterráneas de gas.

Los siguientes trabajos pueden producir averías en instalaciones de gas:

- a.- Conexión de cloacas b.- Instalación de cesto porta residuos c.- Modificaciones de niveles de vereda d.- Parquizaciones e.- Obras civiles que invaden el espacio público

COMO ACTUAR EN UNA EVENTUAL ROTURA DE UN CAÑO EN VIA PUBLICA

1. Trate de evitar las aglomeraciones de personas
2. Aléjese de la rotura y procure que nadie se acerque
3. Llame inmediatamente a la guardia de reclamaciones de la empresa Camuzzi Gas Pampeana
4. No trate de reparar el problema
5. Avise al resto de la gente, transeúntes, vehículos, el peligro inminente

MONOXIDO DE CARBONO

La toxicidad de este gas mortal no es un fenómeno moderno. Ha contaminado el aire desde el advenimiento del fuego.

Hoy en el mundo se producen más de 200 millones de toneladas por día de CO.

El envenenamiento se debe exclusivamente a la inhalación del gas y puede sobrevenir tácitamente sin síntomas de ninguna índole. Puede provocar también dolor de cabeza, náuseas, vómitos, destellos ópticos, mareos, aturdimiento y a veces aunque no frecuentemente, convulsiones

Como actúa el monóxido de carbono en el organismo

El peligro de la exposición al CO, radica en su inhalación. Penetra en el torrente sanguíneo a través de los pulmones, de la misma forma que lo hace el oxígeno, con la diferencia que CO tiene una afinidad con la hemoglobina (pigmento que lleva el oxígeno a la sangre y da color a los glóbulos rojos) 250 a 300 veces mayor que el oxígeno dando origen a la formación de la carboxihemoglobina en lugar de la oxihemoglobina (combinación del oxígeno con la hemoglobina)

La muerte del ser humano se produce cuando el oxígeno en la sangre queda reducido a una tercera parte de su contenido normal.

Cuales son los síntomas?

- Ligera fatiga de esfuerzo, Ligeros dolores de cabeza, Dolor de cabeza, confusión mental, obnubilación, Inconsciencia (coma) alteraciones circulatorias y respiratorias, muerte si se sigue la exposición.

Que hacer cuando se está intoxicado con Monóxido de carbono?

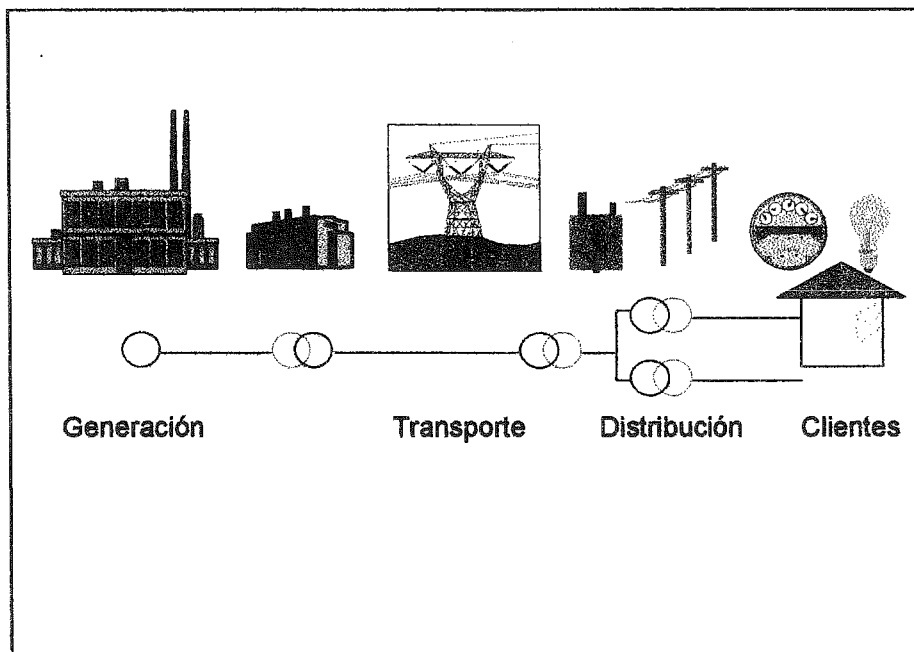
- Alejar inmediatamente a la víctima del lugar de intoxicación, llevándola al aire libre, manteniéndola cómodamente abrigada.-
- Se debe de suministrar inmediatamente oxígeno.
- Es conveniente practicar inhalaciones de carbógeno, (mezcla de oxígeno con 5,7 % de anhídrido carbónico).

Recomendaciones para evitar el envenenamiento con CO

Las medidas preventivas para evitar el envenenamiento con CO son varias, ya que las fuentes que lo originan abarcan distintas actividades, siendo las principales las siguientes:

- No calentar vehículos en locales cerrados, evitando en todo momento la permanencia prolongada en tales condiciones
- Controlar periódicamente el tiraje y funcionamiento de los quemadores de cocinas, calefones y estufas de gas u otros combustibles
- Evitar la permanencia en recintos cerrados con dichos artefactos encendidos, procurando en todo momento una ventilación eficiente

ELECTRICIDAD - EDEA



¿Cómo llega la electricidad a nuestros hogares?

Para disponer de los beneficios del uso de la energía eléctrica tienen lugar diversos procesos que van desde la generación y el transporte hasta la distribución a los clientes. En la actualidad, cada una de estas actividades está a cargo de distintas empresas.

GENERACIÓN

La generación eléctrica se efectúa en las centrales y se obtiene, mayoritariamente, a partir de la energía hidráulica o térmica en diversos puntos del país. En la provincia de Buenos Aires existen varias generadoras. En Mar del Plata y Necochea funcionan centrales térmicas bajo responsabilidad de la Empresa Social de Energía de Buenos Aires (ESEBA).

TRANSPORTE

Debido a las grandes distancias existentes entre la generación y los grandes centros de consumo, se debe transportar la energía eléctrica en tensiones muy altas (132.000; 220.000 y 500.000 voltios) para disminuir las pérdidas que sufre a lo largo del recorrido.

El transporte de energía en alta tensión está a cargo de la Empresa Transportadora de Energía de Buenos Aires (TRANSBA).

DISTRIBUCIÓN

La distribución primaria y secundaria en esta ciudad y otras localidades de la zona la lleva a cabo la Empresa Distribuidora de Energía Atlántica (EDEA). Se realiza a través de conductores (aéreos o subterráneos), cuyas tensiones son de 13.200 voltios, en media tensión y 220 / 380 voltios, en baja tensión.

En los hogares normalmente se suministra tensión monofásica (220 voltios.) y todos los elementos (iluminación, heladera, plancha, licuadora, etc.) van conectados entre fase y neutro

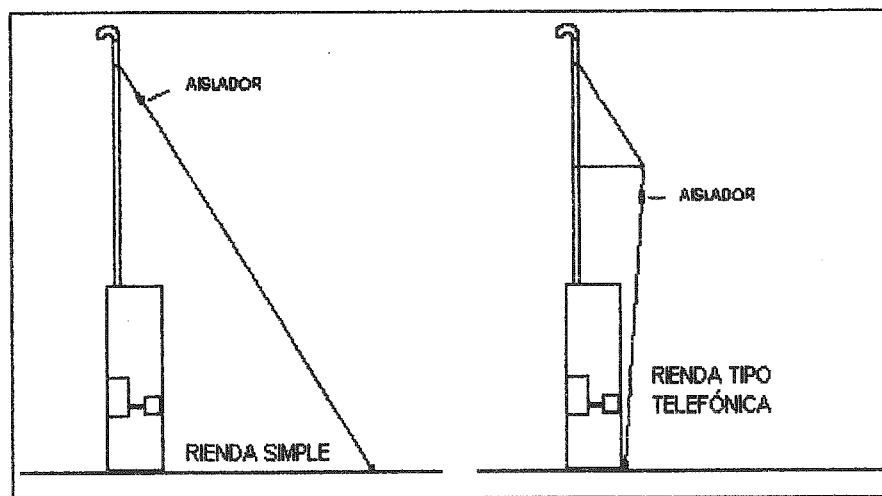
En la industria y el comercio normalmente se suministra tensión trifásica (380 voltios.), lo que permite tener los dos tipos de tensiones (220 voltios) entre fase y neutro y (380 voltios) entre fases.

¿Qué es una acometida?

DEFINICIÓN

Es aquella instalación que cumpliendo con el reglamento eléctrico y las normas de seguridad, permite tomar la energía desde la líneas de la empresa distribuidora hasta la instalación del cliente.

COMPONENTES



Está compuesta por conductores eléctricos, pipeta, caño de bajada, caja de medidor, medidor, caja tablero, puesta a tierra (jabalina), portafusibles, aisladores (opcional) y mampostería.

PUESTA A TIERRA

Es fundamental mantener una puesta a tierra correcta. Esta protegerá a los usuarios de cualquier descarga eléctrica a través de elementos metálicos que pudiesen entrar en contacto con algún conductor eléctrico.

MEDIDORES

Se clasifican en monofásicos y trifásicos, según la demanda requerida.

Para que funcione un medidor, deberá haber pasaje de corriente. En algunos modelos se visualiza instantáneamente su funcionamiento a través del giro de su disco. A mayor consumo mayor velocidad de giro del disco. Por lo tanto, cuando no hay pasaje de corriente, el disco permanece detenido en su posición de descanso.

RIENDAS

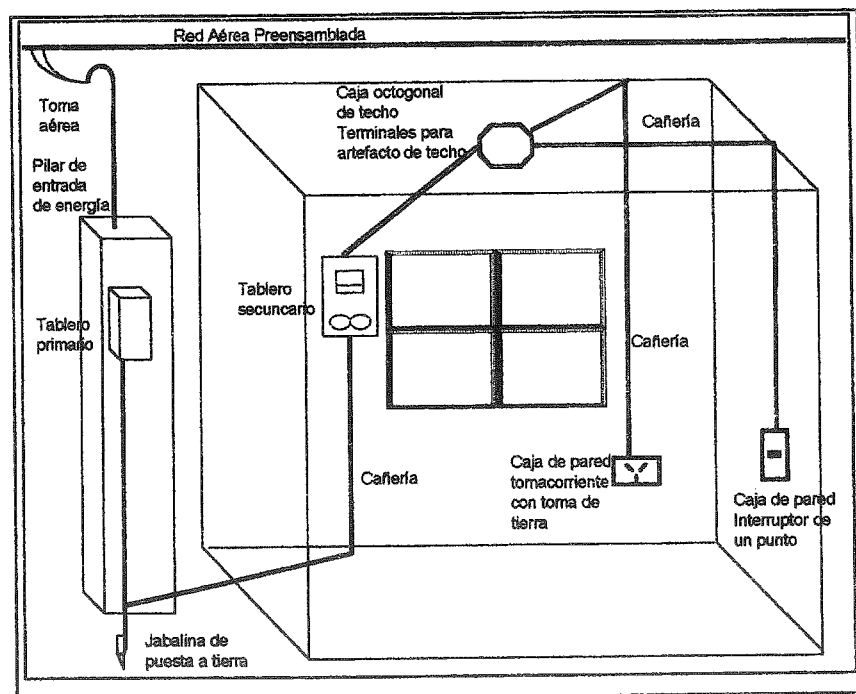
Las riendas cumplen el propósito de compensar el esfuerzo que produce el conductor cuando se trata de una acometida con cruce de calle.

¿Cuándo existe peligro en una acometida?

Es muy importante que una puesta a tierra esté bien instalada y con continuidad en todas sus partes. No obstante existen otros peligros, por ejemplo roturas de pilares por mala construcción o por envejecimiento de la construcción. Otros casos que implican riesgo son las roturas intencionales de contratapas, borneras de medidor o el propio instrumento, que dejan expuestas conexiones o bien el tablero primario deficiente debido a avanzada corrosión.

¿Cómo está compuesta una instalación eléctrica domiciliaria?

Desde la red de energía eléctrica que proporciona la Empresa, en este caso aérea, observamos un pilar (toma de energía). En la parte posterior del mismo se encuentra el denominado tablero primario compuesto, de acuerdo a criterios técnicos, por: fusibles e interruptor o interruptor termomagnético (térmicas). Además, se incorpora en este tablero una conexión a tierra que



se realiza por intermedio de una jabalina de puesta a tierra de protección (conductor metálico en contacto con la tierra).

En el tablero primario, si la distancia entre la toma de energía y el inmueble es menor de 2,5 metros, o en el tablero secundario si la distancia es superior, está compuesto en su interior por fusibles e interruptor o termomagnético (térmicas) o interruptor termomagnético y disyuntores diferenciales. Estas opciones están definidas por diferentes puntos de vista técnicos y económicos.

Refiriéndonos brevemente a lo anterior, es importante aclarar que estos tableros por una u otra circunstancia (mayor, igual o menor que 2,5 metros) son tableros que se encuentran en el interior de la vivienda y además a los que debe incorporarse el disyuntor diferencial en combinación con el interruptor termomagnético, recomendado por la Asociación Electromecánica Argentina.

El sistema de protección mencionado tiene como objetivo, en el caso del termomagnético (térmica), proteger a la instalación en tanto que el disyuntor diferencial se aconseja para salvaguardar vidas humanas.

Desde el tablero secundario (o primario), sale una línea de dos conductores hasta la boca del techo. Allí se hace una derivación para bajar al toma corriente y también se deriva siguiendo por el techo y baja al interruptor que comanda la luz de techo. Las líneas están protegidas por caños, los que pueden estar a la vista o embutidos en los techos y paredes, lo mismo que las cajas por donde se puede tomar energía o conectar un aparato eléctrico.

De la toma de tierra local, propia de la instalación, parte el llamado conductor de protección o conductor de tierra de protec

ción que se identifica por ser de 2 colores (verde - amarillo). En la Figura, también vemos que desde el tablero parte un conductor que alcanza al tomacorriente, ya que como es reglamentario, estos tomas deben tener un tercer punto de conexión para vincular el aparato de consumo con la jabalina de puesta a tierra.

¿Cuáles son las fallas más comunes en una instalación eléctrica?

Una de las fallas más comunes es el cortocircuito que se puede determinar con facilidad a través de la luminosidad o sonido que produce (chispazo).

Otro incidente común es la falta de energía por accionamiento de las protecciones, cuando se conecta una máquina que consume demasiada corriente eléctrica o tiene un desperfecto eléctrico.

La corriente de fuga a tierra es la que detecta el disyuntor diferencial, si la corriente es muy grande junto con el diferencial, acciona el interruptor termomagnético; en caso de no existir éste, serán los fusibles los que actúen.

¿Cuáles son los riesgos por el mal uso de la energía eléctrica?

Si un individuo tiene contacto con un cable desnudo o instalación tensionada la corriente eléctrica circulará a través del cuerpo.

Si durante el paso de la corriente, ésta atraviesa el corazón se produce una condición de "fibrilación ventricular", que es la contracción desordenada de las fibras cardíacas. Este estado hace que el músculo cardíaco tiemble (fibrile) y pierda el ritmo nor-

mal de funcionamiento. Podemos aseverar que esto ha sido causa de un choque eléctrico.

La severidad de un choque eléctrico depende directamente de la cantidad y duración de la corriente.

En un tiempo prolongado el pasaje de la corriente sobre un cuerpo produciría quemaduras internas, destruyendo órganos vitales.

Asimismo, la corriente puede pasar por los centros nerviosos haciendo que el cerebro deje de enviar impulsos que actúan sobre los músculos, algunos responsables de la respiración y en consecuencia detenerla de inmediato.

La sensibilidad del sistema nervioso a la acción de la corriente eléctrica varía con cada persona porque entran en juego los estados físico y mental. Para dar un ejemplo: es más peligroso el pasaje de la corriente sobre un niño que en un adulto, los músculos de este último son más compactos y hay más resistencia al pasaje de la corriente, por lo tanto menos afección a los órganos internos.

Cuando circula corriente eléctrica a través del cuerpo inmediatamente los músculos corporales se contraen, esto hace por ejemplo que la mano se cierre y entonces quede asido al elemento con el que tomó contacto. Esta contracción se llama tetanización muscular, que se define como contracción involuntaria del músculo corporal.

