



Consultoría Técnica de Prevención de Riesgos Laborales y Eficiencia Energética

# PLAN DE EMERGENCIAS

## HAYA REAL ESTATE



**Avenida Cabo de Gata, 23**

**04007 Almería**

## INDICE

OBJETO .....	4
ELABORACION Y REVISIONES DE LAS MEDIDAS DE EMERGENCIA.....	4
ACTUALIZACIONES .....	4
ALCANCE.....	5
DESCRIPCION DEL CENTRO DE TRABAJO.....	11
MEDIOS DISPONIBLES PARA EMERGENCIAS .....	12
IDENTIFICACION Y CLASIFICACION DE LAS EMERGENCIAS .....	16
PROCEDIMIENTO DE ACTUACION ANTE EMERGENCIAS.....	20
IMPLANTACION DE LAS MEDIDAS DE EMERGENCIA.....	25
ANEXO I .....	26
DIRECTORIO DE COMUNICACIÓN .....	26
ANEXO II .....	29
USO Y MANEJO DE EXTINTOR Y BIES.....	29
USO Y MANEJO DE EXTINTOR .....	30
USO Y MANEJO BIES .....	33
ANEXO III .....	33
EVACUACION CON PERSONAS DE MOVILIDAD REDUCIDA .....	33
ANEXO IV .....	38
ACTUACION ANTE AVISO DE BOMBA.....	38
ANEXO V .....	41
ACTUACION ANTE EMERGENCIA MÉDICA .....	41
ANEXO VI .....	61
SECUENCIA BASICA DE ACTUACION.....	61
ANEXO VII .....	64
PUNTO DE ENCUENTRO .....	64
ANEXO VIII .....	66
PLANOS DEL EDIFICIO.....	66

	<b>PLAN DE EMERGENCIAS HAYA REAL ESTATE</b>	DLL-EM-001
		DICIEMBRE 2018
		REV 01
		Página 3

REALIZADO POR:	APROBADO POR:
 <p>Irene García Llorente Técnico Superior Prevención Riesgos Laborales</p>	

## OBJETO

El presente documento se realiza para dar cumplimiento al artículo 20 de la Ley 31/95 de Prevención de Riesgos Laborales, por el cual: “... *el empresario deberá analizar las posibles situaciones de emergencia y adoptar las medidas necesarias en materia de primeros auxilios, lucha contra incendios y evacuación de los trabajadores*”.

Este documento tiene por objeto establecer y planificar las medidas de emergencia a implantar en la empresa **HAYA REAL ESTATE**, ubicada en la **Avenida del Cabo de Gata, 23 en Almería**, ante emergencias previsibles.

La planificación de las medidas de emergencia pretende establecer una serie de secuencias de actuación y de medidas a adoptar en el caso de que se produzca una situación de emergencia en el centro de trabajo.

Este plan de medidas de emergencia es un documento vivo susceptible de modificaciones siempre y cuando cambien las condiciones estructurales, personales o de organización que se indican en el mismo.

## ELABORACION Y REVISIONES DE LAS MEDIDAS DE EMERGENCIA

En caso de ser necesario se podrán realizar tantas modificaciones como se necesiten bien por cambio en las condiciones estructurales, personales o de organización.

### ACTUALIZACIONES

Número	Fecha	Motivo de la actualización	Observaciones
00	Septiembre 2015		Documento Inicial
01	Noviembre 2016	Actualización brigadas y nomenclatura de planos	
02	Septiembre 2017	Actualización brigadas	
03	Noviembre 2018	Actualización brigadas	

## ALCANCE

El objeto de este informe es establecer el soporte documental de las actuaciones y procedimientos de seguridad a realizar ante las posibles situaciones de emergencia que los trabajadores puedan encontrar en el Centro de Trabajo en general.

No tiene el alcance del Manual de Autoprotección que regula el Real Decreto 393/2007, de 23 de marzo, por el que se aprueba la Norma Básica de Autoprotección, ni la O.M. de 29 de noviembre de 1984, ni el de los planes de emergencia para establecimientos públicos o los planes de evacuación obligatorios en centros de educación dependientes del M.E.C.

Tampoco pretende el presente informe, salvo en lo referente al procedimiento de evacuación, elaborar las pautas de actuación para las situaciones de emergencias derivadas de accidentes mayores (derrames de productos químicos, escapes de productos tóxicos o radioactivos...), ni en lo referido a catástrofes naturales en general (terremotos, inundaciones,...).

El alcance de este informe está referido a las instalaciones de la empresa **HAYA REAL ESTATE**, ubicada en **la Avenida del Cabo de Gata, 23 en Almería**.

Este Plan de Emergencia pretende alcanzar los siguientes objetivos:

En una primera fase (fase de prevención):

- Conocer por parte de todo el personal su entorno de trabajo y las partes comunes del edificio.
- Concienciar y formar a todo el personal del edificio, para que evite, dentro de sus posibilidades, los riesgos que puedan motivar situaciones de emergencia y cómo actuar ante éstas.
- Conocer los riesgos a que está sometido el edificio y los medios de protección con que cuenta para hacerles frente.
- Tratar de impedir que se produzca la emergencia, mediante la aplicación de medidas preventivas.
- Garantizar el funcionamiento de todos los medios de protección.

	<b>PLAN DE EMERGENCIAS HAYA REAL ESTATE</b>	DLL-EM-001
		DICIEMBRE 2018
		REV 01
		Página 6

En una segunda fase (fase de reacción):

- Dar la alarma, de forma rápida, para activar el plan y poner en marcha la organización de emergencia.
- Combatir el siniestro en su fase inicial para limitar su alcance y volumen, minimizando sus consecuencias.
- Comunicar la situación al personal del edificio, comunicándole lo ocurrido.
- Organizar la evacuación de personas a zonas seguras, previamente determinadas.
- Prestar una primera ayuda a las posibles víctimas.
- Proporcionar la información necesaria a familiares y a los medios de comunicación.

