

MANUAL DE AUTO-ORGANIZACIÓN ANTE DESASTRES



Primera edición: 2018

Esta publicación es un proyecto de inSite/ Casa Gallina

Edición: inSite/ Casa Gallina

Coordinación editorial: Josefa Ortega

Textos: Equipo inSite Casa Gallina

Compilación y revisión de textos:

Rodrigo Simancas, Josefa Ortega y Rosa Elba Camacho

Diseño: Laura Macías

Producción: Luis Miguel Leon

Mesa directiva:

Eloísa Haudenschild, **Presidente inSite;**

Michael Krichman, **Director ejecutivo inSite;**

Aimee Servitje, **Presidente inSite/ Casa Gallina;**

Carmen Cuenca, **Directora ejecutiva inSite/ Casa Gallina**

Miembros:

Cathe Burnham, Carmen Cuenca, Rosella Fimbres,

Randy Robbins y Osvaldo Sánchez

Equipo:

Osvaldo Sánchez, Danielle Reo, Susana Pineda, Josefa Ortega,

Rosa Elba Camacho, Violeta Celis, Sergio Olivares, Mariano Arribas,

César Morales, David Hernández, Rodrigo Simancas, Diego Carrasco,

Luis Gómez, Erick Álvarez, Rosario Hernández y Andrés Ramírez

Socios y patronos estratégicos y aliados líderes:

Fundación Panta Rhea, Fundación Haudenschild Garage, Aimée y Roberto Servitje,

Secretaría de Cultura, Fundación Lee, CCubica, Rosella Fimbres, Fundación Glover,

Fundación Jumex, Fundación BBVA Bancomer

Sabino 190 Col. Santa María la Ribera, México 06400

www.insite.org.mx

ISBN en trámite

Impreso y hecho en México

INTRODUCCIÓN

Este libro que tienes entre tus manos es un manual de organización comunitaria ante tres tipos de emergencias que pueden presentarse en nuestra colonia: temblores, explosiones volcánicas y explosiones generadas por errores humanos o negligencia en las instalaciones domésticas de luz y gas.

El contenido del manual comprende descripciones generales sobre las causas científicas y justificaciones de cada una de las emergencias, con el fin de esclarecer posibles mitos que pueden entorpecer la capacidad de respuesta de la comunidad. Posteriormente se exponen recomendaciones para estar preparados de manera permanente ante cada tipo de emergencia, así como estrategias para reaccionar de la mejor manera posible a corto y mediano plazo.



Para que esta información sea de utilidad es importante que la comunidad construya previamente redes solidarias de apoyo mutuo. Conocerse entre vecinos, buscar juntos soluciones a problemas comunes, apoyar a los que necesitan ayuda, así como celebrar juntos, son acciones que fortalecen los vínculos y lazos comunitarios. Recordemos que una comunidad unida es la mejor preparada para reaccionar ante una emergencia o un problema mayor.

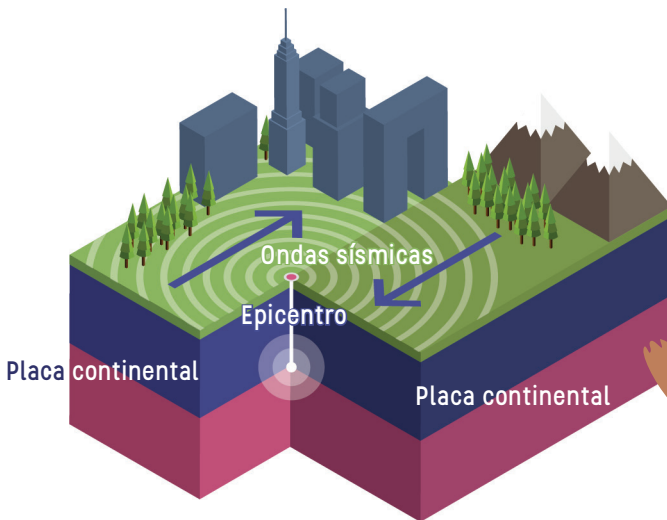
La información disponible en este manual busca ayudar para enfrentar emergencias. Esperamos también que pueda servir como motivación para organizarse entre vecinos y fortalecer redes vecinales como respuesta a la vulnerabilidad social. Acciones cotidianas como simulacros, conformar un directorio y asignar personas responsables ante las diversas necesidades puede ayudar a fortalecer las redes vecinales y estar más preparados ante posibles emergencias.



¿POR QUÉ Y CÓMO OCURREN?

Los **temblores** ocurren cuando las **placas tectónicas** de la Tierra se mueven y se empujan unas con otras. El lugar donde dos placas se unen se llama **falla** y es en éstas donde ocurren la mayoría de los temblores, incluyendo aquellos que dan origen a los volcanes.