Consejos de EDEA para prevenir accidentes eléctricos

La principal medida de protección contra accidentes de origen eléctrico es la de cumplir con los requisitos para ser un cliente legal, ya que solamente en esa circunstancia tanto el diseño, materiales y uso de la instalación será de calidad para impedirlos.

A fin de evitar accidente de origen eléctrico se deberán tener en cuenta los siguientes puntos:

- No utilice prolongadores o alargues.
- No conecte varios artefactos juntos al mismo toma.
- No desconecte tirando del cable.
- No utilice adaptadores. Instale toma corriente y ficha normalizadas.
- No realice instalaciones eléctricas precarias.
- No utilice cables rotos, cortados, gastados o que hayan sido reparados.
- No corte ni lime enchufes para adaptarlos a otros tomas.
- No cambie lámparas o repare artefactos sin cortar el suministro general.
- No utilice artefactos eléctricos con las manos mojadas.
- No introduzca en el baño, aparatos eléctricos o electrónicos, ni cerca de bañera, ducha o lavatorio.
- No conecte el cable de puesta a tierra de los lavarropas, heladeras, u otros aparatos eléctricos a la canilla (de agua o gas).
- No toque artefactos eléctricos descalzo o con el piso húmedo.
- No enchufe aparatos eléctricos durante tormentas eléctricas.
- No utilice estufas eléctricas en el baño.
- No pade árboles que estén en contacto con líneas eléctricas.

- No instale artefactos eléctricos a la intemperie.
- No realice conexiones clandestinas.
- No realice manipulaciones en medidores.
- No realice conexiones internas sin contar con los conocimientos necesarios.

En caso de un contacto eléctrico, deberá primeramente separar a la persona de contacto eléctrico, interrumpiendo el suministro desde el interruptor, o apartándolo con un elemento aislante, plástico o madera seca, ya que el socorrista puede sufrir también el choque eléctrico por continuidad.

¿Cómo actuar ante la presencia de cables cortados en la vía pública?

En situaciones extraordinarias pueden encontrarse en la vía pública conductores a baja altura, en contacto con construcciones o bien en el suelo. Tal situación deberá ser comunicada rápidamente al:

**Centro de Atención Telefónica de EDEA
(499-3332).**

En el lugar no se deberá reparar esta situación, ya que la misma se realiza con personal capacitado y con herramientas aisladas. No se intentará verificar si el conductor está bajo tensión, de ninguna manera. Se deberá impedir el acceso de toda persona a las inmediaciones del lugar donde se encuentra caído el cable electrificado.

COMBATE CONTRA EL FUEGO

Triángulo y el tetraédro de fuego. Clases de fuegos. Uso correcto de extintores. Causas de incendios. Prevención de incendios. Humo. Guía de evacuación.

TRIANGULO DE FUEGO

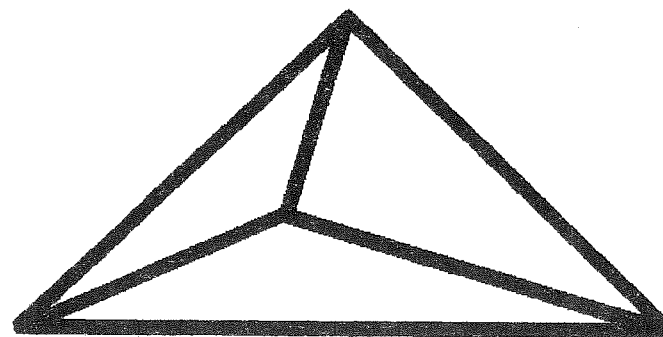
El fuego es representado por un triángulo equilátero en el que cada lado simboliza cada uno de los factores esenciales para que el mismo exista: combustible, oxígeno, calor.

El fuego se extingue si se destruye el triángulo, eliminando o acortando algunos de sus lados.



EL TETRAEDRO DE FUEGO

Las investigaciones realizadas durante los últimos años, han descubierto que detrás del frente de llama existe una serie de especies activas (radicales libres, iones, carbón libre, etc.) que son los responsables de las reacciones químicas que se suceden en el frente de fuego. Por consiguiente, la nueva representación es un tetraedro, porque mantiene el modelo original sin alterarlo a excepción de representar la reacción en cadena. Al retirar uno o más de los cuatro elementos se produce la extinción.



CLASES DE FUEGO

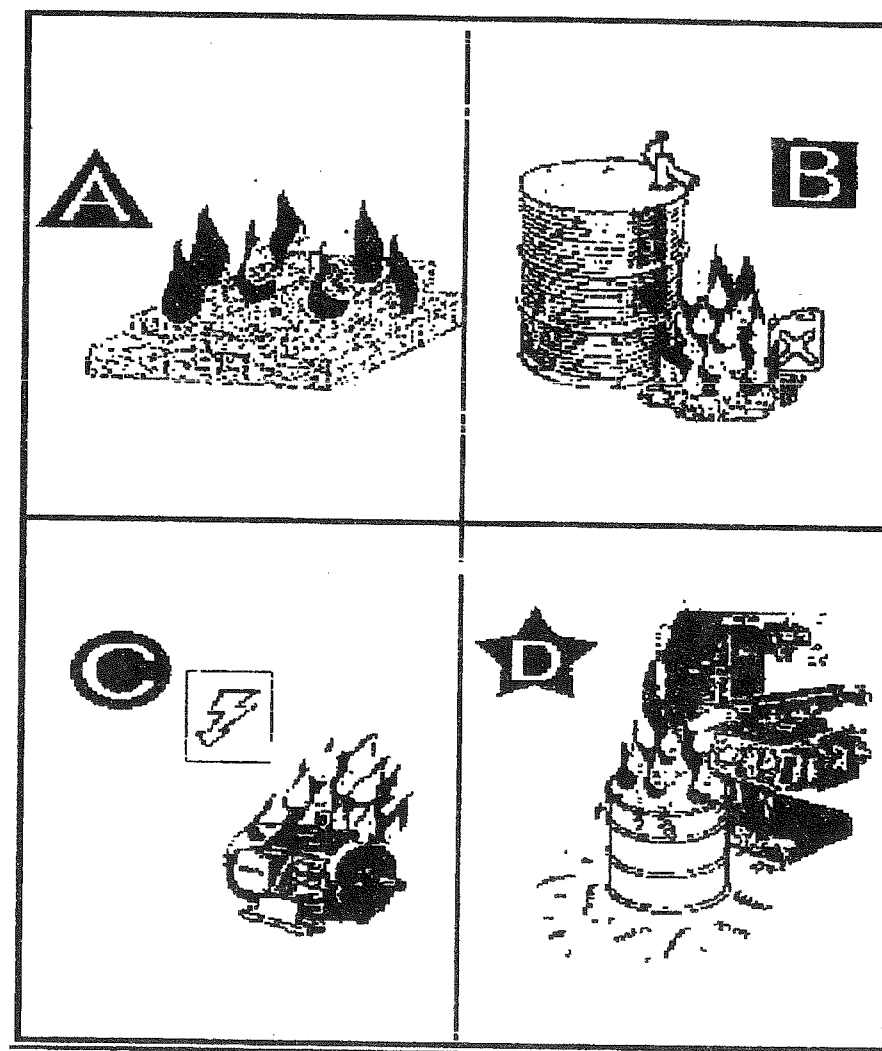
1- Clase A: fuegos que se desarrollan sobre combustibles sólidos. Ejemplos: papel, madera, tela, goma, plásticos.

2- Clase B: fuegos que se desarrollan sobre líquidos inflamables. Ejemplo: grasas, ceras, asfalto, aceites, gases combustibles como el propano butano.

3- Clase C: fuegos desarrollados sobre materiales, equipos, o instalaciones sometidas a energía eléctrica. Ejemplo: tableros, transformadores, cables, interruptores.

4- Clase D: fuegos desarrollados sobre metales combustibles. Ejemplo: magnesio, titanio, potasio, sodio, uranio.

Los matafuegos deben tener el rótulo con las clases de fuego que pueden extinguir. Ejemplo matafuego de polvo químico ABC, es decir que extingue fuegos desarrollados sobre combustibles sólidos, líquidos inflamables, e instalaciones eléctricas.



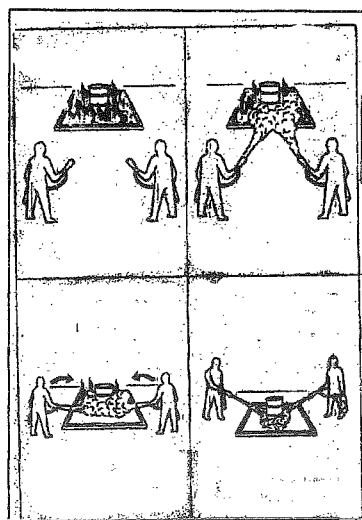
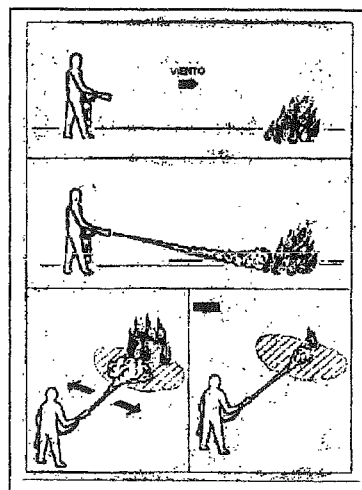
Tipo de matafuegos y sus aplicaciones

TIPO DE MATAFUEGOS Y SUS APLICACIONES						
TIPO DE MATAFUEGO	AGUA	ESPUMA	POLVO	DIOXIDO DE CARBONO	HIPOCAYANATO DE SODIO	
CLASES DE FUEGO						
A SOLIDOS	SI	RELATIVAMENTE EFICIENTE	RELATIVAMENTE EFICIENTE	POCO EFICIENTE	SI EFICIENTE	
B NO MISCIBLES	MUY EFICIENTE	RELATIVAMENTE EFICIENTE	SI	SI	SI	
B MISCIBLES	NO ES EFICIENTE	MUY EFICIENTE	MUY EFICIENTE	EFICIENTE	MUY EFICIENTE	
C LIQUIDOS INFLAMABLES	NO ES EFICIENTE	NO ES EFICIENTE	NO ES EFICIENTE	NO ES EFICIENTE	NO ES EFICIENTE	
C ENERGIA ELECTRICA	NO DEBE USARSE	NO DEBE USARSE	EFICIENTE	MUY EFICIENTE	MUY EFICIENTE	
D METALES COMBUSTIBLES	NO DEBE USARSE	NO DEBE USARSE	EFICIENTE	MUY EFICIENTE	MUY EFICIENTE	
La clase "D" es la clasificación que se les da a los fuegos en los que intervienen metales combustibles, y que exigen técnicas y agentes extintores especiales para combatirlos.						
PRINCIPAL EFECTO EXTINTOR	REFRIGERANTE	SOFOCADOR	INHIBIDOR DE LA REACCION QUIMICA	SOFOCADOR	INHIBIDOR DE LA REACCION QUIMICA	
NATURALEZA DEL AGENTE EXTINGUENTE	LIQUIDO SOLUCION ACUOSA	LIQUIDO SOLUCION	POLVO QUIMICO	GAS DIOXIDO DE CARBONO	LIQUIDO VAPORIZANTE	
TIPO DE DESCARGA (CAPACIDADES)	45 - 65 SEG. (110 LITROS)	60 - 90 SEG. (110 LITROS)	8 - 20 SEG. (110 Kg.)	> 8 SEG. G. (15 Kg.)	12 SEG. (110 Kg.)	
ALCANCE DEL CHORRO	> 9 MTS.	> 6 MTS.	> 3 MTS.	> 2.5 MTS.	> 2.5 MTS.	

USO CORRECTO DE EXTINTORES

A) Fuegos sin obstáculos.

- 1- Ubicarse a favor del viento.
- 2- La tobera de salida deber estar aproximadamente a 45° con respecto del suelo.
- 3- Dirigir el chorro a la base del fuego.
- 4- Mover la tobera en abanico, siempre sobrepasando los bordes.
- 5- Se debe actuar sobre la base de la llama y no sobre la parte superior de la misma.
- 6- Un solo operador suele ser suficiente. Es importante que los mismos se acostumbren a utilizar el alcance efectivo de cada extintor.

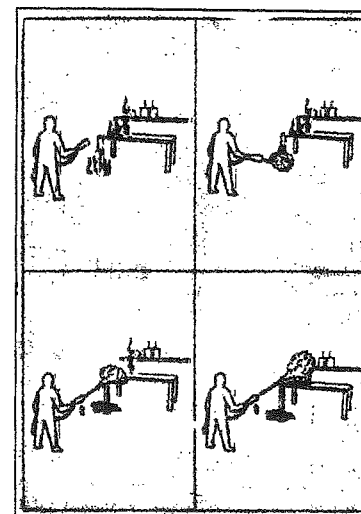


B) Fuegos con obstáculos.

- 1) Deben considerarse los mismos puntos que en el caso anterior, agregando lo siguiente:
- 2) Normalmente requiere la acción de dos operadores.
- 3) Cada operador debe tomar 2/3 del frente de llama en forma simultánea.
- 4) Harán el movimiento de barrido en abanico y en forma simultánea.

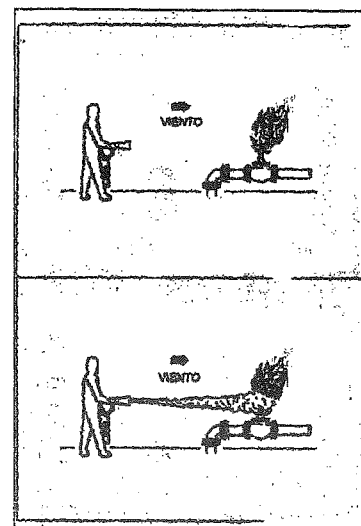
C) Fuegos de líquidos inflamables fluyendo por gravedad.

- 1) Seguir los procedimientos mencionados en puntos anteriores.
- 2) Debe extinguirse primero el combustible derramado, acercándose a favor del viento.
- 3) Luego debe extinguirse el fuego sobre combustible que esté cayendo por gravedad.
- 4) En el lugar de salida del combustible sostener el matafuego varios segundos.
- 5) Una vez extinguido controlar posible reignición, no darle nunca la espalda al fuego recién extinguido.



D) Fuegos de líquidos o gases inflamables fluyendo a presión.

- 1) Seguir los procedimientos mencionados en puntos anteriores.
- 2) Debe extinguirse primero el punto por donde sale el líquido o gas a presión, acercándose a favor del viento.



3) Una vez controlado el punto de salida se descender el equipo en forma pausada.

4) Luego se extingue el combustible derramado incendiado.

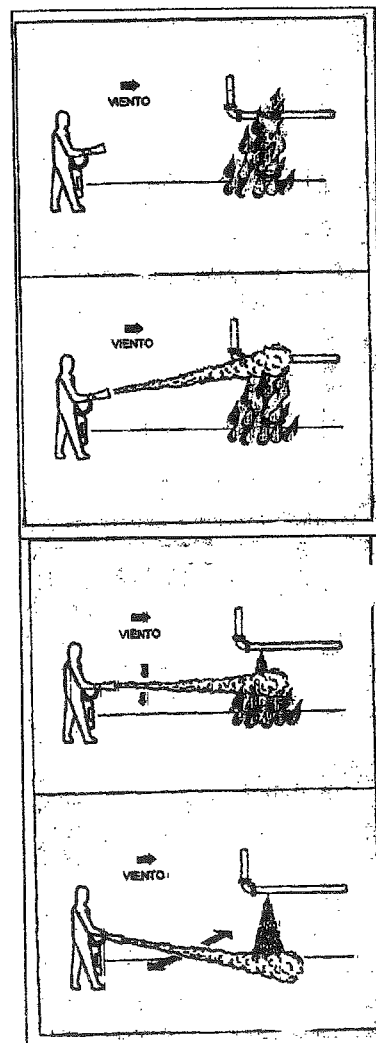
Importante:

- Recordar que para extinguir un fuego de estas características debe tenerse la certeza de poder interrumpir el flujo de combustible de inmediato.

- El fuego a presión debe extinguirse en forma longitudinal.