En una tercera fase (fase de vuelta a la normalidad):

- Cooperar con los servicios públicos y organismos oficiales en todas las medidas conducentes al restablecimiento de la normalidad.

## **ADVERTENCIA**

La organización de emergencia no tiene por objeto sustituir a los Servicios Públicos (Bomberos, Fuerzas y Cuerpos de Seguridad, etc.) sino realizar las acciones más inmediatas para minimizar los efectos de una emergencia hasta que lleguen éstos.

La toma de datos para elaborar estas Medidas de Emergencia se ha realizado en la visita al centro de trabajo el día 15/09/2015 por el técnico de prevención:

Dña. IRENE GARCIA de la empresa DELAMA&LLORENTE, S.L

Los riesgos detectados en el presente informe se basan en las observaciones realizadas por el técnico en el momento de la visita y la información facilitada por los responsables del centro, y únicamente reflejan las condiciones laborales existentes en el momento de la visita.

La elaboración del presente Plan no es un fin en sí mismo, sino que es el comienzo de un camino que ha de continuar con su implantación y divulgación, y su constante revisión y actualización.

El presente Plan contiene las medidas organizativas y operativas necesarias para verificar la existencia o no de cualquier tipo de emergencia, transmitir dicha verificación a los responsables y servicios operativos correspondientes de una forma lo más clara posible y

	<b>PLAN DE EMERGENCIAS HAYA REAL ESTATE</b>	DLL-EM-001
		DICIEMBRE 2018
		REV 01
		Página 7

establecer las pertinentes actuaciones de éstos incurriendo en los mínimos riesgos posibles.

Asimismo se establecen las directrices básicas para la información y entrenamiento de todo el personal que tiene alguna misión asignada dentro del Plan, así como una relación de los medios de intervención.

En el presente documento se define la secuencia de actuaciones que se desarrollan para el control de las emergencias, dando respuesta a las siguientes preguntas:

- ¿Qué ha de hacerse?
- ¿Quién debe actuar?
- ¿Cuándo se debe actuar?
- ¿Cómo se debe actuar?
- ¿Dónde se debe actuar?

Dichas actuaciones se adecuarán en todo momento a la disponibilidad de medios humanos y materiales existentes en la empresa.

Para poder actuar adecuadamente en caso de emergencia, es importante conocer a qué situaciones podemos enfrentarnos y qué medios de protección existen, entre otros conceptos que se deberán conocer para poder entender el presente plan. Por ello, se exponen a continuación las siguientes **definiciones y consideraciones específicas**:

## **Emergencia**

Situación en la que existe el riesgo de un desarrollo o desenlace catastrófico, imponiéndose una reacción casi inmediata. Supone el encuentro entre dos elementos, la gravedad del peligro y la urgencia de la decisión.

Según la gravedad de la situación por las dificultades existentes pasa su control y posibles consecuencias, las emergencias se clasifican en:

- **Conato de emergencia:** *es el accidente que puede ser controlado y dominado de forma sencilla y rápida por el personal y medios de protección del local, dependencia o sector.*
- **Emergencia parcial:** *es el accidente que para ser dominado requiere la actuación de los equipos especiales de emergencia del sector. Los efectos de la*

*emergencia parcial quedarán limitados a un sector y no afectarán a otros sectores colindantes ni a terceras personas.*

- **Emergencia general:** *es el accidente que precisa de la actuación de todos los equipos y medios de protección del establecimiento y la ayuda de medios de socorro y salvamento exteriores. La emergencia general comportará la evacuación de las personas de todos los sectores de la empresa.*

## **Riesgo de incendio**

Situación creada en un área, zona o edificio determinado, por la existencia de ciertos materiales e instalaciones, susceptibles de arder como consecuencia de elevadas temperaturas, o de provocar por sí mismos la ignición.

## **Medios de protección**

Conjunto de elementos materiales disponibles para hacer frente a la situación desencadenada por un estado de emergencia.

## **Plan de Emergencia**

Planificación de la actuación humana para efectuar una adecuada utilización de los medios de protección existentes para anular o reducir las consecuencias de una situación de emergencia.

## **Plan de Evacuación**

*Actuaciones encaminadas a producir el desplazamiento de los ocupantes de un área, zona o edificio determinado, hasta un lugar capaz de garantizar el libre desplazamiento de personas y la recepción de ayudas exteriores, en un tiempo adecuado (generalmente un espacio abierto exterior)*

## **Procedimiento de Actuación**

*Conjunto de medidas encaminadas a verificar y en su caso resolver una situación de emergencia.*

## **Extintor**

*Aparato autónomo que contiene un agente extintor, el cual puede ser proyectado y dirigido sobre un fuego por la acción de una presión interna. Esta presión puede obtenerse por una presurización interna permanente o por la liberación de un gas auxiliar.*

## **Boca de incendios equipada (B.I.E.)**

*Instalación de extinción, constituida por una serie de elementos acoplados entre sí permanentemente conectados a una red de abastecimiento de agua, siempre en carga, que cumple las condiciones de caudal y presión establecidas.*



## **Hidrante**



*Conducción de agua de gran sección tomada directamente de la arteria principal de distribución de agua y terminada en una columna con varias salidas para conexión de mangueras de Bomberos, o bien en una pieza con dispositivo de rosca para situar esa columna, de que se provee la tubería y que se aloja en una arqueta subterránea provista de tapa y para uso exclusivo de bomberos.*

### **Alarma**

*La instalación de un sistema de alarma adecuado se considera importante dentro del buen funcionamiento del personal de emergencias, ya que en cualquier actuación en este sentido, es vital la rapidez de organización.*

-  **Sirena de alarma:** este sistema debe transmitir una alarma audible a la totalidad del edificio o actividad.
-  **Teléfono:** en la medida de lo posible se utilizará como último recurso, puesto que puede llegar a ser un medio poco eficaz. Sólo se hará uso del mismo en casos en los que se esté completamente seguro de que la persona a quien se quiere llamar va a responder rápidamente.