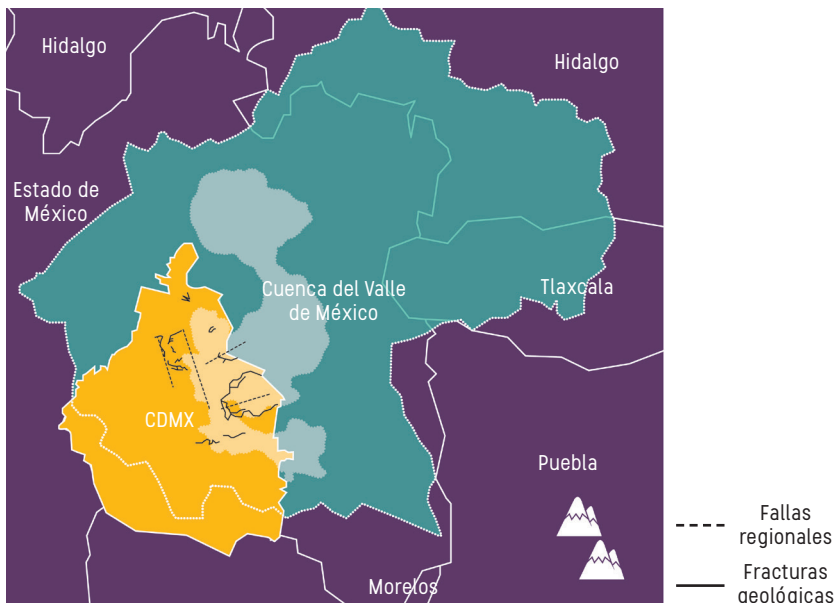
Los temblores fuertes regularmente son seguidos por otros movimientos menores de las placas tectónicas que se conocen como **réplicas**, que pueden ocurrir días o semanas después del temblor inicial. Las réplicas se dan porque las rocas que se hallan en la zona de la ruptura del subsuelo deben acomodarse, un proceso que puede originar a su vez nuevos temblores.



TEMBLORES

¿POR QUÉ OCURRE EN EL CASO DE LA CIUDAD DE MÉXICO?

En la época prehispánica, el **Valle de México** era una zona lacustre, cuyo suelo se formó por la deposición de pequeñas partículas de lodo en el fondo de la **cuenca**. Una vez desecados los lagos, el suelo conserva una consistencia arcillosa, que **amplifica** el impacto de las ondas sísmicas. Por ello las técnicas constructivas en la ciudad tendrían que tomar en cuenta esta característica para asegurar la **resistencia** de los edificios a los sismos. Sin embargo, deficiencias en la cimentación, construcción y en su **mantenimiento**, muchas veces a causa de la falta de seguimiento de las normas por parte de constructores y autoridades, aumentan los riesgos de daños durante un evento de esta naturaleza.



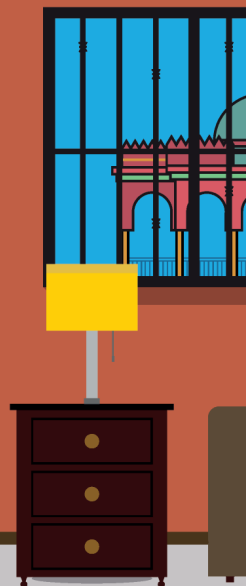
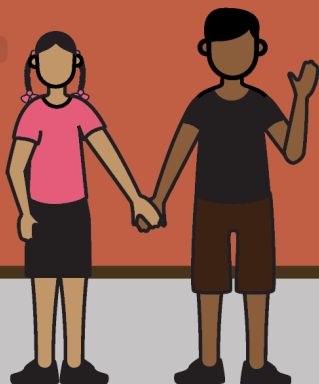
Por eso es muy importante al momento de rentar o comprar un inmueble, solicitar al vendedor o promotor una copia de la **licencia de obras** del mismo, así como revisar periódicamente en nuestros hogares, también cuando se habita el inmueble con anterioridad, —si es posible con ayuda de un profesional (arquitecto, ingeniero, albañil, etc.)— grietas y depósitos de humedad, y examinar el funcionamiento de **instalaciones** eléctricas, de agua y de gas, y detalles como acabados en cancelas de ventanas, puertas y lámparas fijadas al techo. El comprador o arrendatario debe exigir responsabilidades al constructor, promotor o inmobiliaria, por defectos estructurales que aparezcan en la misma (cimentación, soportes, vigas, forjados, muros de carga, etc.).

VIVIENDAS DE NUEVA CONSTRUCCIÓN

Es primordial **conservar** toda la información que se haya facilitado en relación a la adquisición de la vivienda, incluida la publicidad de las ofertas, las condiciones relativas a la construcción, equipamientos e instalaciones y la oferta completa que se incluya en la publicidad. **Todas estas condiciones son exigibles por parte del comprador.**



¿CÓMO PUEDES PREPARARTE ANTE UN SISMO?



Practica **simulacros** con la familia, compañeros de trabajo o estudio, con la finalidad de corregir y mejorar las acciones a realizar en caso de sismo. Haz un **plan con tu familia**, elijan un **lugar** en el que puedan reagruparse después de un sismo: un parque cercano por ejemplo.

Recuerda que una **comunidad integrada** está más preparada para las emergencias.

Fija a la pared los muebles y evita tener **objetos pesados** en lugares altos, especialmente aquellos que puedan caer a la calle, y sujeta bien los objetos que puedan provocar daños al caerse.

Guarda los **productos tóxicos** o inflamables a nivel del suelo y lejos de fuentes de calor, e infórmate cómo **desconectar** la luz, el gas, el agua y otros suministros; designa tanto en casa como en oficina un responsable para hacerlo.



Es necesario que conozcas las **rutas de evacuación** y zonas de seguridad tanto internas como externas de tu domicilio, oficina o escuela*.

Considera que la colocación de muebles y decoraciones puede afectar tu capacidad de respuesta para **desalojar** el lugar donde te encuentres. Para ello verifica que las **puertas y ventanas** puedan abrirse fácilmente sin ningún tipo de "truco", y distribuye los muebles de tal manera que las rutas de evacuación queden despejadas.

Ten las **llaves** de casa visibles y cerca de la salida, ten preparada y a la mano una **mochila de emergencia** que contenga: botiquín de primeros auxilios, linternas, radio de pilas, pilas y algo para comer y beber. También es recomendable una muda de ropa limpia y algunas sábanas o mantas, así como **documentos importantes** de todos los habitantes de la casa.