- Es preferible usar dos o más matafuegos en forma simultánea para incrementar la eficacia de los mismos.

- Una vez extinguido un incendio con materiales que producen fuegos clase A, debe removerse cuidadosamente buscando restos de combustión, vigilando cualquier reignición. Esto significa separar los materiales combustionados de aquellos que no se vieron afectados.



CAUSAS DE INCENDIOS

1) Incendios Eléctricos: Son causados por malas instalaciones, no contar con sistemas protección o los mismos son inadecuados, puesta a tierra, sobrecarga, fallas de aislamiento, falta de mantenimiento

2) Motores Eléctricos: Debido a la falta de mantenimiento y aseo. No proveer un equipo eléctrico apropiado en zonas peligrosas.

3) Fricción: Las partes móviles de las máquinas producen calor por fricción, debido a la falta de mantenimiento

4) Chispas mecánicas: Son producidas cuando se golpean dos aleaciones ferrosas con sustancias duras, generando pequeñas partículas desgarradas de metal incandescentes, por impacto, fricción y oxidación. Las chispas de esta naturaleza pueden llevar suficiente calor para incendiar fibras, polvo o vapores inflamables.

5) Fumar y Fósforos: El fumador debe ser estrictamente limitado a los sitios fijados. Casi la mitad de los incendios en depósitos de fábrica se inician a raíz de cigarrillos.

Fumar es peligroso en ambientes combustibles, pulverulentos, y en donde los líquidos inflamables son depositados, mezclados o manipulados.

6) Ignición espontánea: Ocurren cuando la planta no está debidamente atendida. Para que ocurra una combustión espontánea debe haber dos condiciones:

1- Oxidación del material.

2- Que el calor de la oxidación se produzca mas rápido de lo que se disipa.

Los materiales usados comúnmente que pueden calentarse espontáneamente son:

linaza de algodón, manzanilla, aceites vegetales de coco, palma, olivo, maní, soja, maíz, pino, etc. Aceites animales de cerdo, vacunos, lanolina. Algunos sólidos como: negro de humo, hulla, carbón de leña, de goma, pirita de hierro. Fibras como: yute, lino, heno, lana.

7) Superficies Calientes: El calor producido y radiante de los tubos de vapor de agua, tubos de humo, aparatos calentados eléctricamente, etc. La temperatura a la cual una superficie puede convertirse en fuente de ignición, varía según la naturaleza de los materiales, pero por lo general cualquier superficie que está a una temperatura superior a 20° puede considerarse como fuente de ignición.

Para prevenir, los conductos que transmitan temperatura deben contar con aislante, debiendo estar los materiales combustibles alejados de toda fuente de ignición.

8) LLamas Abiertas: Cualquier llama abierta es una fuente constante de ignición como encendedores, fósforos, cigarrillos.

9) Cortes y Soldaduras: Se generan principalmente por los glóbulos derretidos, estos pueden andar 8 metros o más y son capaces de encender material combustible. Generalmente caen en sectores no vistos por los operarios.

PREVENCION DE INCENDIOS

- **Instalaciones térmicas:** Los calefactores eléctricos o a gas deben contar con elementos de protección que impidan el contacto directo entre la resistencia o llama libre y las personas. Todos los elementos térmicos requieren bases incombustibles y que no sean fácilmente volcables. Los tramos de chimenea serán lo más corto posible y contarán con aislante. Cualquier tipo de material combustible (madera, tela, revestimientos, etc.) se ubicará alejado de todo aquello que desarrolle temperatura o llama que combustione a los mismos. Los equipos de calefacción y las tuberías deberán ser revisadas en forma periódica.
- **Instalación Eléctrica:** Debe contar con sistema de protección de resistencia adecuada, la instalación estar bajo caño o con aislante adecuado de acuerdo al riesgo, el tablero debe ser incombustible, no debiendo depositarse elementos en cercanías de éste, no es recomendable efectuar instalaciones bajo molduras de madera. No deben utilizarse pantallas plásticas. No sobrecargar las salidas eléctricas. Revisar la instalación periódicamente a cargo de un profesional.

Electricidad Estática: El simple transvasado de líquidos inflamables genera electricidad estática, la misma puede eliminarse mediante puesta a tierra.

- **Residuos:** Deberán eliminarse los residuos, no se depositarán en sectores cercanos a estufas, calefactores, instalación eléctrica, cocinas, etc.
- **Estibas:** La distancia mínima entre la estiba y el techo debe ser de un metro, las estanterías serán metálicas. Los líquidos inflamables deberán almacenarse en recipientes no combustibles. No se usarán en cercanías de calor o llama, ni en sectores sin ventilación. Se almacenará la menor cantidad posible de inflamables.

HUMO

- Los mayores daños en un incendio los produce el humo, que está compuesto por restos de una combustión incompleta (partículas sólidas, vapores, temperatura).
- El humo provoca irritación, insuficiencia de oxígeno, creando condiciones de pánico y desorientación.
- La acción del humo es de asfixia combinándose con la hemoglobina de la sangre y formando carboxihemoglobina a una velocidad 200 veces mas rápido que el oxígeno, es decir, arrebatando al oxígeno impidiendo la purificación de la sangre.

GUIA DE EVACUACION

- 1) Fíjese dónde se localizan los medios de salida y los extintores.
- 2) Conozca los teléfonos de emergencia.
- 3) No utilice nunca los ascensores.
- 4) Si hay humo en el lugar, agazaparse. EVITE EL PANICO.
- 5) Tantear las paredes y puertas, si la puerta tiene temperatura no la abra, si está fría recárguese contra ella y ábrala muy despacio, esté listo para cerrarla si se encuentra con humo y calor.
- 6) No deje puertas abiertas, ciérrelas: así evitará o demorará la propagación de humo y llama.
- 7) En caso de ser imposible la evacuación, ubíquese lejos del fuego, cierre la puerta, selle la misma evitando el ingreso de humo, diríjase a una ventana e indique señales de su posición.
- 8) Se deberán considerar casos especiales, niños, ancianos, discapacitados o enfermos, a quienes es conveniente ubicarlos en lugares cercanos a medios de escape.
- 9) Cortar los suministros de electricidad y gas.
- 10) Acuerde un lugar de reunión previamente.
- 11) Una vez fuera, no intentar ingresar nuevamente.

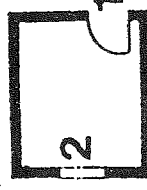
SIEMPRE AVISE A BOMBEROS.

**TEL: 100
EMERGENCIAS**

Precauciones en:

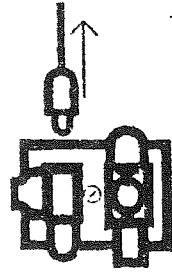
La cocina

Todos los aparatos y herramientas eléctricas deben tener una etiqueta de control de IRAM o similar. Mande a reparar todos sus aparatos si estos no están funcionando correctamente.



Planee dos diferentes maneras de escapar de cada recámara.

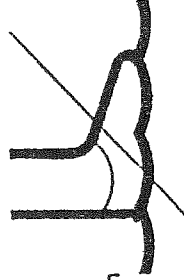
No sobrecargue las salidas eléctricas.



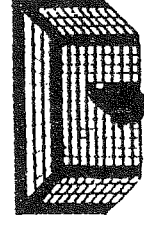
Fume en una silla, no en la cama. Controle antes de retirarse que no queden cigarrillos encendidos. Use ceniceros grandes. Recuerde que el fumar es malo para su salud.



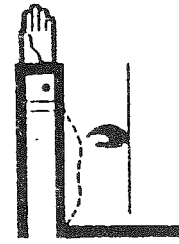
El agua y la electricidad combinadas causan sacudidas eléctricas. Tenga las manos secas. No se pare en el agua. Si un aparato se moja, llévelo a revisar.



Use una pantalla de metal para la chimenea. Haga que revisen y limpien la chimenea con regularidad.



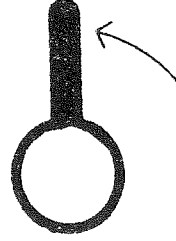
No almacene objetos sobre la estufa. Podría quemarse al tratar de alcanzarlos.



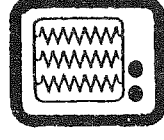
Mantenga encendedores y fósforos fuera del alcance de los niños. Use tapas especiales en las salidas eléctricas, para que los niños no puedan meter los dedos, o instale un diyuntor diferencial.



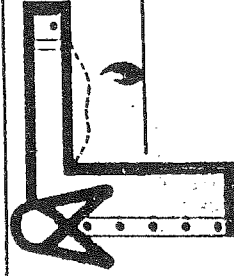
Gire los mangos de las sartenes, de manera que los niños no puedan alcanzarlos.



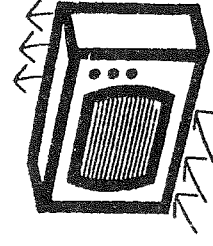
Mantenga los calentadores portátiles apartados de las personas y combustibles.



Use mangas ajustadas al cocinar. La ropa suelta puede prender fuego.



Permita suficiente espacio alrededor de la TV y aparato tocadoscos, para prevenir sobrecalentamiento. Si la televisión no funciona correctamente, puede ser un peligro de fuego, haga que sea revisada.



Evacuación en Edificios

									
Si se origina fuego en el edificio, salir rápidamente; muchas personas ignoran que el fuego se incrementa en muy poco tiempo.	Si lo sorprende el humo, respirar por la nariz y salir del recinto gateando.	Nunca utilizar los ascensores. Utilizar las escaleras más cercanas.	De estar atrapado en un recinto lleno de humo, quedarse junto al suelo, donde el aire es más respirable.	Tantear todas las puertas con la mano, si están calientes, no deben abrirse.	Abrir las ventanas y colocarse debajo de ellas.	No tratar de extinguir el fuego.	No sea víctima del pánico ni salte, eso ha costado la vida a muchas personas, de haber esperado unos minutos más hubieran sido rescatadas.	Si hay pánico cerca de las salidas no acercarse al tumulto, trate de familiarizarse con las salidas de emergencia o seguir las indicaciones.	Una vez fuera, no volver a entrar, llame inmediatamente a los bomberos usando el teléfono o la alarma.

VIVIENDA SEGURA

Diferentes factores alteran el funcionamiento, la degradación y seguridad de una vivienda. Desde esta óptica, enfocamos la prevención y cuidado de la vivienda, en definitiva nuestra "calidad de vida".

Podemos definir estos factores en dos grandes grupos,

Como son:

La acción del clima	AGUA
	VIENTO
La acción del hombre: (Principalmente imprudencia)	FUEGO
	DERRUMBE

Con respecto al clima, la acción del agua, mediante fuertes precipitaciones pluviales, provocando inundaciones o el caso de la acción del viento, mediante sudestadas, tornados.

En segundo término la imprudencia del hombre provoca accidentes de gravedad como la acción del fuego, a través de incendios por cortocircuitos o calefacción y también los problemas de tipo estructural y constructivo que provoca derrumbes grietas filtraciones.

Ampliamos a continuación cada uno de los puntos nombrados anteriormente:

1º EL AGUA:

Esta actúa principalmente por acumulación (inundaciones) degradando y asentando el terreno, sobre todo si se trata de relleno o tierra sin compactar, perjudicando a la construcción en gran medida, puesto que los cimientos pueden hundirse.



Para que esto no ocurra, hay que fundar la construcción apoyándose en suelo firme (una profundidad aproximada entre 070 y 100) y compactando con un pisón la tierra bajo los pisos

Por otra parte necesitamos un cimiento perimetral que una toda la vivienda, trabajando de esta manera como un anillo, siendo solidario una pared con la otra, por lo tanto trabajan en conjunto. Hay varios tipos de fundaciones, mostraremos alguna de ellas:



fig. 2

En el caso de las filtraciones, tanto en techo como en muros, si bien es un problema menor, en cuanto a la gravedad que representa respecto de otros, si es considerable desde el punto de vista de su incidencia en fisuras, grietas y derrumbes.

2do EL VIENTO

Trabaja sobre las construcciones de dos maneras distintas: por empuje (como una vela de un barco) tirando paredes o cercos (Fig.3), y quebrando árboles secos o con grandes copas.

La otra forma sería por succión (como una aspiradora), cuando el viento pasa, genera turbulencias que levantan techos o parte de ellos (Fig.4).



Para prevenirnos comenzamos por la ubicación de la vivienda, esta tiene que estar alejada de árboles altos de gran follaje, si no podemos separarnos de estos tenemos que podar las ramas que puedan caer sobre nuestra casa y si este árbol está seco, es preferible hacharlo, porque un viento fuerte puede quebrarlo o arrancarlo de raíz.

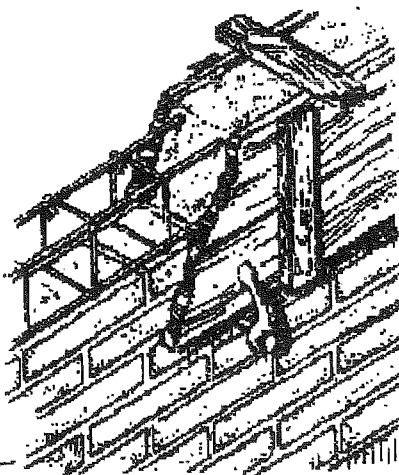
También una barrera de árboles bien colocados y a una distancia prudencial puede parar o disminuir la Fuerza del Viento (Fig.5).

Para que el empuje del viento no produzca el efecto vela sobre nuestras viviendas tendremos que construir de una manera segura.

En caso de muros de ladrillos, lo principal es trabar esto como se muestra en los dibujos.

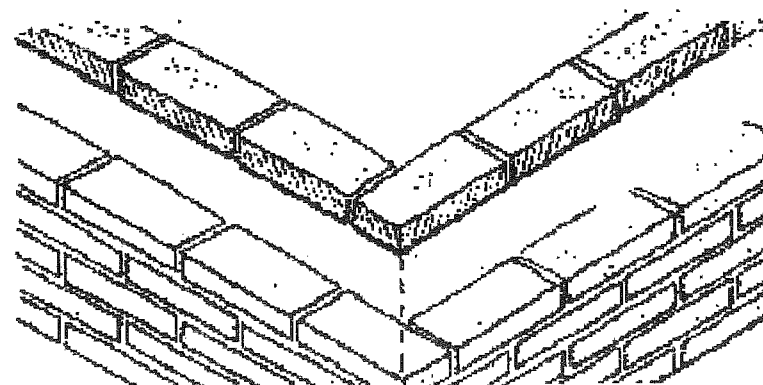
CÓMO SE HACE

SE ARMA CON 4 BARRAS DE HIERRO DEL 8 (2 ARRIBA Y 2 ABAJO) Y ESTRIBOS DE HIERRO DEL 4 CADA 20 CM. LAS BARRAS SE COLOCAN RECTAS Y CON GANCHOS EN LAS PUNTAS. LOS ESTRIBOS SE HACEN: UNO POR UNO.



LOS COSTADOS SE CIERRAN CON TABLEROS DE MADERA HECHOS COMO INDICA EL DIBUJO Y ATADOS ENTRE SÍ CON ALAMBRE O SUJETOS A LA PARED CON CLAVOS-GANCHO, Y SE LLENA CON HORMIGÓN DE PIEDRA SIN DEJAR huecos.