### **Recorrido de evacuación**

*Recorrido horizontal o vertical (excepto ascensores) que a través de zonas comunes de la edificación, debe seguirse desde la puerta de cada local, hasta la salida a la vía pública o a espacio abierto y comunicado directamente con esta.*

### **Salida de emergencia**

*Comunicación de un local o espacio determinado con la vía pública o zona abierta de fácil accesibilidad a esta, que pueda ser usado además de las salidas normales (o como sustitución de las mismas si estuviesen imposibilitadas) en caso de peligro o urgencia.*

### **Alumbrado de emergencia**

*Aquel que permite en caso de fallo del alumbrado general, la iluminación para la evacuación segura y fácil de las personas hacia el exterior.*

### **Señalización de evacuación**

*Conjunto de señales destinadas a identificar las salidas de zonas, recintos y plantas, así como los recorridos hasta las salidas previstas, los medios de extinción y materiales de socorro y salvamento.*

### **Orígenes de evacuación**

*Se considera como origen de evacuación todo punto ocupable de las instalaciones de la Empresa. Para los recintos cuya superficie sea menor de 50 m<sup>2</sup> (despachos, salas de reuniones, ...), el origen de evacuación se situará en la puerta de dicho recinto.*

### **Punto de Reunión**

	<b>PLAN DE EMERGENCIAS HAYA REAL ESTATE</b>	DLL-EM-001
		DICIEMBRE 2018
		REV 01
		Página 10

*Es el lugar o área destinada para concentrar al personal, verificar que todos los ocupantes han sido evacuados y que no queda nadie en el interior. Su localización se hará fuera del edificio y a una distancia mínima de 30 metros en caso de incendio y de 60 metros en caso de explosión.*

## **DESCRIPCION DEL CENTRO DE TRABAJO**

La empresa la HAYA REAL ESTATE se encuentra ubicada en la avenida Cabo de Gata, 23 en Almería capital. El edificio consta de tres plantas (semisótano, primera y segunda), todas las plantas se encuentran destinadas a uso administrativo. La empresa HAYA REAL ESTATE se encuentra ubicada en todas las plantas del edificio. El mismo cuenta con dos escaleras de emergencia que desembocan en la puerta principal del edificio y en uno de los laterales del mismo.

Los medios de extinción de incendios se han resuelto mediante extintores y pulsadores de emergencia. Los pulsadores se encuentran conectados a la central de incendios general del edificio que se encuentra en la planta baja del mismo. La centralita se encuentra vigilada permanentemente por el personal de recepción del edificio en horario de 07:30-18:30 horas de lunes a viernes y el resto del horario se encuentra conectada con una central de la central de intrusión del edificio. En el edificio se encuentran correctamente señalizados los recorridos de emergencia y las salidas y cuenta con alumbrado de emergencias.

## MEDIOS DISPONIBLES PARA EMERGENCIAS

### MEDIOS TECNICOS

La empresa HAYA REAL ESTATE dispone de los siguientes medios técnicos de prevención y protección contra las emergencias descritos en la relación siguiente:

MEDIOS MATERIALES	ZONAS			
	PLANTA	UBICACION	NUMERO	OBSERVACIONES
<b>EXTINTORES</b> 	SEMISOTANO	Ver planos adjuntos	10	
	BAJA	Ver planos adjuntos	7	
	PRIMERA	Ver planos adjuntos	9	
<b>PULSADOR MANUAL</b> 	SEMISOTANO	Ver planos adjuntos	2	
	BAJA	Ver planos adjuntos	2	
	PRIMERA	Ver planos adjuntos	2	
	BAJA	Ver planos adjuntos	1	
	PRIMERA	Ver planos adjuntos	0	
<b>ALUMBRADO EMERGENCIA</b>	SEMISOTANO	Recorrido de evacuación		
	BAJA	Recorrido de evacuación		
	PRIMERA	Recorrido de evacuación		

### MEDIOS HUMANOS

Al hablar de medios humanos nos referimos al personal responsable de las actuaciones en los casos de emergencia, que integrarán los equipos designados y desarrollarán determinadas funciones descritas en el presente Plan de Emergencia y Evacuación.

Para conseguir un control eficaz de las situaciones de emergencia, es imprescindible disponer de los medios de protección necesarios, así como organizar los recursos humanos de forma que la intervención en estos casos se realice de forma lógica y coordinada. Por ello, se debe designar a los responsables de controlar las distintas situaciones de emergencia; y definir las acciones que cada uno deberá desarrollar en cada caso.

La distribución de las Brigadas de Emergencias en la empresa es la siguiente: Una brigada y un suplente como mínimo por planta que realizarán las funciones de Brigadas de Intervención, Alarma y Evacuación. Se contará asimismo con un Director del Plan de Actuación de Emergencia y suplente y una persona de Centro de Control.

ESTRUCTURA	DESIGNACION
DIRECTOR DEL PLAN DE ACTUACIÓN DE EMERGENCIA	Función asumida por el Director del Plan de Actuación de la empresa Haya Real Estate
BRIGADAS DE INTERVENCIÓN Y ALARMA Y EVACUACIÓN	Función asumida por las Brigadas de la empresa Haya Real Estate

#### DIRECTOR DEL PLAN DE ACTUACIÓN

El Director del Plan de Actuación de la empresa es la persona cuya función principal es la de decretar la evacuación del centro si las condiciones de la emergencia lo obligan y de tomar las decisiones necesarias encaminadas a la mitigación de dicha emergencia. Debe ser avisado de forma inmediata de cualquier incidencia para que decida sobre las acciones a tomar. Este puesto debe contar siempre con un sustituto.