*Información disponible con tus representantes vecinales o con **Protección Civil**:
Abraham González 67, Juárez, 06600,
Ciudad de México, CDMX 01 55 5683 2222
www.proteccioncivil.cdmx.gob.mx

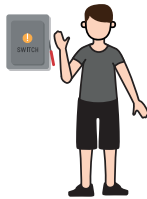
¿QUÉ HACER DURANTE UN SISMO?



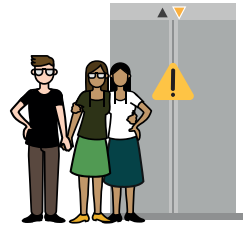
Mantén la **calma** y procede de acuerdo a lo establecido en tu **plan de evacuación***.



Apaga el **fuego** que estás usando: cocina, velas, etc.



Cierra las llaves de paso del gas, luz y agua antes de proceder a evacuar.



No uses elevadores para desalojar un lugar.



Apoya a niños, discapacitados y personas de la tercera edad.



No salgas corriendo, ten especial **cuidado** al cruzar la calle.



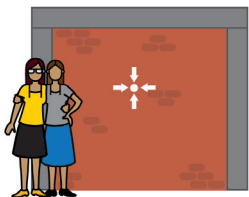
Aléjate de las ventanas, repisas y de cualquier objeto que pueda rodar o caer.

Evacúa ordenadamente, de ser posible lleva contigo la mochila de emergencia que has preparado antes



Ubícate en parques, patios o en cualquier **área abierta** en donde nada te pueda caer encima.

Si vas en **auto o en transporte público** detente donde puedas hacerlo con seguridad y permanece dentro del vehículo, lejos de edificios y puentes.

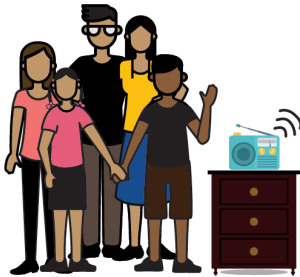


Si no se puede evacuar el lugar, ubícate en las **zonas de seguridad**.

*Consulta el **plan comunitario** ante desastres de la Secretaría de **Protección Civil:**
<https://bit.ly/2B70J7R>

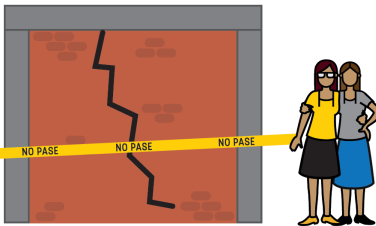


¿QUÉ HACER DESPUÉS DE UN SISMO?



Mantente informado a través de diversas fuentes confiables de radio o internet, ya que puedes recibir noticias y recomendaciones, no propagues rumores infundados. **No satures las redes de comunicación** realizando llamadas largas a tu núcleo cercano de personas.

No enciendas fósforos ni fumes, en caso de necesitarlo utiliza linternas de pilas.



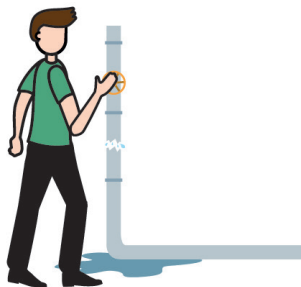
Después de un terremoto fuerte siguen pequeñas **réplicas** que pueden causar destrozos adicionales. Si es posible no ingreses inmediatamente a tu domicilio, mantente alejado de construcciones dañadas y permanece en áreas abiertas.

En caso de estar en una zona dañada, **comprueba si alguien está herido**, si es así, préstale los auxilios necesarios o procura **buscar a alguien capacitado** para hacerlo. Los heridos graves no deben moverse, salvo que tengas conocimientos de cómo hacerlo. En caso de que la situación empeore, ya sea por fuego u otros factores, muévelo con precaución.



No repares de inmediato los desperfectos, excepto si hay **vidrios rotos** o botellas con **sustancias tóxicas** o inflamables.

Comprueba el estado de los conductos de agua, gas y electricidad. Hazlo visualmente y por el olor, nunca pongas en **funcionamiento** algún aparato. Ten cuidado al utilizar agua directamente de los conductos porque puede estar contaminada y ten **precaución** al abrir armarios, algunos objetos pueden haber quedado en posición inestable.



ERUPCIONES VOLCÁNICAS

Las erupciones volcánicas son **explosiones** o emanaciones de lava, ceniza y gases tóxicos desde el interior de la Tierra a través de los **volcanes**. Se producen por el calentamiento del magma que busca salir a través de la corteza terrestre.



A diferencia de otras emergencias, las erupciones volcánicas **no son de corta duración**, por lo que es necesario planificar la respuesta concibiendo diferentes escenarios a **corto y mediano** plazo.

PUNTOS IMPORTANTES A CONSIDERAR ANTE UNA ERUPCIÓN VOLCÁNICA:

OBTENER LA INFORMACIÓN ADECUADA

Es recomendable que entre toda la comunidad se promueva y concrete la conformación de un **comité de emergencias**, que será el encargado, con ayuda de todos, de hablar con los representantes locales del **CENAPRED** (Centro Nacional de Prevención de Desastres) y de Protección Civil acerca de los antecedentes locales de erupciones, y si conocen la existencia de **mapas de riesgo**, para que de ese modo la comunidad logre identificar el tipo de problemáticas a las que se enfrentarían según su ubicación.