ESQUINA DE PARED DE 15 CM

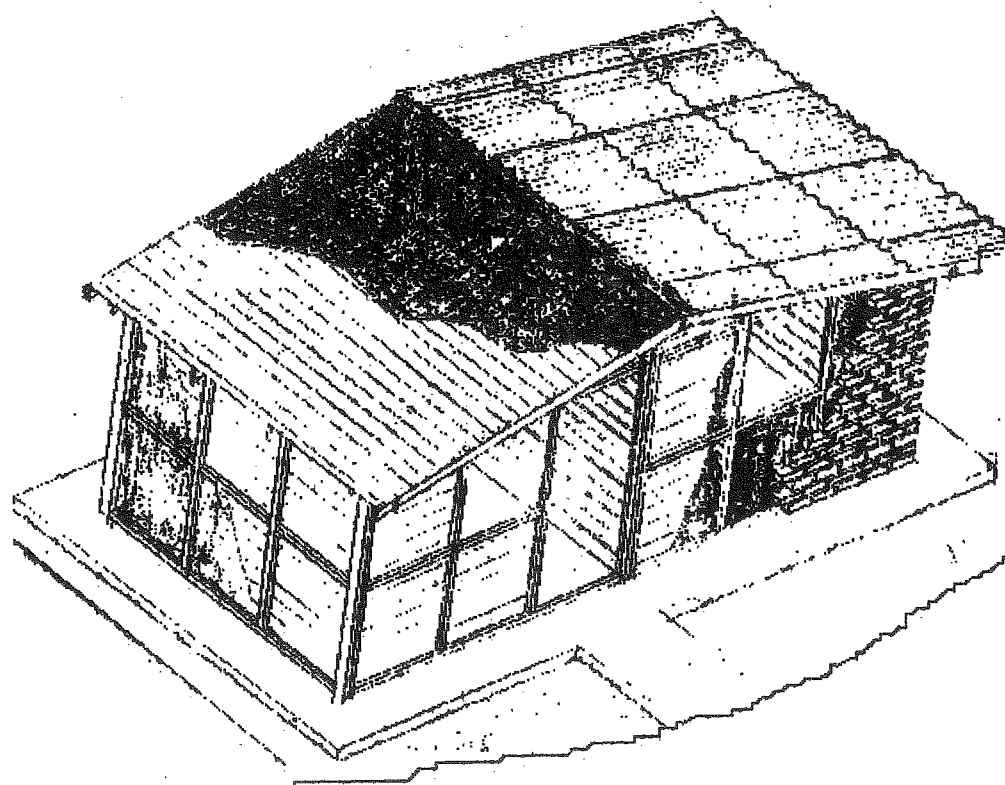


Al trabar los ladrillos logramos muros sólidos para poder soportar el empuje. La construcción llevará una viga de encadenado perimetral por sobre la línea de puertas y ventanas, esto soportará la acción de empuje del viento logrando de esta manera una caja compacta y sólida.

Si hablamos de una construcción de paredes de madera, su propia estructura es la que soporta la acción del viento, por lo tanto, esta tiene que estar hermanada entre sí, para lograr la solidez necesaria.

El tablado que conforma el panel debe estar perfectamente clavado a la estructura, para conseguir de esta manera que trabaje rígidamente en conjunto.

En caso de succión el mayor problema esta en la cubierta, esta debe estar atada al resto de la construcción, para eso dejamos pelos (hierros sobresalientes) en el encadenado a la distancia necesaria para atar mejor la estructura de madera del techo.



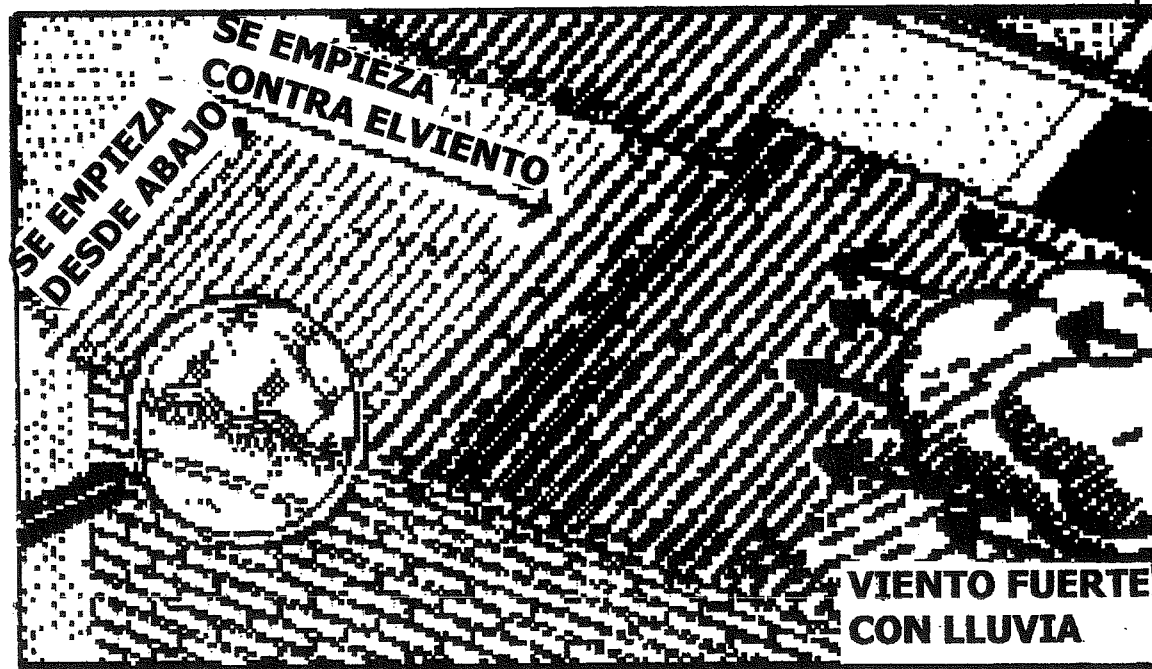
CÓMO SE SUJETAN

PARA AMARRAR LOS TIRANTES, HAY QUE DEJAR "PELOS" DE HIERRO DEL 4 EN LOS ENCADENADOS O VIGAS. SE MARCAN LOS CENTROS DE LOS TIRANTES EN LOS ENCADENADOS Y ESTOS "PELOS" SE COLOCAN A UNOS 10 CM, A CADA LADO.



Continuamos con la tirantería y el tablado, de la misma forma que con una pared de madera.

Cómo empezar la colocación



Luego colocamos las chapas en hilera, empezando por la parte más baja del techo.

Las ondas deben quedar en el sentido de la pendiente y el borde inferior paralelo a la pared. Se empieza por el costado de la casa contrario a los más fuertes vientos con lluvia. Así evitaremos que el agua, cuando es empujada por el viento se meta entre las chapas.

3º EL FUEGO

Aquí interviene directamente la mano del hombre transformándose quizás en el factor de mayor cuidado. En el caso de las instalaciones eléctricas, el recalentamiento de los cables, consecuencia de un inadecuado aislamiento entre empalmes, provoca incendios.



fig. 11

La solución a esto es evitar empalmes, de ser absolutamente necesarios, estos se aíslan, con cinta aisladora, siendo imprescindible, que la instalación eléctrica este separada del muro, Sobre todo si este es de madera.

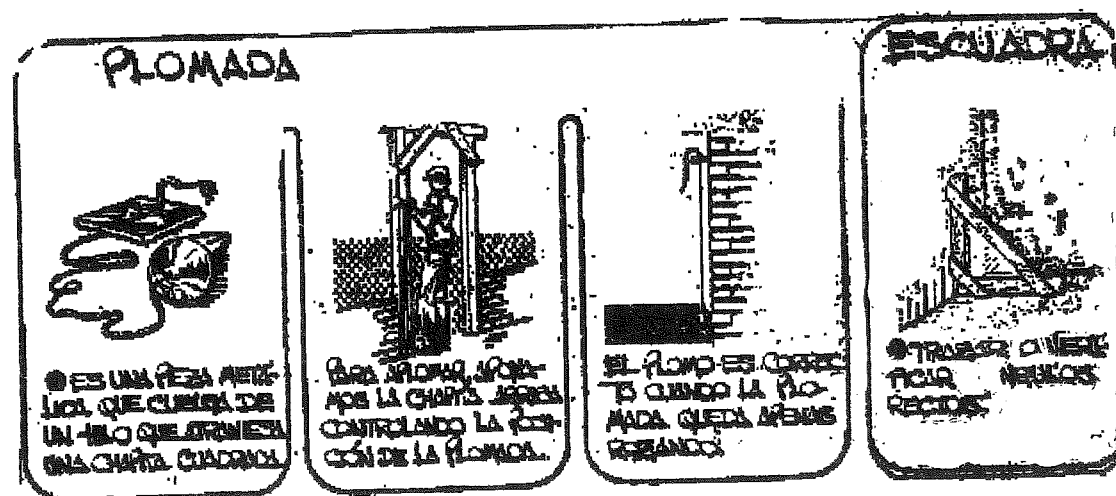
También daremos especial importancia al mal uso de los materiales, un ejemplo demostrativo de esto, es el uso de membranas, hoy se acostumbra a colocar membrana sobre el tablado del techo, en caso de incendio, estas tablas se queman y derriten las membranas dejando caer gotones de brea ardiendo sobre todo lo que se encuentre debajo

El verdadero uso de las membranas es para colocarlas sobre losas, sobre el tablado lo mejor es el fieltro asfáltico, este se quema como un papel y no se derrite.

4 DERRUMBES:

Este factor se encuentra íntimamente ligado a las decisiones constructivas y estructurales, interviniendo por lo tanto la mano del hombre lo cual lo hace responsable directo de las consecuencias en caso de negligencia.

La caja estructural que es la vivienda es decir, cimientos, muros, encadenado perimetral y techo debe construirse a plomo, ejemplo: en el caso puntual de los



muros, mantener la línea y el nivel al hacer cada hilada.

Se utilizarán herramientas simples como plomadas, hilo, regla, calandro, niveles y escuadras, si son usadas correctamente garantizan ángulos a 90°, con respecto del piso, evitando fisuras o futuros derrumbes.

Mención especial le damos a las mezclas ya que casi no hay trabajo de albañilería que pueda hacerse sin ellas.

Tiene la facultad de unir materiales entre sí, al prepararla se forma una masa pastosa que puede ser trabajada y que después se va endureciendo, pegando materiales entre sí y haciéndose resistente.

Debemos prestar especial atención ya que para cada trabajo hay una mezcla que es la mejor, por lo tanto no conviene improvisar.

Un punto aparte y válido de ampliar es la humedad y sus consecuencias en la construcción

Las paredes mojadas aíslan mal del frío por lo tanto el ambiente húmedo puede afectar la salud.

Las construcciones se dañan:
desprendimientos de revoques y pintura,
putrefacción de yesos y maderas, oxidación de

metales, este último provoca fisuras y en casos extremos deriva en derrumbes.

En definitiva debemos mantener la casa bien protegida de la humedad, perfectamente seca, deberá estar completamente envuelta por una especie de "Cáscara impermeable", para esto necesitamos un azotado hidrófugo bien hecho, y prestar especial atención en las uniones de los distintos componentes de la vivienda para que la cáscara impermeable sea realmente hermética

Mezclas

Cómo se llaman. Para qué se usan. Cómo se hacen

HORMIGON DE CASCOTE	HORMIGON DE PIEDRA	CONCRETO	CONCRETO HIDROFUGO	CAL REFORZADA
<i>Cimientos</i>	<i>bases</i>	<i>alisado</i>	<i>capa aisladora</i>	<i>paredes de ladrillo común</i>
<i>contrapisos</i>	<i>columnas y vigas</i>	<i>dinteles</i>	<i>azotado impermeable</i>	<i>tabiques y paredes de</i>
	<i>Losas</i>	<i>Amurar marcos</i>	<i>carpeta hidrofuga</i>	<i>ladrillo hueco</i>
	<i>encadenado</i>	<i>tomar juntas</i>		
1 de cal	1 de cemento	1 de cemento	1 de cemento	1de cal
1/8 de cemento	3 de arena	3 de arena	3 de arena	½ de cemento
4 de arena	3 de piedra		Hidrofugo según el envase	3 de arena
8 de cascote				

CAL REFORZADA	CAL	REFORZADA	CAL REFORZADA	CAL REFORZADA
<i>Paredes ladrillo común</i>	<i>Paredes de</i>	<i>Bloques</i>	<i>Revoque grueso interior</i>	<i>Revoque fino</i>
	<i>Bloques Cerámicos</i>	<i>Bloques De hormigón</i>	<i>Revoque grueso exterior</i>	
1 de cal	1 de cal	1 de cemento	1 de cal	1de cal aérea
¼ de cemento	1/8 de cemento	1 de cal	¼ de cemento	1/8 de cemento
3 de arena	3 de arena	6 de arena	3 de arena	2 de arena

Apuntes

SUPERVIVENCIA

El factor más importante en una situación de supervivencia, es la voluntad de sobrevivir ya se trate de un hombre como de un grupo.

Quien no logre pleno control de sí, no tiene posibilidades de vida.

EQUIPO DE SUPERVIVENCIA

LISTA RECOMENDADA

- Un traje liviano de tela impermeable.
- Una muda de ropa interior y medias limpias y secas.
- Una linterna a prueba de agua y pilas (guardadas aparte)
- Fósforos en un frasco a prueba de agua. (envase de rollos fotográficos)
- Velas.
- Un encendedor
- Papel higiénico
- Una navaja
- Alimentos deshidratados.
- Pequeño botiquín de primeros auxilios.
- Medicamentos que utiliza habitualmente.
- Mantas o bolsa de dormir.
- Bidón plástico con agua potable.
- Una radio pequeña y pilas.

COMPORTAMIENTO HUMANO

FACTORES QUE DESMORALIZAN LA VOLUNTAD DEL SOBREVIVIENTE

- el shock producido por el accidente
- el hambre, la sed
- las actitudes fatalistas
- el dolor y el miedo a morir
- la desesperación, la incertidumbre
- la soledad el desamparo
- el cansancio, el ocio

FACTORES QUE FORTALECEN AL SOBREVIVIENTE

- actitud mental positiva, no significa sentarse a esperar que nos rescaten pronto
- el buen descanso
- el conocimiento de las técnicas de supervivencia
- la solidaridad y el compañerismo
- la organización, el trabajo
- el tratar de cubrir necesidades básicas más urgentes

PRINCIPIOS DE LA SUPERVIVENCIA

Tomar el control

- dominio de sí
- capacidad decisión
- actitud positiva

Conocimientos

- seguridad y confianza
- interpretar, desenvolverse
- correcta utilización de los recursos

Improvisar

- capacidad para adaptar elementos a las necesidades reales.

PRINCIPIOS BASICOS

- quien desea sobrevivir, sobrevive
- no combata con el medio, intégrese al
- no se exponga innecesariamente, manténgase en las mejores condiciones operativas posibles

SITUACION DE SUPERVIVENCIA

Es aquella que se presenta espontáneamente y por la cual nuestra integridad física y forma de vida se ven amenazadas.

EVALUACION DE LA SITUACION

Acción tendiente a ordenar las circunstancias y consecuencias de la actual situación para evitar tomar decisiones apresuradas que nos expongan a riesgos innecesarios y así obtener mayores posibilidades de supervivencia.

PROCEDIMIENTOS BASICOS

No es posible estar preparado para resolver todas las situaciones de supervivencia, dado que cada una se desencadena de manera distinta e impredecible.

Se puede sin embargo señalar los procedimientos inmediatos y básicos aplicables a cualquier situación de riesgo.

CAUSA DESENCADENANTE DE LA SITUACION DE SUPERVIVENCIA

Accidente aéreo, marítimo, vehículos, etc. Desastre natural.

Causas fortuitas.

ACCIONES INMEDIATAS

alejarse de los peligros inminentes

atención inmediata de los heridos

relajarse y descansar antes de decidir

ORGANIZAR

Tarea fundamental, desempeñada por aquellos individuos que han interpretado correctamente la situación.

ACCIONES

- agrupar a los sobrevivientes
- clasificar a los heridos
- sepultar a los muertos
- reunir todo equipo útil
- refugiarse
- tratar de ubicarse en el terreno
- explorar los alrededores
- procurar agua y alimentos
- señalar correctamente el lugar
- preparar la evacuación si la situación así lo requiere.

ADMINISTRACION DE RECURSOS

Ya en situación de supervivencia, las tareas de recuperación de elementos y materiales son de vital importancia para el desarrollo de las acciones tendientes a mejorar la situación.

Todos aquellos elementos serán clasificados según las necesidades básicas.

SALUD E HIGIENE

- recuperación de medicamentos.
- botiquines.
- Artículos de limpieza.
- Artículos para aseo personal.

REFUGIO

- elementos que proporcione cobertura
- Herramientas, alambres, cuerdas.

ABRIGO

- Recuperación de equipajes.
- Mantas, ropas, trozos de telas.