Sus funciones principales son:

- Decidir las acciones a tomar en caso de emergencia.
- Coordinar las acciones a realizar durante el desarrollo de la emergencia hasta la llegada de los Servicios Públicos de Emergencias.
- Activar o mandar activar la Alarma General de Evacuación para todo el edificio
- Ser el interlocutor con los Servicios Públicos de Emergencias.
- Verificar la evacuación total del centro hasta el Punto de Reunión Exterior.
- Ordenar la vuelta al centro cuando las condiciones lo permitan.
- Recopilar toda la información de la emergencia.

**BRIGADAS DE INTERVENCIÓN Y ALARMA Y EVACUACIÓN****TAREAS DE INTERVENCIÓN**

Coordinados con el Director del Plan de Actuación, sus funciones principales son las siguientes:

- Desalojar inmediatamente la zona, impidiendo el acceso / acercamiento.
- Suprimir sin demora las causas que provoquen cualquier anomalía bien por una acción indirecta, activando la señal de alarma, o por una acción directa y rápida, como aislar los materiales inflamables, utilizar un extintor,...etc.
- Combatir el fuego desde su descubrimiento con los medios disponibles en su lugar de trabajo (extintores y BIEs), evitando riesgos innecesarios, actuando conjuntamente y nunca de forma individual.
- Ayudar si es necesario, a los recursos externos.

**TAREAS DE EVACUACIÓN**

Coordinados por el Director del Plan de Actuación sus funciones principales son las siguientes:

- Señalar las anomalías que se produzcan en su lugar de trabajo, relativas a las instalaciones, elementos de protección y lucha contra incendios.
- En el momento de conocer el aviso de emergencia permanecerá en estado de alerta. En caso de recibir la orden de evacuación comenzará a realizar la evacuación de la zona asignada.
- Conducir ordenadamente la evacuación hasta el Punto de Reunión Exterior, realizando un barrido de comprobación de evacuación y comprobando que no quede ningún rezagado, visita o lesionado, transmitiendo su buen fin al Director del Plan de Actuación

**CENTRO DE CONTROL**

El puesto de mando o centro de control se encuentra situado en la planta baja (en recepción). Desde el mismo se realiza la supervisión y actuación sobre el sistema de central de alarmas. Alerta a las brigadas en caso de detectar cualquier anomalía. Actúa también como central de aviso, atiende las llamadas del exterior o internas y ya con el Jefe de Emergencias coordina la actuación de las unidades operativas.

ESTRUCTURA	DESIGNACION
DIRECTOR DEL PLAN DE ACTUACIÓN DE EMERGENCIA	IVAN RAMAL OLIVER SUPLENTE: ANTONIO CARMONA MORENO
BRIGADAS DE INTERVENCIÓN Y ALARMA Y EVACUACIÓN PLANTA SEMISOTANO	JOSE ANGEL PALAZÓN GARRIDO PAOLA URQUIZA MARTINEZ
BRIGADAS DE INTERVENCIÓN Y ALARMA Y EVACUACIÓN PLANTA BAJA	FELIPE GALVEZ MIRAS BELEN MOLINA PRIETO MANUEL JOSE MORENO MANZANO
BRIGADAS DE INTERVENCIÓN Y ALARMA Y EVACUACIÓN PLANTA PRIMERA	JUAN JOSE SANCHEZ PALLARES TOMAS M. EXPOSITO GONZALEZ GUILLERMO DEL ROSAL LÓPEZ
CENTRO DE CONTROL	ANUSH SARGSHYAN

## IDENTIFICACION Y CLASIFICACION DE LAS EMERGENCIAS

### 1.-EN FUNCIÓN DEL TIPO DE RIESGO

Se contemplan los riesgos que nos conducirán a las diferentes situaciones de emergencia, que se clasifican en:

**Riesgos de origen interno**, cuyo origen tiene lugar en el interior del recinto del establecimiento:

- Incendio: Producido por un descuido, por deficiencias en las instalaciones, como resultado de un accidente o intencionadamente con ánimo de destrucción.
- Explosión: Producida por anomalías en calderas, bombonas de gases o similar y que provoca desperfectos en un sector, área o edificio.
- Inundación: Daños ocasionados en el edificio y en la zona exterior como consecuencia de deficiencias o rotura en las instalaciones propias.
- Fugas de gas: Fugas que provocan intoxicaciones en un determinado sector o área.
- Derrumbamiento de edificios: Producido por defectos en su construcción, por deterioro en los pilares de sustentación o por sobrepeso.
- Derrames: Fuga o vertido incontrolado de sustancias contaminantes.

**Riesgos de origen externo**, cuyo origen tiene lugar en el exterior de las instalaciones, pero cuyas consecuencias pueden afectar al propio establecimiento. Entre éstos se encuentran:

#### Riesgos Naturales.

##### Riesgos Climáticos:

- Lluvias
- Tormentas
- Vientos fuertes
- Nevadas

##### Riesgos geológicos:

- Movimientos Sísmicos: Daños ocasionados en edificios e instalaciones por un temblor de tierra.
- Erupciones volcánicas.

##### Riesgos geoclimáticos:

- Inundaciones por avenidas en cauce o desbordamiento, rotura de presas: Daños ocasionados en el edificio y en la zona exterior como consecuencia de agentes externos o deficiencias en las instalaciones propias.

#### Riesgos Tecnológicos:



- Inundaciones Actividades Industriales Peligrosas.
- Transporte, manipulación y almacenamiento de mercancías peligrosas.