VOLCANES ACTIVOS EN MÉXICO

Ubicados en la península de Baja California, noroeste de México e Islas Mexicanas:

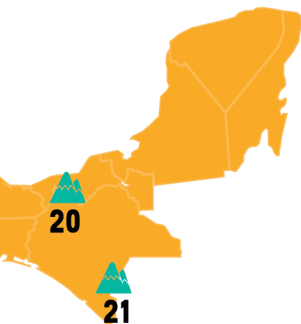
1. Pinacate
2. Tres Vírgenes
3. Bárcena
4. Socorro

Ubicados al Oeste y centro de México:

5. Sangangüey
6. Ceboruco
7. La Primavera
8. Colima
9. Parícutín
10. El Jorullo
11. Amealco
12. Jocotitlán
13. Nevado de Toluca
14. Chichinautzin
15. Popocatepetl
16. La Malinche
17. Los Hornos
18. Pico de Orizaba
19. San Martín

Ubicados al Sur de México

20. El Chichón
21. Tacaná



¿QUÉ ES UN MAPA DE RIESGO?

Los mapas de riesgo determinan el grado de **exposición** de las personas, actividades económicas e infraestructuras de un territorio, a ciertos peligros naturales, como son inundaciones, deslizamientos, sequías temporales, sismicidad, vulcanismo, etc.

También existen los mapas **comunitarios** de riesgo que son una herramienta específica enfocada en representar las características locales de una comunidad, un barrio o un sector, con información referente a los peligros y **vulnerabilidades** existentes. Este tipo de mapas incluyen también los recursos disponibles con los que cuenta la comunidad para hacer frente a la ocurrencia de fenómenos naturales como los que se manejan en los mapas de riesgo.

Los mapas comunitarios de riesgo sirven para:

Analizar las vulnerabilidades de los integrantes y elementos de la comunidad susceptibles a sufrir daños ante la ocurrencia de un evento adverso.



Identificar **actores** y responsabilidades.

Formular el **cronograma** para coordinar con las autoridades correspondientes las actividades necesarias para reducir el riesgo en la comunidad.





Identificar y **ubicar los recursos** con los que se cuenta.

Brindar herramientas para tomar **decisiones** y emprender **acciones** que ayuden a reducir el riesgo y a actuar durante la eventualidad.



Identificar **los peligros** a los que está expuesta la comunidad.



Reconocer el entorno que se habita y sus características.



DETERMINAR SITUACIONES HIPOTÉTICAS Y PLANES PARA CASOS DE EMERGENCIA

Durante la planificación no debe olvidarse considerar que algunos servicios como electricidad, telecomunicaciones y agua pueden interrumpirse, por lo que es importante contar con un **kit de emergencia**.

KIT PARA EMERGENCIA ANTE ERUPCIONES VOLCÁNICAS



Gorras



Botiquín de primeros auxilios
(Con especial atención en las
medicinas que algún miembro
de la familia use cotidianamente).



Cubre bocas o
mascarillas para
boca y nariz.



Linterna

Gafas



Velas



Radio



Reserva
de agua
potable



Cargadores
y Pilas



Alimentos no
perecederos
y enlatados
para 8 días

NIVELES DE ALERTA VOLCÁNICA

Desde el Centro Nacional de Prevención de Desastres **CENAPRED**, constantemente se monitorean los volcanes activos de México. En su página de internet se puede consultar el **Monitoreo Volcánico**, así como los reportes hidrometeorológico y sísmico. <https://www.gob.mx/cenapred>

SEMÁFORO DE ALERTA VOLCÁNICA



Recuerda: Es importante mantenerse informado sobre las **medidas** pertinentes según la etapa de la emergencia.



CUIDADOS ESPECÍFICOS ANTE LA CAÍDA DE CENIZA

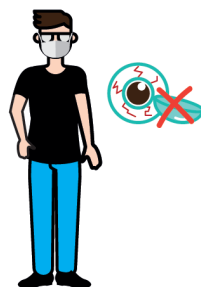
La **ceniza volcánica** es el residuo que se produce cuando una erupción está a punto de ocurrir o está ocurriendo. Dependiendo del tamaño del volcán y la intensidad de la **erupción**, la ceniza volcánica puede afectar a distintos niveles: desde tapar coladeras y afectar a las **vías respiratorias** de las personas y animales, hasta provocar un descenso de las temperaturas en todo el mundo. Por ello, ante la caída de ceniza es importante que tomes en cuenta las siguientes recomendaciones:



Evita el uso de **lentes de contacto**, pues estos pueden generar una abrasión en la córnea.



Procura mantenerte en **lugares cerrados**.



Usa **cubrebocas** en todo momento.

Revisa las recomendaciones de protección civil del **CENAPRED** respecto a la realización de actividades físicas al aire libre.



Asegura el consumo de **agua potable**. Si el agua se encuentra con ceniza volcánica, deja que ésta se **asiente** antes de consumirla.

La ceniza puede producir que se tape el **drenaje** y las tuberías. Es importante **barrer** la calle, **banquetas** y techos constantemente para evitar que esto suceda.



Asegúrate que los **alimentos** que consumes no procedan del lugar de la explosión, para evitar que estén **contaminados**.

POSIBLE ESCENARIO ANTE ERUPCIÓN DEL POPOCATÉPETL

En la **Ciudad de México** puede haber afectaciones por la cercanía con el **volcán Popocatepetl**. El análisis histórico de la actividad de este volcán en los últimos 500 años permite identificar 13 episodios de actividad con nivel y características similares al actual, el último de los cuales tuvo lugar en el período 1919–1927.