SEÑALAMIENTO

- Material pirotécnico.
- Señales luminosas.
- Equipos de comunicación.
- Radios comunes AM/FM.
- Linternas.

ALIMENTOS Y AGUA

- Clasificación de alimentos: perecederos y conservas
- Cantidad de agua disponible y elementos para su potabilización y acopio.
- Diagramar el racionamiento de estos, para los días siguientes.
- Inmediata iniciación de las tareas de búsqueda.

FUEGO

- Recuperación de elementos iniciadores.

ORIENTACION

Recuperación de documentos, bitácoras, notas. Cartas topográficas. Mapas de cualquier tipo y escala. Elementos de orientación.

La distribución de las tareas que hacen al bien común, no solo es útil desde el punto de vista organizativo, sino que es una forma de integración por la cual se genera un sentimiento de dependencia entre los integrantes del grupo.

Es además una excelente terapia, que mantiene la mente ocupada en positivo estando en situación de supervivencia siempre hay algo que hacer o mejorar, por lo tanto toda iniciativa de trabajo manual, ayuda a descargar las tensiones acumuladas.

SUPERVIVENCIA EN GRUPO Las posibilidades de supervivencia de un grupo, se ven seriamente afectadas sin una ORGANIZACION, o alguien que asuma el rol de LIDER.

LIDER

Es aquel individuo que merced a sus cualidades personales, dirige un grupo con la participación espontanea de sus integrantes.

Es además quien ha interpretado la situación correctamente

LIDER

- Personalidad
- Conocimientos
- sentido común, capacidad

QUIEN ASUME LA RESPONSABILIDAD DE CONDUCCION, DEBE:

- interpretar la situación
- organizar al grupo
- tomar las decisiones
- infundir confianza
- distribuir las tareas
- preparar la evacuación
- dar el ejemplo
- dirigir la travesía
- impartir justicia

En una situación de supervivencia el asumir el liderazgo de un grupo es una gran responsabilidad, dada la delicadeza del evento.

Bajo ningún aspecto esto significa tener privilegios especiales, sino todo lo contrario.

Se debe tener presente que no a todos se podrán conformar con las decisiones tomadas para el bien común y deberá estar preparado para afrontar tales circunstancias, en este caso la unidad del grupo es fundamental.

CONSIDERACIONES GENERALES:

Aprenda a escuchar.

demuestre firmeza en sus convicciones

evite dar una imagen de dictador

no se limite a dar órdenes, organice.

Cada individuo es artífice de su propia supervivencia y a la vez responsable directo de la seguridad colectiva.

PRIMEROS AUXILIOS

Objetivos generales

Generar actitudes y conductas adecuadas con respecto a la salud para promover un nivel adecuado de conciencia en cuanto a la seguridad individual y colectiva.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Aprender técnicas básicas, sencillas y rápidas que puedan ser aplicadas por cualquier persona, para ayudar al prójimo en situaciones emergentes que permitirían ganar valiosos minutos y aún salvar vidas, hasta que puedan tener atención médica apropiada.

Adquirir confianza y seguridad en sí mismo para prestar los primeros auxilios en la forma más simple y correcta.

Formar agentes multiplicadores.

TEMAS

Primeros Auxilios: cuidados y atención; consejos para realizar Primeros Auxilios; algunas normas para el uso del botiquín; normas de bioseguridad y dilución del cloro.

Heridas: mecanismo de producción; clasificación; heridas abiertas, cerradas; normas generales en el manejo de heridas; precauciones que se deben adoptar para realizar el tratamiento de una herida.

Hemorragias: tipo de hemorragias; métodos para cohibir la hemorragia nasal; puntos de presión en hemorragias arteriales.

Vendajes: principios generales en la confección de vendajes; cabestrillo; tipos más comunes de vendajes.

Fracturas: signos y síntomas; problemas que plantean las fracturas; primeros auxilios en caso de fracturas, fracturas abiertas y cerradas.

Pérdida de conocimiento: desmayo, signos y síntomas, tratamiento, convulsiones; golpe de calor.

Mordedura de animales: actitud frente al mordido; vacunas especiales.

PRIMEROS AUXILIOS - CUIDADOS Y ATENCIÓN

Definición: Es el tratamiento inmediato y temporario que se presta a un accidentado o a un enfermo repentino hasta que pueda ser atendido por un profesional del equipo de salud.

De este método depende el porvenir del enfermo, a veces su propia vida.

¿Para qué es necesario saber "Primeros Auxilios"?
Para salvar a una persona de la muerte.

Para evitar que se quede inválida temporalmente o para siempre.
Para conocer lo que debe hacerse y lo que no debe hacerse cuando alguien ha sufrido un accidente.
Para ganar valiosos minutos o segundos hasta que llegue el equipo de salud.

Para ayudar a otros y auxiliarse a uno mismo.

CONSEJOS PARA REALIZAR LOS PRIMEROS AUXILIOS

Cualquier acto deberá estar ligado por el principio hipocrático de "primum Non Nosere" (primero no dañar).

Conservar la tranquilidad necesaria para poder trabajar con seguridad y sin emoción y así tranquilizar a los demás.

Cohibir una grave hemorragia.

Disminuir la causa que ha provocado el accidente, si aún sigue influyendo sobre el paciente.

Si es posible o necesario movilizar a la víctima, ubicarla en un lugar seguro libre de tránsito y de los curiosos, acostarla o instalarla en la forma mas cómoda posible e impedir que se levante y camine.

Aflojar la ropa para facilitar los movimientos respiratorios con maniobras suaves pero firmes que no perturben a la víctima.

Imprescindible alentar y reconfortar a la víctima.

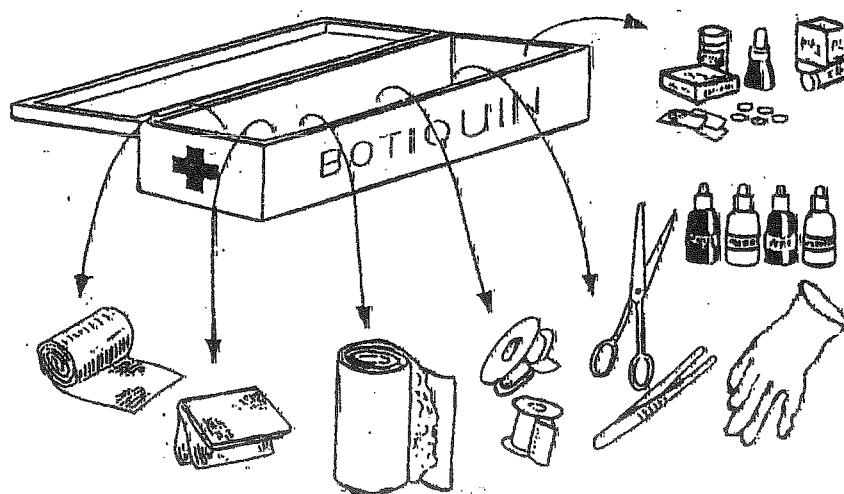
En caso de frío arroparla convenientemente.

No dar líquidos por boca.

Llamar a un Centro Asistencial o Servicio de Emergencia para que reciba asistencia médica urgente.

Nunca abandonar al paciente y confiarlo sólo al personal entrenado.

ALGUNAS NORMAS PARA EL USO DEL BOTIQUIN PRECAUCIONES Y CONTROL



Mantener un botiquín en perfectas condiciones de uso inmediato parece algo fácil, pero se debe tener en cuenta si hay medicamentos vencidos, material oxigenado y la reposición de lo que se ha utilizado, pues es la única manera de que siempre haya existencias en el mismo.

La limpieza cuidadosa con agua y jabón y buen secado. Ordenación tras el uso. Comprobar la calidad, olor, color y aspectos de los antisépticos.

MATERIAL Y ELEMENTOS

De cura: algodón, gasas, vendas, tela adhesiva, baja lenguas, cajas de curitas.

Instrumental: tijera, pinza, termómetro.

Medicamentos: agua oxigenada, alcohol, antisépticos y carbón activado.

Material diverso: pastilla de jabón, toalla, puede ser linterna y alfileres de gancho. Guantes de látex o descartables y bolsas de polietileno limpias.

MEDICAMENTOS

Son sustancias cuyo objetivo es prevenir la infección evitando la producción y difusión de los gérmenes. Los más comunes son:

Alcohol, al 90%. Se usa preferentemente para la limpieza de la piel antes de aplicar inyecciones. No se debe de aplicar en heridas porque provoca irritación al ser cáustico. También se utiliza para desinfectar termómetros, tijeras, pinzas, etc., sumergiéndolos 10 minutos.

AGUA OXIGENADA

Se utiliza para limpiar heridas contaminadas por tierra u otras sustancias.

Se usa con dilución de 10 o 20 volúmenes. Se aplica el agua oxigenada sobre la herida en forma directa.

YUDOPOVIDONA (PERVINOX)

Es un excelente bactericida (mata gérmenes) y se utiliza en la limpieza directa de las heridas y no provoca ardor.

MATERIAL DE CURACIÓN

Algodón:

Se utiliza para limpiar la piel (aplicar inyecciones) y el instrumental. Se aconseja usarlo en trocitos (torundas que previamente se preparan y resguardan en un recipiente hermético).

Gasa:

Viene preparada en paquete doblado de 10x10 cm. y en cinco o diez unidades, se utiliza para limpiar o cubrir heridas, para su uso deben estar estériles(libre de gérmenes) o al menos limpias.

Vendas:

Es necesario vendas en rollos. Las vendas de gasa son las más utilizadas, se aconseja tener de varios tamaños.

Tela adhesiva:

Se usa para fijar vendas o gasas y para afrontar los bordes de las heridas, si es posible es aconsejable utilizar tela adhesiva antialérgica.

Bajalenguas..

Se utilizan para observar la garganta y para inmovilizar fracturas y luxaciones de los dedos de las manos.

PRECAUCION

No debemos dejar el botiquín al alcance de los niños.

El botiquín contiene ordinariamente líquidos inflamables (no encender fuego cerca del mismo).

Procuremos no colocar el botiquín cerca de fuentes de calor, puesto que la mayoría de los medicamentos y antisépticos se desnaturalizan.

NOTA: se desaconsejan los envases de vidrios por su fragilidad, por lo que se sugiere envases plásticos para contener antisépticos con la condición de que cierren herméticamente.

PREVENCIÓN DE INFECCIONES Y NORMAS DE BIOSEGURIDAD

En general los primeros auxilios se prestan para aliviar sufrimientos y con un espíritu de solidaridad.

En los lugares de trabajos deben establecerse técnicas y planes para evitar que el agente que asiste se lesione o entre en contacto con sangre en el ejercicio de sus funciones.

Los responsables de la atención necesitan tener presente los principios de la higiene adecuada y precauciones universales de bioseguridad, éstas protegen de la hepatitis B y otras infecciones como el VIH. Estos lineamientos deben seguirse con todas las personas VIH positivo, o no.

Los riesgos de transmisión del VIH en el ámbito institucional son muy bajos especialmente si los que brindan cuidados, minimizan el contacto de la piel con la sangre y los fluidos corporales.

La piel limpia e intacta es una excelente barrera contra el VIH. Existe un riesgo extremadamente bajo de infección por VIH o por hepatitis B si la sangre entra en contacto con la piel sana.

Se recomienda extremar los cuidados para evitar pinchazos y heridas accidentales, si bien el SIDA es de bajo riesgo como enfermedad profesional, anualmente se producen un gran número de infecciones por el virus de la hepatitis B.

Las medidas de precaución en caso de producirse un accidente con exposición de sangre y/o fluidos corporales:

En caso de producirse un accidente, la persona que asista deberá colocarse guantes para brindar la atención correspondiente (en caso de no poseer guantes protegerse con una bolsa de polietileno). Una vez finalizada la asistencia se lavará las manos con los guantes puestos (sino son descartables) se los sacará y los depositará en un recipiente con agua y lavandina al 1%; en presencia de coágulos al 2% (la preparación se describe al final del texto).

Acto seguido se procederá al lavado de manos con agua y jabón.

Anticipadamente se tendrá la precaución de colocar una bolsa colectora de polietileno para arrojar dentro de ella los residuos (algodón, gasas, etc.).

Las salpicaduras de sangre deben recogerse con un material absorbente (trapo, paño, aserrín, etc.). El material empapado de sangre se debe introducir en una bolsa de plástico para luego quemarlo o enterrarlo. A continuación la zona se lavará con hipoclorito de sodio al 2% en agua para limpiar la sangre restante.

La ropa que se debe enviar al lavadero y ha sido expuesta a sangre y/o fluidos corporales o excreciones se debe colocar en bolsas dobles (color rojo) debidamente rotuladas de modo que los empleados del lavadero puedan identificar cuando se trate de material infeccioso.

Los elementos contaminados y superficies en contacto con la sangre y otros fluidos corporales deberán ser limpiados rápidamente y desinfectados con una solución de lavandina al 1% (durante 20 minutos).

Enjuagar con agua cualquier vestigio de sangre o diarrea en la ropa, luego realizar el lavado con agua jabonosa tibia y secarla normalmente bajo el sol si es posible. Se puede usar una solución blanqueadora o agua hirviendo pero no es necesario pues el lavado y secado normales matan al virus VIH.

Se usará en todo momento guantes y tratando de no tocar las partes manchadas.

La convivencia en el mismo sitio y la atención de la persona infectada con VIH no implica riesgo de contagio.

No puede propagarse solamente tocando al paciente que sufre de SIDA, ni tampoco a través del aire, mosquitos, piscinas, bebederos, baños, inodoros, escritorios, sillas, lápices, tazas, y otras superficies.

DILUCIÓN DE CLORO

Preparación de lavandina al 1%.

Si se prepara a partir de lavandina comercial 60 grs. /dm. Colocar 16,5cm. De lavandina en un envase opaco de 1lt (ej. Envase amarillo de lavandina) y completar a 1 lt. con agua.

Si se prepara a partir de lavandina comercial 80 gr./dm. colocar 12,5cm de lavandina en un envase opaco de 1 lt. y completar a 1lt con agua.

PREPARACION DE LAVANDINA AL2%

Si se prepara a partir de lavandina comercial 60 gr./dm. Colocar 33cm. de lavandina en un envase opaco de 1lt. y completar a 1lt con agua.

Si se prepara a partir de lavandina comercial 80gm/dm. Colocar 25cm de lavandina en un envase opaco de 1lt. y completar a 1lt con agua.

LOS SIGUIENTES DESINFECTANTES QUÍMICOS SON EFICACES PARA INACTIVAR EL VIH.

LAVANDINA

Una concentración del 1% es suficiente para matar el VIH, con una exposición de 30 minutos. Esta es la sustancia más utilizada debido a su accesibilidad y bajo costo.

AGUA OXIGENADA

Es un enérgico desinfectante que actúa por liberación de oxígeno. La inmersión del material limpio en una solución al 6% proporciona una desinfección intensiva en menos de 5 minutos. La solución al 6% debe prepararse inmediatamente antes de usarla a partir de una solución estabilizada al 30% (1parte de solución y concentrada al 30% y 4 partes de agua hervida). La solución estabilizada y concentrada al 30% debe manejarse y transportarse con cuidado porque es corrosiva. Hay que guardarla en un sitio fresco al abrigo de la luz. El agua oxigenada no debe usarse en un ámbito caluroso. A causa de su poder corrosivo, el agua oxigenada no debe utilizarse con objetos de cobre, aluminio, zinc o latón (10 minutos de contacto).

ALCOHOL ETILICO 70%:

Es un germicida para formas vegetativas de bacterias, microbacterias, hongos y virus tras breves minutos de contacto(10 minutos de contacto). No es eficaz contra esporas bacterianas. Para conseguir la máxima eficacia debe usarse una concentración de 70% (70% de alcohol y 30% de agua) aproximadamente; tanto las concentraciones más altas como las más bajas son menos eficaces.

YODOPOVIDONA

Puede utilizarse en solución acuosa como desinfectante enérgico. La actividad es muy parecida a la de las soluciones de hipoclorito, pero es más estable y menos corrosiva para los metales.

No obstante, no debe usarse sobre aluminio y cobre. A menudo se prepara en forma de solución al 10% (1% de yodo).