## Riesgos Antrópicos:

- Incendios: intencionados con ánimo de destrucción.
- Amenaza de bomba: Provocada con ánimo de generar malestar entre el personal, propaganda terrorista, ocultar absentismos o reducir la productividad. Puede ser recibida por teléfono o a través de algún organismo, institución oficial o medio de comunicación social.
- Acto terrorista: Provocado para conseguir objetivos políticos, minoritarios entre la población, por medio de la extorsión y el miedo. Puede producirse de forma indiscriminada, lanzando contra o colocando en el edificio una bomba.
- Pánico colectivo: Sin causas aparentes, se produce una situación de pánico general que puede afectar a todo el personal.
- Pánico colectivo: Sin causas aparentes, se produce una situación de pánico general que puede afectar a todo el personal.
- Otros como: Apoderamiento ilícito, Relacionados con la Sanidad Exterior o Grandes concentraciones humanas.
- 

## 2.-. EN FUNCIÓN DE LA GRAVEDAD

Se establecerá en función de la gravedad, la clasificación de la emergencia, pudiendo ser situaciones sucesivas, que las denominaremos según la siguiente clasificación:

-PREEMERGENCIA. Se define como aquella situación en la que los parámetros definidores del riesgo, evidencian que la materialización del mismo, puede ser inminente.

-EMERGENCIA. Cuando los parámetros definidores del riesgo, evidencian la materialización del riesgo. Dentro de la situación de emergencia distinguimos:

### 1.-CONATO DE EMERGENCIA

Se considera que existe un conato de emergencia cuando, en alguna zona del edificio, se produzca un accidente que, por su inicial desarrollo, pueda ser controlado y dominado, de una manera rápida y sencilla, por el personal y medios de protección de la zona.

- En el caso particular de **incendio**, se califica como conato de emergencia, aquel de pequeña magnitud y con poca generación de humo. Se dará en aquellas zonas del edificio donde la carga de fuego es pequeña y el incendio es atacado al poco tiempo de iniciarse. En principio este tipo de incendio podrá ser combatido con un extintor portátil y como máximo con otros extintores de apoyo.
- En el caso particular de **explosión**, se califica como conato, aquel que siendo muy localizado, sus efectos no alcanzan a elementos estructurales del edificio, ni a servicios generales que paralizen la actividad del mismo. En este caso la

	<b>PLAN DE EMERGENCIAS HAYA REAL ESTATE</b>	DLL-EM-001
		DICIEMBRE 2018
		REV 01
		Página 18

actuación se limita a "eliminar la causa" que lo ha producido (cerrando llaves de fluidos o gases, actuando sobre los cuadros eléctricos, etc.) y retirando materiales que puedan agravar la situación. Si este siniestro, provoca un incendio se actuará como en el punto anterior.

Este primer estado de emergencia debe resolverse sin mayor complicación para el resto del personal del edificio y sin necesidad de proceder a ninguna evacuación. Se debe tener en cuenta la posibilidad de sufrir falsas alarmas producidas por fallos en el sistema automático de detección o por error humano.

## 2.-EMERGENCIA PARCIAL

Se denomina emergencia parcial cuando el accidente producido, aún revistiendo cierta importancia, aparentemente pueda ser controlado por los equipos de emergencia del edificio.

- En el caso de **incendio** se entra en estado de emergencia cuando es un incendio de mediana magnitud, que genera una cantidad de humo apreciable, pero que sin embargo, no impide la visibilidad en la zona y se puede localizar en todo momento el área afectada.

Este tipo de incendio se puede dar en zonas donde la carga de fuego sea baja, o en zonas con carga de fuego elevada, (almacenes, archivos, locales técnicos) pero cuando las operaciones de extinción comiencen lo suficientemente rápido como para impedir que el incendio se extienda en exceso o que los sistemas automáticos de extinción logren controlar el incendio. Este tipo de incendio puede ser atacado con el empleo simultáneo de varios extintores y una BIE de apoyo. En cualquier caso, el enfrentamiento ante este tipo de incendio, dependerá del adiestramiento del equipo asignado a esta función.

- En el caso de **explosión**, es aquel que afectando a elementos estructurales del edificio, no afectan a la estabilidad del mismo, como puede ser el caso de rotura del forjado de una zona concreta del edificio.  
Los efectos de esta emergencia quedarán, en principio, limitados a la propia zona, no alcanzando a los colindantes, ni a terceras personas, generando como máximo la evacuación de la zona afectada a otras zonas del edificio.

### 3.-EMERGENCIA GENERAL

Es el accidente ante el cual resulta insuficiente, requiriendo la ayuda de medios de socorro y salvamento exteriores, generalmente comportará evacuaciones totales fuera del inmueble (o confinamiento)

- En el caso de **incendio**, se producirá cuando las labores de extinción no han comenzado lo suficientemente rápido para impedir la propagación del incendio, o éste ha evolucionado alcanzando gran magnitud.
- En el caso de **explosión**, es aquel que afecta a la estabilidad del inmueble (desplome de pilares, descuelgue de vigas, etc.).
- En caso de recibir una llamada de **amenaza de bomba (ver anexo IV)** o se produzca la sacudida de un **terremoto**, siempre implicará la emergencia general. La emergencia general comportará la evacuación de las personas de las plantas afectadas, e incluso la totalidad del edificio en casos concretos.

### 3.-EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE MEDIOS HUMANOS

En función de la actividad del centro, existen variaciones importantes con referencia a los medios humanos según el período del día, mañana, tardes, noches y festivos, por lo que se tendrá en cuenta el horario, distinguiendo dos situaciones de ocupación en las instalaciones del establecimiento que condicionan los medios humanos disponibles.