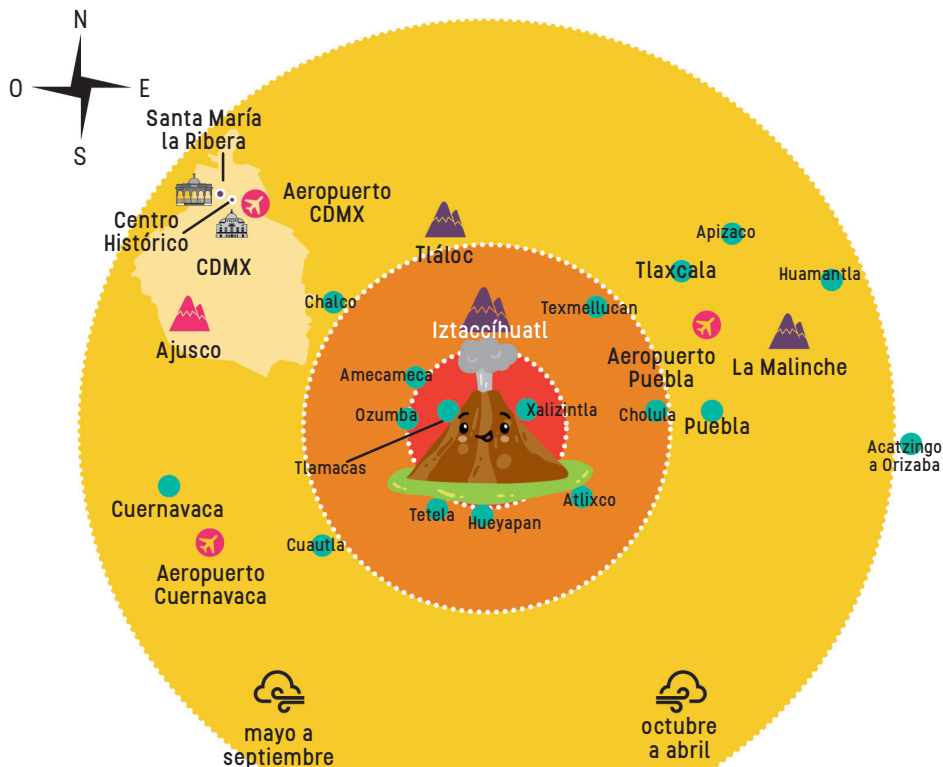
Las emisiones de ceniza que se producen dentro del rango de intensidad de la actividad actual **no se consideran un peligro** para la seguridad de la población que habita alrededor del volcán y menos aún la de las grandes ciudades que se encuentran a varias decenas de kilómetros de distancia.

En el poco probable caso de que la **actividad del volcán Popocatepetl** evolucione a una **erupción de mayores proporciones**, se espera que se presenten algunas manifestaciones precursoras que puedan ser detectadas por sistemas de **monitoreo** antes de que se desarrolle una actividad altamente explosiva, y con la anticipación suficiente para permitir a los sistemas de **Protección Civil** tomar medidas preventivas.

En el siguiente mapa, podrás localizar **las áreas y niveles de riesgo** referentes al volcán Popocatepetl. Debemos tomar en cuenta que la colonia **Santa María La Ribera** se ubica aproximadamente a 100 kilómetros de distancia, por lo que la afectación principal sería la **caída de ceniza**.



ZONA DE DISPERSIÓN DE CENIZA DEL VOLCÁN POPOCATÉPETL



ÁREA 1

Podría ser afectada por la caída de cantidades importantes de ceniza, arena y pómez, cuyas acumulaciones alcanzarían varios centímetros, en caso de erupciones pequeñas, y hasta varios metros en erupciones muy grandes

ÁREA 2

Caída moderada de ceniza, arena y pómez. Puede formar una capa de polvo con espesor de hasta 1mm en erupciones pequeñas y hasta de 1m en erupciones grandes

ÁREA 3

Zona menos afectada por caída de ceniza, arena y pómez. En erupciones pequeñas no habría caída de estos materiales. Sin embargo en erupciones grandes, se pueden acumular decenas de centímetros

EXPLOSIONES POR FALLAS Y MAL USO DE SERVICIOS

Una **explosión** es una combustión muy rápida en la que se libera un gran volumen de **gases**, que al expandirse provocan una liberación violenta de energía. Esto produce un incremento rápido de la **presión** con desprendimiento de calor, luz y gases.

INSTALACIONES DE GAS

El **Gas Licuado del Petróleo (GLP)** tiene diversos usos en la vida cotidiana: doméstico, comercial, industrial, y como combustible carburante. Es inodoro, por lo que se le suministra un gas denominado **Metil Mercaptano** (tóxico, incoloro e inflamable) con un olor repulsivo y característico para que las personas lo identifiquen de inmediato.

Si vas a salir de tu casa o cerrar tu negocio, verifica que las **llaves** de los aparatos como estufa, calentador de agua (boiler) o calefactor estén cerradas; en caso de contar con **pilotos** y que éstos se encuentren encendidos, **cierra las válvulas** del cilindro o válvulas de paso.



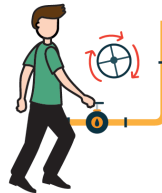
EN CASO DE DETECTAR ALGÚN OLOR A GAS O FUGAS:

Apaga inmediatamente **cigarrillos** y otras fuentes de ignición (flama o chispa).



No enciendas las luces, ni uses teléfonos, celulares, radios de comunicación u otros **aparatos electrónicos**, ya que su funcionamiento genera chispas imperceptibles que pueden ocasionar una ignición o explosión.