Puede utilizarse diluida al 2,5% (una parte de solución al 10% y 3 partes de agua hervida). La inmersión durante 15 minutos en una solución al 2,5% permite hacer una desinfección intensiva del material limpio.

SOLUCIÓN DE FORMALDEHIDO

La solución y los vapores que emite son tóxicos y sumamente irritables, lo que restringe su uso para la desinfección.-

HERIDAS

Herida es una solución de continuidad en los tejidos, producida por un agente traumático.

Las heridas se reconocen por las siguientes características:

- Brecha, con separación de bordes.
- Hemorragia, es decir salida de sangre hacia el exterior desde el fondo o los bordes.
- Impotencia funcional, limitación o incluso anulación de la movilidad de la región afectada.
- Dolor local, que puede ser muy intenso o, por el contrario, prácticamente inexistente.

Mecanismos de producción.

En la definición aparece el término "agente traumático" y ello significa una fuerza violenta transmitida a través de objetos o superficies, los cuales,

atendiendo a sus características, causarán distintas formas de heridas. Así desde un vidrio, o el propio terreno cuando se choca con él, originarán heridas de distintas formas.

Los agentes de bordes cortantes o punzantes originarán heridas abiertas mientras que los objetos o superficies romas (redondeadas) causarán contusiones con mayor frecuencia que heridas abiertas. Por ello depende, además, y de modo muy directo, del factor de violencia, es decir de la fuerza que se trasmite a través del objeto o superficie. Así, estos agentes romos podrán causar, por supuesto, heridas abiertas también.

Clasificación.

Fundamentalmente se clasifican las heridas en a) Abiertas, b) Cerradas.

Las primeras podemos definir las tal como hicimos al referirnos a las heridas en términos generales. Es decir: brecha, hemorragia, impotencia funcional y dolor.

Heridas cerradas, denominadas contusiones, son aquellas en que se mantiene la integridad de la piel, quedando dañados los tejidos subyacentes a ella.

HERIDAS

Clasificación

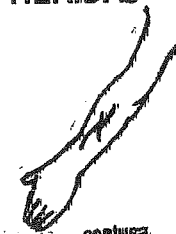
Heridas abiertas	Erosión, contusa, incisa
Heridas cerradas	Fractura abierta, punzante, scalp
	Magullamiento, equimosis, hematoma, contusiones difusas

HERIDAS

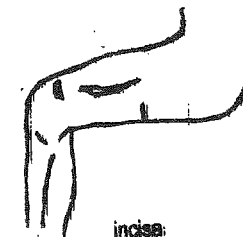
Heridas abiertas



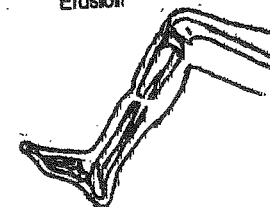
Erosión



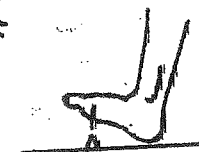
contusa



incisa



Fractura abierta



punzante



scalp

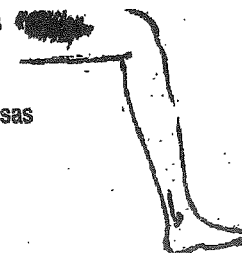
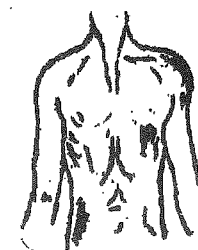
magullamiento

hematoma



equimosis

contusiones difusas



PRIMEROS AUXILIOS Y NORMAS GENERALES EN EL MANEJO DE HERIDAS

Básicamente nuestra conducta se regirá de primera intención siguiendo estos cuatro puntos:

SERENAR NUESTROS ANIMOS, sin dejarse impresionar por lo que "nos parece" mucha sangre, lo cual no siempre significa mucha lesión.

BUSCAR EL LUGAR DE LA HERIDA O HERIDAS desde donde mana la sangre. Dicho lugar puede estar cubierto por cabellos, ropas, o la propia sangre coagulada. La búsqueda se hará en forma minuciosa, cuidadosamente sin ponerse nerviosos.

VALORAR RAPIDAMENTE LA HERIDA de la siguiente forma:

Localización de la misma.

Clasificación del tipo de herida.

Apreciación visual de su profundidad.

Clasificación del tipo de hemorragia.

Comprobación de la existencia o no de otras lesiones.

PRECAUCIONES QUE SE DEBEN ADOPTAR PARA REALIZAR EL TRATAMIENTO DE UNA HERIDA

En caso de heridas superficiales:

Lavar las manos con agua, jabón y cepillo cuidando de llegar a todos los intersticios, en especial, de las uñas. Secar con toalla limpia.

Colocarse los guantes esterilizados o descontaminados.

Utilizar instrumental y elementos necesarios para la curación, lavados y descontaminados con algún antiséptico como el yodopovidona (ej. pinzas tijeras etc.).

Inmovilizar la zona afectada con tablillas, catrín, revistas, etc.

No hablar ni toser sobre la herida, No soplar la herida,

En caso de heridas profundas donde la hemorragia se debe resolver con premura:

1) Colocarse inmediatamente los guantes.

2) Cohibir la hemorragia hasta que llegue el servicio asistencia.

PRIMEROS CUIDADOS EN UNA HERIDA RECIENTE NO MUY PROFUNDA

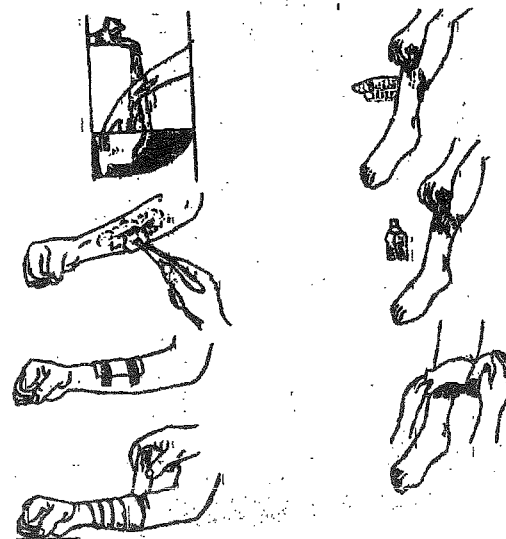
Lavar con agua y jabón.

Poner desinfectante fuera de la herida.

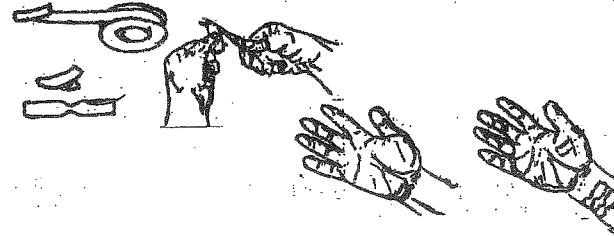
Si la herida es superficial no necesita sutura.

Basta con protegerla de la suciedad y humedad.

Un paño o gasa limpios y una venda, si hay riesgo de que se ensucie.



HERIDAS INCISAS: como cerrarlas



La limpieza es muy importante en la curación de todas las heridas, para que se alivien más pronto y no se infecten.

LAVADOS DE MANOS

**Para curar una herida:
Primero, lávese bien las manos con agua y jabón y luego coloquese guantes.**



HEMORRAGIAS

Hemorragia es la salida más o menos copiosa de sangre proveniente de la rotura accidental o espontánea de los vasos por donde circula.

La hemorragia se produce al lesionarse estructuras que conducen sangre, como son las arterias, venas y capilares, y según el vaso sanguíneo lesionado queda clasificada en:

Arterial
Venosa
Capilar

HEMORRAGIA ARTERIAL

Características

La sangre tiene un color rojo rutilante.

Mana de forma pulsátil es decir sincrónicamente con el pulso del lesionado.

En ocasiones presenta un fuerte chorro constante, a gran presión, propio de las arterias de medio y gran calibre.

La hemorragia arterial suele producir una pérdida rápida y masiva de sangre, esta debe ser reprimida con prontitud.

HEMORRAGIA VENOSA

Características

Color rojo oscuro de la sangre.

La sangre mana lenta y constantemente y no es pulsátil. En ocasiones parece que la herida mana sangre "babeando".

Sé cohibe con facilidad retardando el flujo de la extremidad, esto es elevándola.

La presión directa sobre la herida en la que sangra una vena durante 4 o 5 minutos, suele bastar para detener la hemorragia, armándose un coágulo en la boca sangrante, que no debe ser jamás hurgado.

HEMORRAGIA CAPILAR

Características

Sangrado difuso

Típica de lesiones capilares superficiales, suele detenerse al aplicar presión directa durante 8 o 9 minutos mediante una gasa, pañuelo o toalla limpia.

TIPOS DE HEMORRAGIA

Según la mayor o menor intensidad o cantidad de hemorragia, puede dividirse en:

Leves, cuando la pérdida sanguínea es de 500 c.c. o menor.

Graves, cuando la pérdida sanguínea se encuentra entre los 500 y los 1500c.c.

Muy graves, cuando la pérdida sanguínea es superior a los 3000c.c.

Otro de los factores que incluyen en la mayor o menor gravedad de la hemorragia es, por supuesto, la brusquedad o rapidez de la pérdida. Una pérdida sanguínea de 3000c.c. en una hora será mortal, siempre que no se ponga, pero una pérdida equivalente de 3000c.c. en una semana, por supuesto, no llevará a la muerte ya que el mecanismo de defensa del organismo se encargará de combatir la dilución del volumen sanguíneo con producción de nuevos elementos.

Con respecto a la manifestación de la hemorragia podemos clasificarla en:

Hemorragia externa, cuando la sangre se exterioriza por una herida siendo su diagnóstico "visualizado".

Hemorragia interna, cuando la herida se a producido en el interior del organismo. Este tipo de hemorragia puede ser:

Con salida exterior, que se efectuará por orificios naturales, como pueden ser, nariz, oído, boca, ano, etc.

Sin salida al exterior, no existiendo signos visibles de la misma es decir, sin que podamos ver la sangre exteriorizada.

Ejemplos de hemorragia interna con salida al exterior:

Epitaxis: es la salida de sangre al exterior por el orificio nasal. El paciente deberá permanecer quieto y sentado. Presionar la nariz con los dedos por fuera. Si no se consigue detenerla hemorragia hacer un tapón de gasa estéril, humedecerlo e introducirlo en cada fosa nasal. Dejar afuera un extremo de cada tapón para poder retirarlo fácilmente.

Otorragia: es la salida de sangre al exterior por el conducto auditivo externo. Se debe organizar rápidamente el traslado a un Centro Sanitario.

MÉTODOS PARA COHIBIR LA HEMORRAGIA

Se denomina "hemostasia" al conjunto de procedimientos y métodos destinados a eliminar la hemorragia.

Si existe realmente algo espectacular y decisivo en algunas ocasiones en cuanto al pronóstico, es la aplicación de un método de hemostasia eficaz. En la hemorragia externa estos métodos son sencillos pero deben ser conocidos y decididos sin demora para su pronta aplicación. Pongamos pues atención en la elección del método correcto para cada caso.

APOSITO DE PRESION

Indicación:

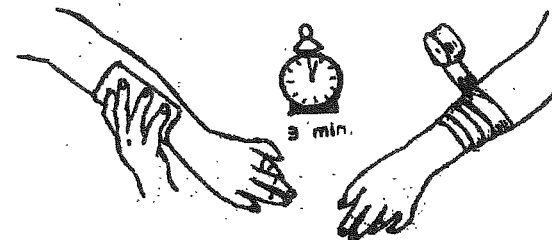
Cuando el sangrado es moderado.

Material

Preferentemente gasas estériles, pañuelo limpio recién planchado, trozo de tela limpia, como ultimo recurso, prenda de vestir

Método:

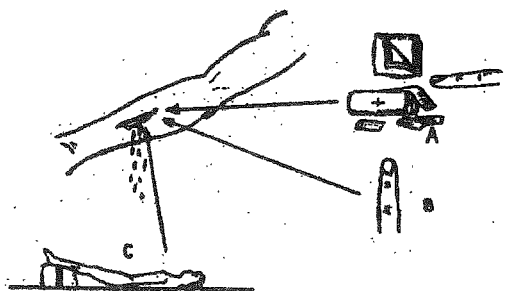
Colocamos un apósito voluminoso, es decir, varias gasas o un par de pañuelos limpios doblados contra el lugar sangrante, sosteniéndolo con la mano y haciendo presión con firmeza. Esperaremos 4 o 5 minutos y si ha cesado la hemorragia colocaremos un vendaje sobre las gasas que han servido para hacer presión, fijándolo con cierta fuerza pero sin ejercer el efecto de un torniquete. Este es el apósito de presión. Si se trata de una extremidad la mantendremos en alto y trataremos de inmovilizarla para facilitar la hemostasia. En caso de que aun persista el sangrado debemos seguir presionando hasta lograr la detención de la hemorragia.



PRESION DIGITAL DIRECTA EN LA HERIDA

Indicación:

Consiste en la aplicación de presión con los dedos sobre la herida. Ya podemos deducir que su indicación será la lesión de una gran arteria que sangra violentamente y es preciso cohibir para evitar el desangramiento rápido. Está pues justificado en las hemorragias arteriales de gran magnitud, y como proceder de extrema urgencia.



Material:

Dedos de la mano, gasa o pañuelo limpio y guantes.

Método:

Si no contamos con un apósito estéril (gasas) o pañuelo limpio, es lícito introducir directamente los dedos o la mano en el interior de la herida que sangra violentamente y ejercer presión con firmeza. No debemos abandonar la presión bajo ningún concepto. Si no resulta posible detener la hemorragia, se debe enviar al centro Hospitalario al enfermo sin parar de hacer presión.

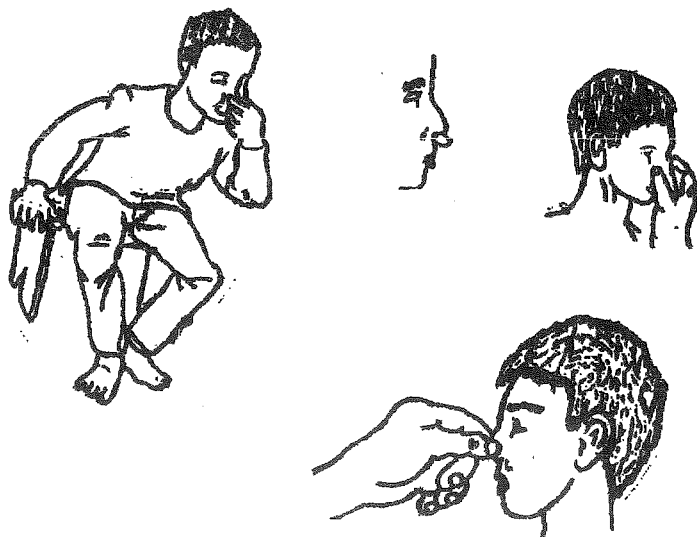
COMO CONTROLAR LA HEMORRAGIA DE UNA HERIDA

- 1) Ponga en alto la parte herida.
- 2) Con un trapo limpio haga presión directamente sobre la herida.
- 3) Mantenga la presión hasta que la sangre se coagule. Puede tardar 15', a veces una hora ó más.



COMO COHIBIR LA HEMORRAGIA NASAL

Siéntese tranquilo, incline la cabeza hacia delante. Apriete las fosas nasales con los dedos durante 10 minutos hasta que deje de sangrar. Mientras tanto respire por la boca.	Si esto no basta para controlar la hemorragia: 3. Ponga tapones de gasa dentro de la nariz, dejando parte por fuera si es posible, primero moje la gasa con agua oxigenada o vaselina
. Entonces apriete nuevamente las fosas nasales por otros 10 minutos más.	4. Deje las gasas puestas por una hora más después que haya sido controlada la hemorragia y entonces quítelos con mucho cuidado.