#### PERIODO DE PLENA ACTIVIDAD (MÁXIMA DISPONIBILIDAD DE MEDIOS)

Período comprendido del 16 de Septiembre al 14 de Junio: de lunes a jueves de 08,30 a 14,30 h. y de 16,00 a 18,00 h. y los viernes de 8:00 a 15:00 h. Del 15 de Junio al 15 de Septiembre: de 08:00 a 15:00 h. Comprende el horario durante el cual la empresa dispone del personal habitual con máxima disponibilidad del mismo, estando presentes la mayoría de los miembros que conforman los Equipos de Emergencia.

#### PERIODO DE BAJA ACTIVIDAD (MÍNIMA DISPONIBILIDAD DE MEDIOS)

Dicho periodo está comprendido en el resto de franjas horarias, festivos y periodos vacacionales. En dicho periodo se contempla la presencia en la empresa, más o menos ocasional, motivada por altas cargas de trabajo. La presencia de las Brigadas en este caso puede ser puntual.

## PROCEDIMIENTO DE ACTUACION ANTE EMERGENCIAS

### 1.- DETECCION Y ALERTA

Esta fase contempla las actuaciones a realizar desde que se detecta la emergencia hasta que se ponen en marcha las actuaciones para solventar la Emergencia y/o la Evacuación. Se activa cuando una persona (perteneciente al centro o ajena) descubre una posible situación de emergencia o cuando el sistema de detección automático se activa.

La persona que detecte una situación de emergencia avisará de forma inmediata al Director del Plan de Actuación, tanto si la emergencia es detectada en zona común o en zona privativa. También se puede transmitir la alerta activando el pulsador más próximo.

### 2.- MECANISMOS DE ALARMA

**Activación automática.-** Mediante la activación de los detectores de incendios distribuidos por el edificio se transmitirá una señal a la central de incendios. La central activará automáticamente las campanas de forma inmediata si se llegan a activar dos detectores de incendios del edificio.

**Activación manual.-** Tras la verificación de un incendio y/u otra emergencia por parte del Jefe de Emergencia, se podrá activar las campanas y sirenas del edificio mediante la activación manual a través de la propia Central de Incendios.

Si la sirena de incendios no funciona y, de ser necesario, se daría orden a viva voz de evacuación del edificio tantas veces como fuesen necesarias.

Una vez que el **Director del Plan de Actuación** conozca la magnitud de la emergencia, valorará la necesidad de decretar la evacuación si fuese necesario, así como la conveniencia de pedir ayudas externas (bomberos, policía, etc.). Esta fase incluye todas las actuaciones a llevar a cabo para la solución de la situación de emergencia, por ejemplo:

- Ataque con medios manuales de un conato de incendio (extintores y BIEs)
- Activación del Sistema de Alarma (pulsadores y/o detectores)
- Avisos a medios de ayuda exteriores
- Delimitación de una zona de seguridad
- Cortes de los sistemas de energía (ventilación, gases, electricidad, etc....)
- Aviso a edificios próximos que se pudieran ver afectados

#### 2.1. IDENTIFICACIÓN DE LA PERSONA QUE DARÁ LOS AVISOS

Cuando se trata de avisos, debemos distinguir entre:

- **Aviso a los trabajadores y/o usuarios del centro de trabajo:** el aviso a los trabajadores y/o usuarios del centro de trabajo se realizará por medios técnicos (sirenas) que serán puestos en funcionamiento por el Personal del Edificio (tras la comunicación de la emergencia por parte del Director del Plan de Actuación) o bien se realizará automáticamente.

- **Aviso a la Ayuda Externa:** La persona responsable de las comunicaciones con los servicios de ayuda externa será el Personal del Edificio o en su defecto el Director del Plan de Actuación de Haya Real Estate.

### **2.1.1. IDENTIFICACIÓN DEL CENTRO DE COORDINACIÓN DE ATENCIÓN DE EMERGENCIAS DE PROTECCIÓN CIVIL**

El teléfono de Coordinación de Emergencias es el **112**.

## **3.- MECANISMO DE RESPUESTA FRENTE A LA EMERGENCIA**

Las visitas y usuarios del centro evacuarán el centro siguiendo las instrucciones de las brigadas. Se establece la siguiente **Estructura Organizativa** para actuación y respuesta frente a emergencias:

### **EN HORARIO DE PLENA ACTIVIDAD**

#### DIRECTOR DEL PLAN DE ACTUACIÓN

Al recibir cualquier comunicación de emergencias, será el encargado de decidir las acciones a tomar y coordinará las acciones a realizar durante el desarrollo de la emergencia hasta la llegada de los Servicios Públicos de Emergencias.

Será el encargado de activar o mandar activar la Alarma General de Evacuación para todo el edificio, si no se ha activado previamente. Será quien informe de la situación a las Brigadas del Edificio. En caso necesario, será el interlocutor con los Servicios Públicos de Emergencias. Ordenará la vuelta al centro cuando las condiciones lo permitan y recopilará toda la información de la emergencia.

#### BRIGADA DE INTERVENCIÓN, ALARMA Y EVACUACIÓN

Ante una emergencia, su primer paso será desalojar inmediatamente la zona, impidiendo el acceso o acercamiento de los trabajadores. Comunicarán o mandarán comunicar al Director del Plan de Actuación la situación. Suprimirán sin demora las causas que provoquen cualquier anomalía bien por una acción indirecta, activando la señal de alarma, o por una acción directa y rápida, como aislar los materiales inflamables, utilizar un extintor,...etc. En caso de incendio, combatirán el fuego desde

su descubrimiento con los medios disponibles en su lugar de trabajo (extintores o BIES), evitando riesgos innecesarios, actuando conjuntamente y nunca de forma individual. Ayudarán si es necesario, a los recursos externos.

En labores de Alarma y Evacuación actuarán una vez escuchen la sirena de incendios o reciban la orden de evacuación. La evacuación, salvo que la propia emergencia lo impida, se realizará utilizando ambas escaleras del edificio una vez se dé la orden de evacuación (por teléfono, a viva voz o por la propia sirena de incendios). Se asegurarán de que no quede nadie en sus zonas, visitas que se puedan encontrar o personal que trate de acceder al inmueble deberán ser dirigidos al punto de reunión exterior. De haber personal con formación suficiente y adecuada, actuarán como EQUIPO DE PRIMEROS AUXILIOS.