Cierra la válvula de la fuente de suministro de **Gas L.P.** ya sea del tanque estacionario o del cilindro (girá en el sentido de las manecillas del reloj).



Abre **puertas y ventanas** para que el lugar se ventile. **Evacúa** el área como medida precautoria.

Por ningún motivo debes regresar al área hasta que las **autoridades** te indiquen que es seguro hacerlo.



Llama y/o reporta de inmediato a los **teléfonos** de supresión de fugas, **bomberos** (911) o **Protección Civil** de tu localidad (56831154, 56832222).

RECOMENDACIONES Y MEDIDAS PREVENTIVAS DE PROTECCIÓN CIVIL PARA USO Y MANEJO DEL GAS L.P.

Rechaza aquellos cilindros portátiles que presenten las siguientes condiciones:

corroídos de cualquier parte del cuerpo, con abolladuras o golpes, **reparados**, con soldaduras que no provienen de fábrica o hechizos, con la base deforme o corroída, **sin cabezal** que proteja a la válvula, con el **maneral roto** (para cerrar/abrir la válvula) o desprovisto de éste, **con fugas**.

Es importante **sustituir** los elementos de la instalación como tubos o regulador si están **dañados**, doblados y/o a punto de quebrarse como el pictel.

Con agua jabonosa, cerciérate que **no haya fugas** en la instalación: tuberías de cobre, pictel, manguera, coflex regulador, conexiones, etc. Si burbujea, hay fuga

Evita colocar **material combustible** encima o junto a estos: bolsas de plástico, trapos, cajas, etc.



Para las instalaciones de Gas L.P. no deben usarse por ningún motivo **mangueras de plástico**. En su lugar se recomiendan mangueras coflex específicas para gas, o bien tubería de cobre.

Los **cilindros portátiles** siempre deben colocarse en **lugares abiertos y ventilados** (nunca en lugares confinados).

→
MÍNIMO 3 MTS ENTRE
APARATOS Y TANQUE



Coloca **cinta teflón** en las conexiones para evitar fugas.

Los cilindros deben colocarse en una **base firme** y a **3 metros de distancia** de los aparatos conectados, como estufas, quemadores, calentadores, etc.

TANQUES ESTACIONARIOS

Por seguridad se deben cambiar al menos cada **5 años** las válvulas principales de llenado, desfogue, alivio, etc.

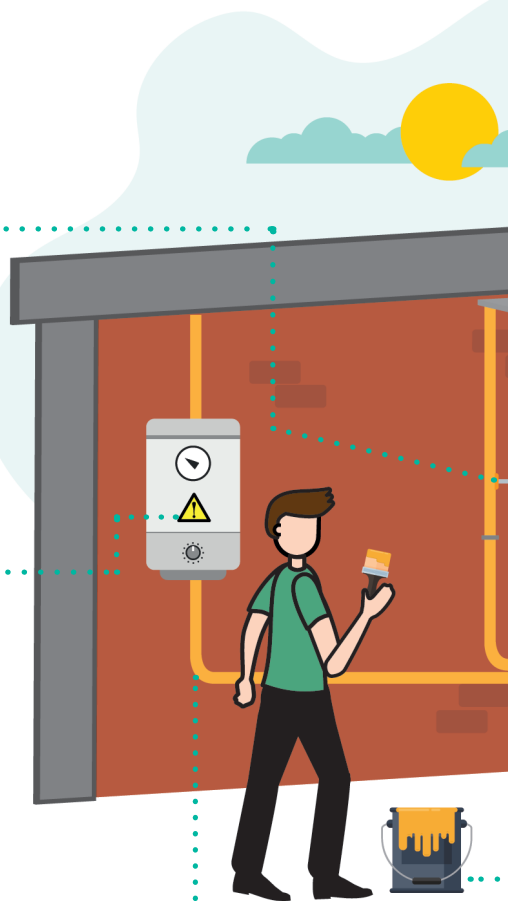
Si la llama del “piloto” de la estufa o el calentador repetidamente se apaga o es complicado encenderla, puede tener un **problema de seguridad**. No trates de arreglarlo, contacta a un técnico calificado para hacerlo.

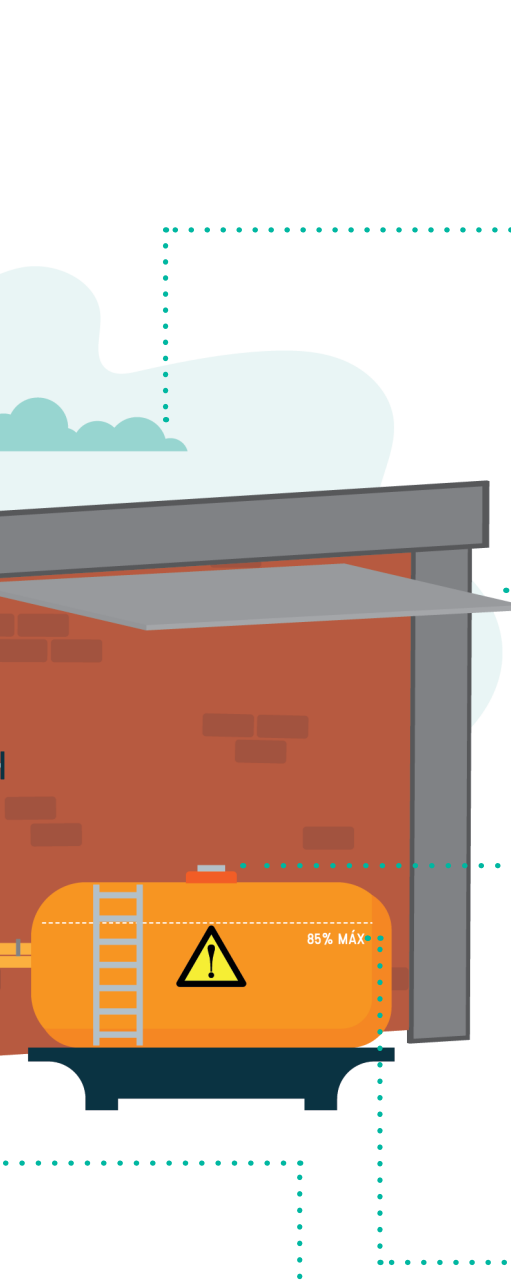


La **vida útil** de los tanques estacionarios con mantenimiento continuo y adecuado es de 20 años.