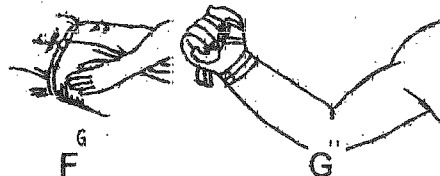
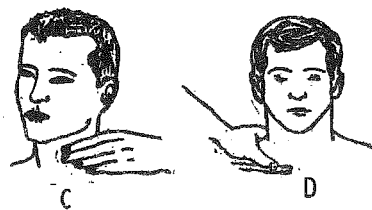


HEMORRAGIAS ARTERIALES PUNTOS DE PRESIÓN: Se contienen las más de las veces mediante una presión sostenida con los dedos en un punto situado entre el sitio de la hemorragia y el corazón, el lugar donde pasa la arteria productora del accidente. De este modo se ocluye la arteria y cesará el flujo en el sitio donde ésta seccionada. Esto es la **presión o compresión digital**, que será más efectiva si se ejerce en sitios donde la arteria queda relativamente cerca de la piel o allí donde pasa o cruza una estructura ósea contra la cual puede ser comprimida. El punto correcto de presión es el que se encuentra mas cerca de la herida.

CUERO CABELLUDO: La hemorragia del cuero cabelludo es por lo general muy abundante. Se debe ejercer presión sobre la arteria temporal, en la sien, en un punto situado justamente frente al oído. Por estar muy extendida la circulación, hay que aplicar presión a ambos lados de la cabeza. FIG B	MEJILLA: Presionar sobre la hendidura existente en el borde del maxilar inferior, a unos dos centímetros y medio o tres del extremo posterior de la mandíbula. Dada la gran circulación, a veces se requiere comprimir en ambos lados. FIG C	HOMBRO AXILA Y PARTE SUPERIOR DEL BRAZO: Colocar el pulgar o los otros dedos en la cavidad que se encuentra inmediatamente detrás de la clavícula y apretarlos con fuerza contra el borde superior de la primera costilla. La presión debe ejercerse hacia abajo, para comprimir la arteria subclavia contra dicha costilla. FIG E
CUELLO Y GARGANTA: Presione sobre la arteria carótida primitiva, aplastándola sobre las vértebras del cuello. Colóquese el dedo pulgar bajo la nuca del paciente y los demás dedos sobre la depresión que se nota al lado mismo de la tráquea, no sobre ella. Inmediatamente se percibirán las pulsaciones de esta gruesa arteria. Comprímase en el sentido que lo harían unas tenazas, ejerciendo presión entre los dedos que están en la parte anterior y el pulgar, que sé allá en la parte posterior, para apretar la arteria contra la vértebra. FIG D	TERCIOS INFERIORES DEL BRAZO Y DE LA MANO: Se debe presionar la arteria humeral, que se encuentra en el punto que pasa a lo largo del lado interno del brazo, entre sus músculos. Colóquese los dedos en la parte inferior del brazo del herido, en el punto medio entre la axila y el codo, con el pulgar sobre el lado de afuera. La arteria se aprieta contra el hueso presionando con fuerza y tratando de atenuar el hueso. FIG F	PALMA DE LA MANO: Cuando la hemorragia procede de la palma de la mano se recomienda colocar sobre ésta un cuerpo duro forrado con gasa, cerrar el puño y vendar FIG G

EXTREMIDADES INFERIORES: Lo que urge es presionar la arteria femoral. El punto donde ésta es más accesible se encuentra en el triángulo femoral, ubicado en una depresión existente en la parte interna del músculo. La presión se ejerce colocando la palma de la mano o el puño sobre la ingle, debajo del sitio donde el muslo se continúa con el tronco.

Las hemorragias ubicadas en la porción inferior de la pierna o en el pie pueden cohibirse comprimiendo la arteria femoral en la parte posterior de la rodilla, en el pliegue que se halla antes de su bifurcación.



VENDAJES

Venda es un trozo de tela de distinto material y dimensión.

Un vendaje es una pieza de material que se usa para envolver una parte del cuerpo. Si bien el material usado es de hilo o gasa etc., se puede, en la emergencia, utilizar paños lavados y planchados debidamente.

Los objetos de la aplicación de vendajes son:

INMOVILIZAR, es decir limitar los movimientos.

PROTEGER, para mantener el estado de limpieza y la NO-CONTAMINACIÓN.

SUJETAR, apósitos.

APLICAR PRESION, con el propósito de controlar la hemorragia.

AUMENTAR, la temperatura de la zona.

PRINCIPIOS GENERALES EN LA CONFECCION DE VENDAJES

No dejar un vendaje suelto. El vendaje después de colocado, a través de los días tiende a aflojarse y se escurre a lo largo del miembro lesionado. El vendaje debe ser ajustado, pero sin apretarlo demasiado, ya que podría interrumpir gravemente la circulación de la sangre.

La venda debe ser aplicada con el miembro en la posición en que será transportado, es decir en su posición funcional, la posición del máximo confort.

Las puntas de los dedos de manos y pies deben estar descubiertos, siempre que sea posible, para observar los cambios de color que se producen una vez colocado el vendaje. En los casos en que se observe una coloración azulada o blanquecina de los dedos, justamente con sensación de hormigueo nuevo, cuidando de no apretarlo demasiado.

Los vendajes deben aplicarse solo en las zonas limpias. Si tienen que ponerse

una herida abierta, antes de hacerlo se cubre la herida con material limpio. Nunca vuelven a usarse los vendajes sucios.

Antes de vendar una parte ósea, esta se cubren con gasas o paños de tal manera que el vendaje no friccioné la zona y produzca una herida. Las superficies de la piel se deben separar para prevenir la fricción

CABESTRILLO

Los cabestrillos están destinados a sostener el miembro superior lesionado.

Distinguimos:

CABESTRILLOS SIMPLES

CABESTRILLO DOBLE

CABESTRILLO

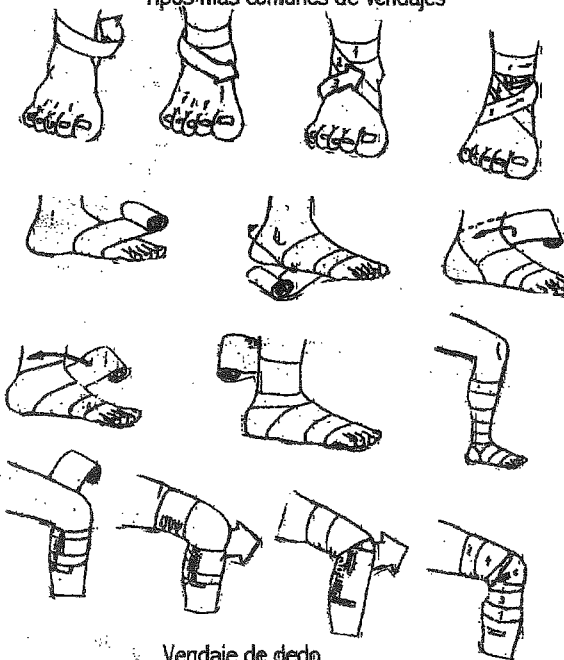


Para la confección de dichos cabestrillos basta tener a mano un pañuelo grande, 1 a 2 corbatas, según el cabestrillo a confeccionar.

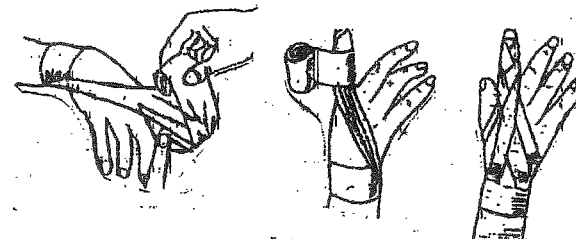
Cuando es imposible improvisar un cabestrillo se puede sujetar el miembro lesionado pasándolo por debajo del cinturón o por la apertura de una camisa o traje.

TIPOS MAS COMUNES DE VENDAJES

Tipos más comunes de vendajes



Vendaje de dedo



FRACTURAS

Se llama fractura a la rotura de alguno de los huesos del cuerpo humano, como consecuencia de golpes, caídas, atropellos, etc.

Las fracturas se llaman cerradas, si no se produce herida visible al exterior, es decir que el foco de fracturas no comunica con el exterior del cuerpo y abiertas cuando al mismo tiempo que se rompe el hueso se produce herida, es decir, la fractura comunica con el exterior del cuerpo.

SIGNOS Y SINTOMAS

Dolor intenso en el sitio lesionado.

Perdida de función del miembro lesionado. Por ejemplo, la persona que a sufrido lesión grave en la pierna y no puede caminar, debe ser considerada como que a sufrido fractura hasta que se compruebe lo contrario.

Deformación en ocasiones de la parte lesionada. Se comparará una zona sana con la parte lesionada para advertir alguna diferencia en forma y longitud.

Hinchazón (tumefacción).

Movilidad anormal. Nunca se intentará reproducir este signo frotando los cabos del hueso, pues se puede ocasionar al accidentado consecuencias muy graves

PROBLEMAS QUE PLANTEAN LAS FRACTURAS

Debe evitarse la excesiva manipulación del accidentado. No hacer más de lo que sea cómodo y tolerable para el paciente. Las maniobras de primeros auxilios en una persona que ha sufrido fractura de un hueso principal, puede convertir un problema simple en otro muy grave.

PRIMEROS AUXILIOS EN CASO DE FRACTURA

FERULIZACION

Los objetivos del tratamiento de primeros auxilios en caso de fractura son:

1) APLICAR ALGUNA FORMA DE PROTECCION O SOSTEN. Cuando se rompe algún hueso, es necesario colocar un apoyo que lo sustituya para impedir mayor lesión de los tejidos que acompañan al hueso roto (piel, mús-

culos, nervios, arterias y venas) y la aparición de otras consecuencias más graves.

Se conoce como "férula" a todo material o artefacto que pueda emplearse para este fin, es decir una tablilla de madera, hierro, cartón, etc., rígida o flexible, que se aplica para mantener en su posición partes móviles o desplazadas, especialmente en el caso de fracturados o luxados.

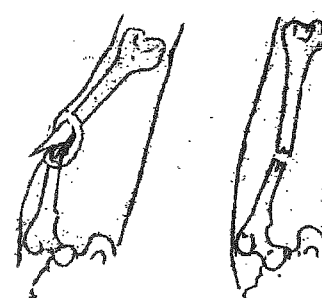
Un miembro lesionado, por ejemplo una pierna, puede ser inmovilizado con la pierna sana y una almohada que se refuerzan en dos o tres puntos por tablillas de madera para estabilizarlos e impedir que se mueva. En caso de que el accidentado presente lesión en la espalda puede emplearse un tablón, una escalera de mano o una puerta.

La finalidad primordial es impedir el movimiento en el sitio de la lesión durante el transporte del paciente.

2) ALIVIAR LA MOLESTIA Y EL DOLOR:

Sé la de procurar que el lesionado éste cómodo en tanto es examinado y durante el transporte.

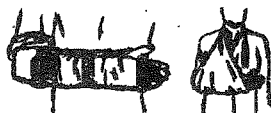
Se procurará que el accidentado no se enfríe. La comodidad y el calor participan de forma importante en la prevención de consecuencias graves, atenúan el dolor y alivian las molestias. Además la persona que auxilia comprobar que no hay hemorragia. En caso de existir ésta, combatirla. Se aconseja voluminosos vendajes compresivos y NUNCA usar torniquetes.



Fractura abierta y fractura cerrada

Entablillado para fracturas del antebrazo y muñeca.	Inmovilización de una fractura de húmero (brazo).	Entablillado de un dedo fracturado
Utilización de los dedos sanos como férula, en caso de lesiones en los dedos.		

Entablillado para fracturas del antebrazo y muñeca.



Inmovilización de una fractura de húmero (brazo).



Entablillado de un dedo fracturado.



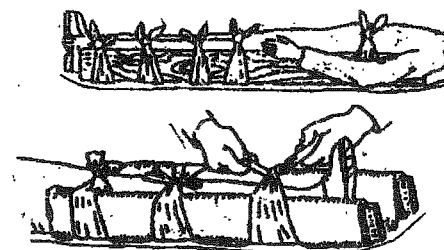
Utilización de los dedos sanos como férula.



Tratamiento de primeros auxilios para las fracturas de fémur.	Inmovilización correcta para una fractura de la columna vertebral..
Inmovilización de una pierna lesionada. En este caso han utilizado dos listones de madera arrollados mediante una sábana, que a su vez, forma una hamaca en la que apoyará el miembro lesionado	Agravamiento de un herido en el transporte. Encorvando su espalda se completa una posible fractura de la columna vertebral Desplazando la cabeza hacia delante se impide que respire bien

Se comprime el pecho.

Tratamiento de primeros auxilios para las fracturas de fémur.



Inmovilización correcta para una fractura de la columna vertebral.



PERDIDA DE CONOCIMIENTO--DESMAYO

Es la inhibición total o parcial del conocimiento.

Se produce como consecuencia de la falta de aporte sanguíneo al cerebro por breve tiempo. El desmayo puede sobrevenir por muchas causas: cansancio, hambre, shock emocional, falta de oxígeno.

SIGNOS Y SINTOMAS

Malestar general
Mareos
Bostezos
Visión borrosa
Sudoración fría
Mancha oscilante
Palidez
Ansiedad
Zumbido de oídos
Pérdida de la estabilidad

Muchas veces estos síntomas alertan a las personas, que por sí solas se apoyan o reclinan sobre algún objeto, o bien se sientan en algún banco, escalón o simplemente en el suelo, para esperar la recuperación del cuadro.

Generalmente los síntomas y signos disminuyen, el paciente se siente mejor y todo pasa.

En caso contrario, el tratamiento a realizar es el siguiente:

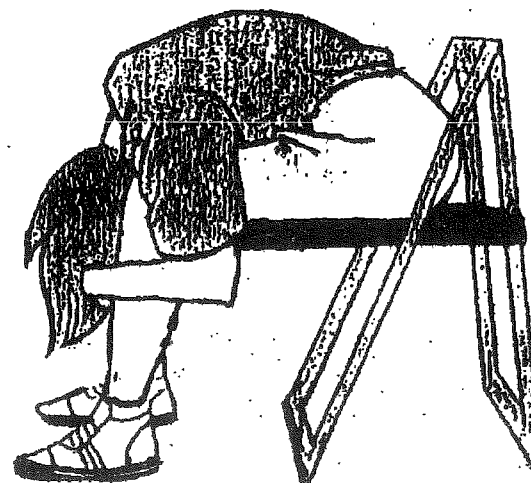
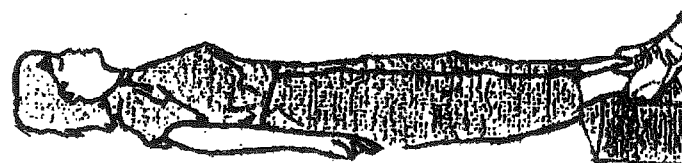
- 1) Acostar al paciente y si es posible elevar las piernas unos 45° del plano horizontal.
- 2) Disponer que las vías respiratorias estén libres (aflojar la ropa).
- 3) Nada por la boca si ésta sin conocimiento. Solo si está consiente le daremos de beber agua azucarada o salada a cucharaditas.
- 4) Tener la cabeza lateralizada pues puede llegar a vomitar, si así fuera limpiar la cavidad bucal con un pañuelo o tela limpia.
- 5) Si es posible, lavar la cara con agua fresca.
- 6) Si el paciente se llega a caer, observar si en su caída se ha producido alguna otra lesión.
- 7) Si la recuperación no es rápida, requerir asistencia médica.

8) Es importante alentar, reconfortarlo y no abandonarlo.

En caso de desfallecimiento sentar a la víctima, colocándole la cabeza entre las piernas y decirle que haga fuerza hacia arriba, el auxiliador pondrá una mano en la cabeza (nuca) y la otra en la frente (para evitar su caída).

TRATAMIENTO DE LOS DESMAYOS

Si se siente mareado, acuéstese con las piernas en lo alto o, si esto no es posible, siéntese con la cabeza apoyada en las rodillas.



CONVULSIONES TRATAMIENTO

*La prioridad consiste en que la víctima no corra riesgo de herirse durante las convulsiones.

*Cuidar que no golpee la cabeza.

*No hay que tratar de reprimir los movimientos convulsivos, hay que dejarlos en libertad.

*Acueste al paciente en el suelo y sosténgale la cabeza de costado para que no se ahogue con la saliva.