Cada Brigada de Intervención, Alarma y Evacuación se dirigirá a la entrada del edificio y reportarán al Director del Plan de Actuación el estado de la evacuación antes de dirigirse al Punto de Reunión Exterior.

El final de la evacuación y vuelta a la normalidad se indicará presencialmente en el Punto de Reunión Exterior. Lo realizará el Director del Plan de Actuación o la/s persona/s en la/s que él delegue.

#### **EN HORARIO DE BAJA/NULA ACTIVIDAD**

La conformación del equipo de emergencia no será viable tal y como está concebida y se dará prioridad a la evacuación del edificio de forma inmediata.

Cualquier integrante del Equipo de Emergencia que esté presente en el edificio en el momento de la emergencia en estas franjas horarias deberá asumir las funciones del Director del Plan de Actuación ante emergencia.

#### **4. EVACUACION Y CONFINAMIENTO**

Todos los sucesos que se produzcan en el centro y no se resuelvan en el grado de conato, tendrán como resultado la evacuación o el confinamiento de las personas implicadas. Para todos los ocupantes del centro siempre se priorizará la evacuación frente a la posibilidad de confinamiento y únicamente se escogerá esta última opción en el caso de que la evacuación de alguna persona se vea impedida (en ese caso se trasladará a una zona segura y sectorizada) o por indicaciones específicas de los Servicios de Ayuda Externa (como puede ser el caso de amenazas de bomba en edificios cercanos, caso en el que todos los ocupantes del centro atenderán las instrucciones dadas por el equipo de emergencia exterior).

## **EVACUACION**

Esta fase la activa el Director del Plan de Actuación una vez valorada toda la información que obra en su poder. Una vez que se dé la orden de evacuar algún sector o todo el centro, los Equipos de Emergencia deberán transmitirla a todos los ocupantes del centro, tanto propios, como visitas. Es necesario que los miembros de dicho equipo se aseguren de no dejar a nadie en ninguna sala o zona del centro y de acompañar o asegurar compañía a los ocupantes hasta el Punto de Reunión Exterior. Cada Responsable de Evacuación de las empresas arrendatarias deberán recopilar toda la información relativa a la evacuación de su empresa e informar a su Jefe de Emergencia de las incidencias de esta.

En caso de que en la evacuación nos encontremos con personas con movilidad reducida se deberá actuar tal y como se especifica en el Anexo III del presente plan)

En caso que los Bomberos se hayan personado en el centro, será el Jefe de Bomberos el encargado de decidir la evacuación de los miembros del Equipo de Emergencia o bien requerir la colaboración de sus miembros con el fin de prestar labores de apoyo.

## **CONFINAMIENTO**

En caso de necesidad de confinamiento, una vez que el Director del Plan de Actuación dé la orden de confinamiento en el centro, las Brigadas de Intervención, Alarma y Evacuación transmitirán la información a todos los ocupantes de la zona bajo su responsabilidad. Siempre se actuará bajo las instrucciones que el Director del Plan de Actuación considere oportunas en función de las indicaciones de los Servicios de Emergencia Exterior o la situación de emergencia que se presente.

## **5.- PRESENTACION DE LAS PRIMERAS AYUDAS**

Las primeras ayudas consisten en la intervención de las brigadas de emergencia del inmueble hasta la llegada de las ayudas exteriores. En la entrada del edificio se situará el Personal del Edificio y en caso necesario el Director del Plan de Actuación de Haya Real Estate, les informará del suceso y de cuantas circunstancias lo caractericen.

Las Brigadas de Intervención, Alarma y Evacuación finalizan sus tareas cuando acaba la evacuación y todo el personal se haya en el Punto de Reunión Seguro. Quedan, de todos modos, alerta para recibir indicaciones de las Ayudas Exteriores (Policía, Bomberos, etc.) por si hubiese que movilizar a los trabajadores.

El Director del Plan de Actuación de Haya Real Estate no finaliza sus tareas hasta que las ayudas exteriores le informen de la resolución de la incidencia y ordenen la vuelta al centro. Se pondrá siempre a su disposición cuando lleguen al lugar del suceso.

	<b>PLAN DE EMERGENCIAS HAYA REAL ESTATE</b>	DLL-EM-001
		DICIEMBRE 2018
		REV 01
		Página 24

En caso de resultar alguien herido, las primeras ayudas serán prestadas por personal del centro debidamente formado (Equipo de Primeros Auxilios). En caso de no estar presentes y/o de no saber cómo actuar, se solicitará ayuda al 112 y se seguirán sus instrucciones.

## **6.- MODOS DE RECEPCIÓN DE LAS AYUDAS EXTERNAS**

La recepción de las ayudas externas la llevará a cabo el Personal del Edificio y en caso necesario el Director del Plan de Actuación de Haya Real Estate en la entrada del edificio, lugar en el que se encontrará a disposición de los Servicios Externos de Emergencias. Les informará de cuanta información precisen, siendo necesaria, al menos la siguiente:

- La ubicación del siniestro en el centro, establecimiento o dependencia.
- Las características conocidas del mismo.
- La peligrosidad de zonas próximas al lugar del siniestro.
- Las incidencias producidas en la evacuación o confinamiento, si fuera necesario.
- La existencia de heridos y/o atrapados.



## **IMPLANTACION DE LAS MEDIDAS DE EMERGENCIA**

A la incorporación de cada nuevo usuario y de forma periódica para el resto de usuarios, se facilitará información acerca de las consignas de actuación en caso de emergencia. Así mismo, se facilitará información a los trabajadores que puedan acceder a la empresa acerca de las consignas de actuación en caso de emergencia. Se dispondrá en el centro de una copia del presente Plan de Emergencias que estará a disposición de todos los usuarios de las instalaciones.