Comprueba regularmente que no haya **fugas** en las conexiones y válvulas de la instalación; puedes detectarlas mediante la aplicación de **agua jabonosa**.

Coloca las **tuberías** de suministro en lugares visibles e identificalos con el color que indica la norma (**amarillo**).





Los tanques se deben colocar en lugares altos y **ventilados** como azoteas (no lugares confinados), y por ningún motivo a nivel del suelo. Siempre deben estar alejados de las líneas de electricidad.

Preferentemente **protege** el tanque de elementos de erosión a la intemperie como **sol o lluvia**.

No obstruyas la **válvula** con pasta de jabón u otro elemento y si tiene fuga repórtalo a la compañía de Gas L.P., servicio de supresión de fugas, bomberos o protección civil local.

No intentes modificar o reparar válvulas, reguladores, conexiones u otros accesorios de estufas y demás aparatos, así como cilindros o tanques estacionarios. Contacta a un **técnico calificado**.

Cuando te suministren gas no debe excederse del **85%** de la capacidad del tanque.

Da mantenimiento continuo a la **pintura** del tanque.

EXPLOSIONES POR FALLAS ELÉCTRICAS

Los **aparatos eléctricos** también son causantes de fuga. Cuando notamos que algunos se calientan sin razón aparente significa que el **material** usado en su fabricación ha perdido su aislamiento y está dejando pasar a tierra parte del **flujo eléctrico**. Esto sucede comúnmente en productos de mala calidad.

INSTALACIONES DEFICIENTES



Cercanía al agua o lugares húmedos



Instalaciones expuestas



“Diablitos”



Falta de mantenimiento en las instalaciones

CONSEJOS PARA REDUCIR EL RIESGO DE EXPLOSIONES POR FALLAS ELÉCTRICAS:

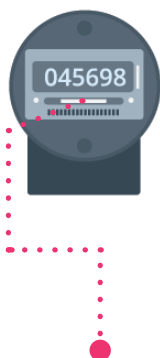
No **sobrecargues** los enchufes con demasiados aparatos. Ten cuidado especialmente con los de **mucho consumo**, como radiadores, planchas, lavadoras, etc.

Empotra los **hilos eléctricos** y evita improvisar empalmes.

Utiliza sólo **fusibles calibrados** y adecuados a su instalación.

PASOS PARA DETECTAR FUGAS ELÉCTRICAS

Apaga todas las luces y desconecta todos los aparatos eléctricos. Verifica si circula corriente de cualquiera de estas dos formas:



Observando el **disco del medidor**. Si gira indica que hay consumo de energía eléctrica



Puedes también usar un **amperímetro** para verificar el valor de corriente

En caso de no haber **lectura** en el amperímetro o que el disco **se detenga**, reconecta los aparatos sin encender ninguna lámpara y **verifica** nuevamente el amperímetro o el disco del medidor. Si circula corriente, desconecta uno por uno los **aparatos** hasta encontrar el de la falla.



DIRECTORIO DE CONTACTOS DE EMERGENCIA



Instancia	Teléfono	Sitio Web
CENAPRED	01 55 5683 2222	www.gob.mx/cenapred
Protección Civil CDMX	(55) 56157970	www.proteccioncivil.gob.mx
Profeco	5568 8722	www.gob.mx/profeco
Numero nacional de emergencias (Bomberos, Cruz Roja y Policía)	911	www.gob.mx/911
Cruz Roja	1084 4528	www.cruzrojamexicana.org.mx