*Si el enfermo tiene fiebre, colocar paños fríos en la cabeza.

*Nada por la boca.

*No colocar ningún elemento entre los dientes, ni intentar poner las manos del auxiliador,

*Una vez concluidas las convulsiones colocarla en posición de seguridad.

*Es imprescindible la asistencia del médico, quien debe determinar cual es el origen de las mismas y el tratamiento a seguir.

GOLPE DE CALOR

El golpe de calor es un estado propio de la época de altas temperaturas.

Están más expuestos los niños pequeños, las personas ancianas, los alcohólicos, los obesos.

La persona que sufre de un golpe de calor, comienza con alteraciones en el mecanismo de la transpiración, su temperatura asciende, esto ocurre porque se ha perdido mucha agua y sales a través de la Sudoración.

SIGNOS Y SINTOMAS

La piel se pone roja, caliente y seca. Ya no hay sudor.

Alta temperatura corporal.

Mucha sed.

El pulso es rápido, también su respiración y mucho dolor de cabeza, a veces se tienen zumbidos de oído.

Hay aturdimiento, sensación de sueño, torpeza y se puede llegar a perder la conciencia e incluso tener trastornos visuales. Llamar inmediatamente al medico mientras tanto:

1- Llevarlo a un lugar fresco y sombreado.

2- Desvistalo y póngalo cómodo.

3- Es importante darle de beber agua fresca cada 15' para hidratarlo.

También puede beber jugos cítricos(naranja, limón, mandarina)

4- Realizar masajes en las piernas, en dirección al corazón.

5- No suministrar bebidas alcohólicas

MORDEDURAS DE ANIMALES

PERROS Y GATOS

Aunque la herida no sea importante, el peligro es el contagio de la Rabia. Lave la herida de inmediato con agua de la canilla, para eliminar la saliva del animal.

Después siga lavando la herida durante 5' usando mucho jabón y agua corriente, enjuague con cuidado y cubra con gasa esterilizada. ACUDA AL CENTRO DE SALUD Y CONSULTE AL MEDICO INMEDIATAMENTE. El decidirá que medidas deben tomarse para prevenir LA RABIA y a su vez le indicara la aplicación de la vacuna antitetánica si fuese necesario.

Tratándose de mordeduras de perros o gatos hay que controlar si estaban correctamente vacunados, si es un animal desconocido, es necesario atraparlo para que lo observen en algún instituto antirrábico.

Si hay peligro de rabia, la persona mordida debe vacunarse. LA RABIA ES MORTAL.

SERPIENTE VENENOSA

En nuestro país se han llegado a distinguir cerca de un centenar de especies de ofidios, de las que catorce son venenosas, capaces de inocular su ponzoña al hombre, causar alteraciones o la muerte en pocas horas. Las restantes culebras y boas no son ponzoñosas.

Su distribución es amplísima dentro nuestro territorio, se encuentra tanto en zonas desérticas como húmedas, en montañas como en llanuras.

En áreas selváticas, vírgenes de la acción del hombre, se encuentra aproximadamente un veinte por ciento de ofidios venenosos y un ochenta por ciento de culebras inofensivas.

En áreas cultivadas la proporción es al revés, debido a que en estas zonas hay más disponibilidad de roedores, alimento preferido por los ofidios venenosos.

MEDIDAS PREVENTIVAS

En lugares donde son comunes se procederá usar vestimenta adecuada pantalón de luneta con bocamanga ancha y botas o zapatos borceguíes, prestar debida atención al atravesar bosque, pajonales, y zonas inundadas.

No introducir en forma desaprensiva las manos en huecos, cuevas o nidos.

Precaución al defecar y orinar en campo abierto.

Precaución al levantar o remover troncos caídos o piedras con las manos

Se tendrá especial cuidado al encontrarse en las márgenes de los ríos, arroyos, lagunas, con el propósito de desarrollar tareas recreativas.

Es importante:

Si es posible capturar la serpiente.

Si está viva colocarla en un recipiente de metal con tapa o rosca sujeta con alambre, nunca en bolsas ni frasco.

Si está muerta, basta con llevar la cabeza y el cuello.

FUEGO

Si ocurre un fuego en la casa, salir rápidamente, con la familia, el fuego se extiende con gran rapidez y no hay tiempo que perder, aunque sólo se huelga humo, irse del lugar, si hay que escapar a través del humo, salir gateando ya que cerca del suelo el aire es más respirable, respirar por la nariz, con inhalaciones cortas.

Cerciorarse de que todos los niños en la familia saben cómo abrir las puertas y ventanas para escapar.

Si hay humo en una escalera o pasillo usar otra ruta de escape planeando por anticipado. Enseñarle a los niños en la familia cómo usar el teléfono para dar aviso de incendio, si quedan atrapados. Deben instruírseles que si logran salir traten de conseguir ayuda inmediatamente.

Cerciorarse de que todos en la familia saben cuales son formas más rápidas y seguras para salir de cada una de las habitaciones de la casa. Cerrar las puertas de habitaciones que se deje.

Si ocurre un fuego en la oficina o departamento, salir rápidamente. Muchas personas perecen en un incendio porque no se dan cuenta que el fuego se extiende muy rápido cobrando intensidad en muy poco tiempo.

Si lo sorprende el humo, respirar por la nariz con inhalaciones cortas y salir de la habitación gateando. El aire es más respirable cerca del suelo.

Diríjase hacia las escaleras, no los ascensores. El fuego puede dejar sin corriente a los ascensores. Cerrar todas las puertas y ventanas de la habitación que se deje.

Si está atrapado en una habitación llena de humo, quedarse junto al suelo donde el aire es más respirable. Si es posible, ponerse junto a una ventana para pedir auxilio.

Tantear todas las puertas con la mano. Si la puerta está caliente no abrirla. Si está fría, hacer la prueba: abrirla lentamente quedándose detrás de la puerta. Si se siente calor o presión por la puerta, cerrarla enseguida.

Si no es posible salir, quedarse detrás de una puerta cerrada. Cualquier puerta sirve de pantalla protectora. Buscar una habitación con ventana, y ponerse en la parte de abajo donde el aire es más respirable.

No tratar de extinguir el fuego.

No saltar afuera. Ese salto le ha costado la vida a mucha gente, que de haber esperado unos minutos más, hubieran sido rescatada.

Si hay pánico cerca de la salida principal, no acercarse al tumulto. Una vez fuera, y a salvo, NO VOLVER A ENTRAR. Llamar inmediatamente a los bomberos, usando la alarma de incendio o el teléfono.

¿QUÉ DEBE HACER EL QUE SUFRE UNA QUEMADURA?

No correr. El aire aviva las llamas.

Ni quedarse parado, la combustión produce gases que al ser inhalados irritan las vías respiratorias.

Apagar el fuego de la ropa, echarse al suelo y rodar sobre sí mismo.

¿QUÉ HACER FRENTE A UNA QUEMADURA DE MUCHA EXTENSION?

Apagar el fuego de las ropas.

Cubrir con mantas, sábanas, frazadas, o arrojar agua.

Acostar al quemado y aflojarle las ropas.

No dar ningún medicamento.

No colocar ninguna pomada o producto similar.

Solicitar atención médica inmediata.

Mientras ésta llega, quitar la ropa, lavar con agua y acostar entre sábanas limpias al quemado.^b

¿QUÉ DEBE HACERSE CON UNA QUEMADURA DE Poca EXTENSION?

Lavar con agua corriente, fría y abundante.

No colocar aceites, ni pomadas, ni talco.

No romper las ampollas.

Cubrir la zona quemada con gasas esterilizadas para evitar la contaminación y la consecuente infección.

Acudir de inmediato al médico.

Quando agentes químicos entran en contacto con la piel o mucosas se producen lesiones semejantes a las quemaduras. Dichas quemaduras, sobre todo cuando son por ácido, provocan un dolor agudísimo que persiste largo tiempo, mientras dura la reacción química. El aspecto de esta quemadura es diferente de la térmica, las lesiones superficiales están enrojecidas, siendo su color amarillo, café o negro cuando estas son profundas.

La regla de oro en el manejo inicial de las quemaduras por sustancias químicas es, sin lugar a duda la dilución rápida y abundante con grandes cantidades de agua.

Ello se justifica puesto que el agua proporciona un rápido descenso de la concentración y al mismo tiempo arrastra volúmenes de ácido que están depositados sobre la piel lastimándola, es decir, lava la piel y elimina la causa del daño. Si las ropas del lesionado se hallan empapadas con ácido deben desprenderse estas con precaución y sumergirlo bajo la ducha y debe hacerse con celeridad, pues el tiempo juega un papel importante. Cubriremos la zona quemada con un apósito limpio y lo trasladamos a un centro hospitalario.

Apuntes

[illegible][illegible]

COMUNICACIÓN:

Preguntar, Conversar, Difundir, Comprobar

ASPECTOS DE COMUNICACION	TENER EN CUENTA EN COMUNICACIÓN (al planificar como emisores)
Si pensamos como funciona la comunicación, seguramente, la mejoraremos. Comunicarse es convivir intercambiando mensajes con el propósito de producir algún efecto en los otros y en nosotros.(= Resolver problemas, satisfacer necesidades, influir, persuadir, salir de la incertidumbre, etc.) Generalmente nos comunicamos al hacer otras cosas, por ejemplo: Comprar, ayudar, divertir y otras. La comunicación está incrustada en otras actividades. Hay que organizar y planificar la comunicación: encadenar habilidades, esfuerzos, tiempo y recurso.	Propósito: Definir qué queremos que ocurra. Contenido: Establecer qué queremos decir. Receptor: Definir cómo es, qué piensa, qué hace, cómo se comunica, cuáles son sus necesidades y problemas, las prioridades que tiene y por qué razón nos atenderá o considerará lo que le decimos. Canal: Seleccionar los canales, piezas y maneras posibles y más eficientes. Mensaje: Expresar el contenido adaptándolo a los receptores, en función de los propósitos nuestros y de otros y en el formato de canal. Retroalimentación: Variaciones en las respuestas intercambiadas entre emisores y receptores. INTERFERENCIAS: cuando algún elemento del sistema de comunicación. Funciona mal

LA COMUNICACIÓN ES UNA CUESTION ESTRATEGICA.	
Pasos.	Posición.
☐ Presentación para que se atienda al tema. ☐ Interesar explicando la pertinencia y utilidad. ☐ Crear una actitud favorable a la propuesta mostrándolo como valiosa y posible. Orientar y consolidar las acciones y respuestas.	El componente comunicación es un problema de conducción central. Es necesario tener un plan estratégico y conducirlo según los acontecimientos. Alguien o algunos deben encargarse de la comunicación.

UNA RECETA PARA SALIR DEL PASO.	FRENTE A LAS EMERGENCIAS.
Escriba todas las preguntas y cuestiones que el receptor se haría respecto al tema, a Ud., a las intenciones, ofertas e invitaciones implicadas. Ordene las preguntas y contéstelas. <i>Si llegó acá: usted tiene el contenido más o menos ordenado.</i> Decida cómo hará llegar el contenido a los receptores: Personalmente?, por carta?, volante?, radio?, otro? Busque el punto de vista desde donde conviene presentar el asunto. Considere que respetar a la gente es el principio de una buena comunicación. Haga las cosas con la mayor calidad posible. Comentario: Haga borradores y corrija muchas veces (<i>muestre a otros para que opinen</i>). Parta de este supuesto: <i>comunicarse tiene sus dificultades (son superables)</i>. Siempre queda algo por aclarar y siempre cuesta algo de plata. Interesados en resultados: a la cabeza y al corazón (<i>Ideas y sentimientos para la acción</i>) Y, en lo posible: Positivo y con humor.	A) Vecinos informados y organizados. Con un plan para la familia y la comunidad. B) Necesitamos "comunicarnos con todo". Quiénes se comunican, qué se dicen, cómo lo hacen y para lograr qué cosas. Siempre hay alguien que necesita comunicarse. C) Comunicarnos: <i>Preguntar, Conversar, Difundir, Comprobar</i> D) Organizarnos: (<i>Ordenar los temas a conversar</i>) ☐ Cuáles son y dónde están las amenazas? ☐ Quiénes y qué cosas pueden afectarse? ☐ Con qué y con quiénes contamos? ☐ Qué plan tenemos para antes, durante y después? ☐ Cómo comprobamos que lo estamos haciendo bien? E) Ubicarnos en la organización (<i>¿Quiénes conversamos?</i>) ☐ Quién debe hacer, qué cosa, cuándo, dónde, para quién, con quién, etc.? ☐ Cómo me comunico con esa persona? ☐ Qué hago con lo que me comunican? Resumiendo: Pensar lo que voy a decir. Decirlo breve, claro, ordenado, repetido, comprobado. Avisar de lo hecho, llevar las respuestas, seguir con las cadenas para que todos sepan que pasa.

ORGANIZACIÓN BARRIAL ANTE EMERGENCIAS (O.B.E.)

El Programa Alerta aspira a lograr que cada barrio, integrando a sus vecinos, grupos e instituciones defina una organización operativa para actuar con relación a un desastre.

Cuando hablamos de DESASTRE, este concepto incluye:

ANTES	DURANTE	DESPUES
Estar pre- parados en nuestro escenario de riesgo	atención de la emergencia	Recupera- ción o re- construcción de la comu- nidad

La organización permite estar preparados (antes), atender de una manera efectiva una emergencia (durante) y actuar en la recuperación de las personas- y reconstrucción de los bienes- (después).

CONOCER EL ESCENARIO DE RIESGO

Dentro de nuestro barrio (escenario o territorio) existen: **amenazas** (factores externos, los más comunes son los climáticos) y **vulnerabilidades** (relacionado con las propias dificultades o limitaciones de nuestra comunidad y de las familias).

La combinación de amenazas y vulnerabilidades constituye el **riesgo**, que cuando es un riesgo no controlado se constituye en **desastre**.

Debemos conocer nuestro barrio, relevar sus amenazas y vulnerabilidades y realizar el mapeado de riesgo.

Una comunidad no organizada es más vulnerable. Cuando diferentes actores sociales actúan con intereses contrapuestos dividen a su comunidad y constituyen una *debilidad* frente al desastre.

Una *fortaleza* está dada por una comunidad con alto grado de conciencia de actuar por acuerdo y consenso. No podemos humanamente modificar las amenazas pero podemos incidir en las relaciones sociales para minimizar la vulnerabilidad.

CONFORMAR LA ORGANIZACIÓN.

Existen *diferentes actores sociales* con relación a los desastres:

El Estado, la Iglesia, las organizaciones privadas, las organizaciones de la comunidad y los voluntarios, todos ellos actuando con relación a Defensa Civil.

Encuentro de actores sociales

Debemos lograr un primer nivel de articulación en busca del acuerdo y del consenso donde participemos los voluntarios, Alerta, las instituciones del barrio con la coordinación del Servicio Social Municipal. A esto lo denominamos encuentro de actores sociales, que tiene como objetivo conformar la organización barrial ante emergencias.

Esta se irá construyendo a través del diálogo comunitario, de poner en común saberes y ignorancias, de refor-

zar las redes horizontales, de fortalecer comportamientos y actitudes negociadas entre nuestra visión propia de cómo actuar y la de los otros.

La organización deberá establecer sus canales de comunicación, tomar decisiones y trabajar coordinadamente con el Servicio Social y Defensa Civil.

TRABAJAR EN LA ORGANIZACIÓN.

¿Cuáles serían las tareas a realizar?

- Conocer nuestro mapa de riesgos.
- Difundir nuestra organización en el barrio.
- Organizar grupos de apoyo.
- Releva en una situación de emergencia a nuestra comunidad e informar la situa-

ción global al Servicio Social y a Defensa Civil.

- Releva la situación de las familias afectadas.
- Acordar y profundizar cuando evacuar y en qué instancias.
- Ser expertos con la comunicación con los vecinos, dando mensajes claros y en una comunicación que vuelve.
- Organizar y prever el Ropero Comunitario.
- Organizar y prever el Centro de Alojamiento de Evacuados, en sus áreas de recepción, cocina, depósito e higiene.
- Acompañamiento en las tareas de asistencia a grupos familiares.
- Participar en la evaluación de la actuación en el desastre.