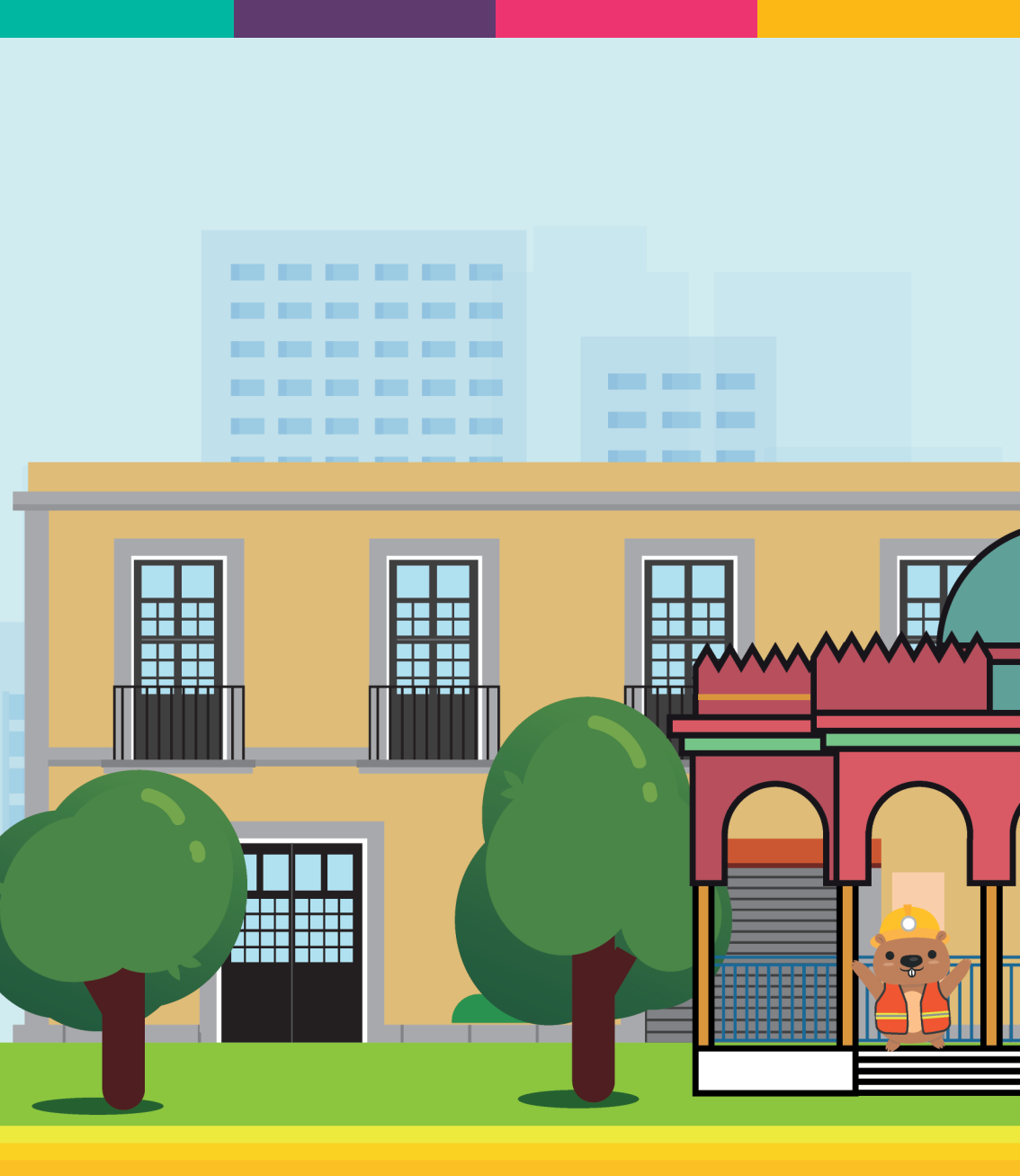
RECURSOS

ÚTILES PARA CONSULTAR

Nombre	Descripción	Enlace
Manual de protección civil del CENAPRED	Manual oficial del CENAPRED de reacción ante desastres	www.cenapred.gob.mx/es/Publicaciones/archivos/293-MANUALDEPROTECCIN_CIVIL.PDF
Curso de primeros auxilios de la Cruz Roja	Oferta de la Cruz Roja de cursos de primeros auxilios	www.cruzroja mexicana.org.mx/cursos-primeros-auxilios
Curso de primeros auxilios de la UNAM	Oferta de la UNAM de curso de primeros auxilios	www.eneo.unam.mx/educacioncontinua/curso-de-primeros-auxilios.php
Atlas Nacional de Riesgos	Es un sistema que permite la visualización de las condiciones en tiempo presente de los fenómenos de origen natural que afectan el país.	www.atlasnacionalderiesgos.gob.mx/archivo/visor-capas.html
Guía práctica de simulacros de evacuación de inmuebles	Estrategias y consejos para realizar evacuaciones de inmuebles de diversos tipos.	www.aguascalientes.gob.mx/segob/proteccioncivil/docs/simulacros.pdf

Nombre	Descripción	Enlace
Infoactivismo	<p>Página dedicada a promover el uso estratégico y seguro de la tecnología digital para estimular la participación ciudadana en acciones cívicas. Tras el sismo del 19 de septiembre de 2017 ofrecieron distintas herramientas de intercomunicación y de seguimiento.</p>	<p>www.infoactivismo.org</p>
Codeando México	<p>Herramientas digitales que sirven para que una comunidad con un objetivo en común pueda organizarse de manera práctica. Tras el sismo del 19 de septiembre de 2017 sirvieron para organizar y canalizar el esfuerzo ciudadano para la reconstrucción de distintos lugares.</p>	<p>www.codeando-mexico.org</p>
Nosotrxs	<p>Red de voluntarios de distintas partes del país enfocada en el apoyo mutuo.</p>	<p>www.nosotrxs.org</p>

Nombre	Descripción	Enlace
Contra la corrupción	Asociación civil dedicada a prevenir, denunciar, sancionar y erradicar la corrupción e impunidad sistémicas que prevalecen en los sistemas público y privado de nuestro país.	www.contralacorrupcion.mx/aviso-mi-edificio
Oxfam México	Organización internacional dedicada a estimular la acción y sensibilización de la ciudadanía ante diversos tipos de injusticias. Tras el sismo del 19 de septiembre del 2017, organizaron acciones humanitarias en las zonas afectadas, así como seguimiento ciudadano a las acciones gubernamentales para la reconstrucción.	www.oxfamMexico.org/quienes_somos
Uso doméstico de gas LP	Recomendaciones del cuerpo de bomberos para el uso doméstico de gas L.P.	www.bomberos.cdmx.gob.mx/precauciones-seguir-en-el-uso-domestico-de-gas-lp



inSite

Casa Gallina México