Para garantizar la correcta implantación y el correcto mantenimiento de este Plan de Emergencias, se aconseja realizar una reunión formativa con los componentes de las brigadas de emergencia de la empresa, así como un simulacro de evacuación que tendrá los siguientes objetivos:

- Comprobar la idoneidad del plan de emergencia del edificio.
- Determinar la actuación y coordinación de los miembros de los Equipos de Emergencia de las empresas arrendatarias.
- Verificar el conocimiento y asimilación de las vías de evacuación y del Punto de Reunión Exterior de los usuarios del centro.
- Verificar el correcto funcionamiento de los dispositivos técnicos de alarma y comunicación.
- Determinar el tiempo de evacuación del edificio afectado por la emergencia

Este simulacro se realizará con una periodicidad anual para comprobar la correcta adecuación del Plan de Emergencias a las condiciones Técnicas y Humanas de la empresa.

	<b>PLAN DE EMERGENCIAS HAYA REAL ESTATE</b>	DLL-EM-001
		DICIEMBRE 2018
		REV 01
		Página 26

# **ANEXO I** **DIRECTORIO DE COMUNICACIÓN**

En el caso de que ante una emergencia sea necesario solicitar ayuda exterior, la persona encargada de realizar dicha llamada, deberá indicar claramente los siguientes datos:

Nombre del edificio	HAYA REAL ESTATE
Dirección Completa	Avenida cabo de Gata,23 04007 Almería
Teléfono	Se facilitara el número de emergencia de la empresa que realice la llamada
Si conoce la situación, indíquela: (tipo de emergencia y severidad, heridos, sustancias peligrosas, etc....)	
<b>NUNCA SEA EL PRIMERO EN COLGAR EL TELÉFONO Y PREGUNTE SI REALIZARÁN LLAMADA DE CONFIRMACIÓN</b>	

Se indican a continuación los teléfonos de interés ante situaciones de emergencia:

#### **SERVICIO DE EMERGENCIA Y RESCATE**

**112**

BOMBEROS	<b>950 62 10 48 / 950 24 00 80</b>
GUARDIA CIVIL	062/ 950 25 63 23
POLICIA LOCAL	092 / 950 21 00 19/ 950 21 00 20
POLICIA NACIONAL	091 / 950 62 30 40
PROTECCIÓN CIVIL	950 23 77 55 / 950 22 86 11
SEGURIDAD MARITIMA	900 20 22 02

## **SANIDAD-HOSPITALES**

TORRECÁRDENAS	950 21 21 00
BOLA AZUL	950 23 19 93
PROVINCIAL	950 01 76 00
CRUZ ROJA	950 01 74 00
HUÉRCAL OVERA	950 02 90 00
PONIENTE	950 57 20 20
URGENCIAS EMERGENCIAS SANITARIAS	061
CASA DEL MAR	950 23 51 85
AMBULANCIAS 24H.	950 27 44 40

	<b>PLAN DE EMERGENCIAS HAYA REAL ESTATE</b>	DLL-EM-001
		DICIEMBRE 2018
		REV 01
		Página 29

## ANEXO II

# USO Y MANEJO DE EXTINTORES

## USO Y MANEJO DE EXTINTOR



### UTILIZACIÓN DE EXTINTORES

Con anterioridad a su uso:

- ✓ Conocer la ubicación de los extintores en el edificio o, al menos, los más próximos.
- ✓ Conocer perfectamente en qué tipos de fuego pueden emplearse los extintores del edificio o, al menos, los más próximos.

- ✓ Leer la etiqueta existente en el frente de los extintores para conocer las diferentes características de cada uno de ellos (forma de usarlo, fuegos en que no debe emplearse, etc.)
- ✓ Conocer el manejo de los diferentes tipos de extintores existentes en el edificio.

AGENTE EXTINTOR	CLASE DE FUEGO (UNE 23.010)			
	A (Sólidos)	B (Líquidos)	C (Gases)	D (Metales especiales)
Agua pulverizada	(2) ♦♦♦	♦		
Agua a chorro	(2) ♦♦			
Polvo BC (convencional)		♦♦♦	♦♦	
Polvo ABC (polivalente)	♦♦	♦♦♦	♦♦	
Polvo específico metales				♦♦
Espuma física	(2) ♦♦	♦♦		
Anhidrido carbónico	(1) ♦	♦		
♦♦♦ Muy adecuado ♦♦ Adecuado ♦ Aceptable				
(1) Utilizar en presencia de tensión eléctrica		(2) No utilizar en presencia de tensión eléctrica		

### En el momento de utilizarlos frente a un fuego:

- ✓ Verificar el tipo de incendio y utilizar el agente extintor adecuado, empleando el extintor más cercano.
- ✓ En caso de incendio con riesgo eléctrico, procurar efectuar el corte de tensión en la zona afectada.
- ✓ Atacar el incendio en la misma dirección de su desplazamiento y desde su comienzo, por ejemplo, de espaldas al viento en el exterior, a favor de la corriente en el interior de un local, de abajo hacia arriba, etc.
- ✓ Cuando se utilicen extintores de CO<sub>2</sub>, se adoptarán precauciones a fin de evitar un contacto accidental con las partes metálicas de la boquilla para que no provoque quemaduras, debido a la baja temperatura a que el gas es expulsado.

- ✓ Dirigir el chorro de agente extintor a la base de las llamas, en forma de zig-zag, apagando el incendio por franjas y no avanzando hasta asegurarse de que se ha apagado la anterior.
- ✓ Cuando la salida de agente extintor pueda ser controlada mediante un mecanismo de pistola o similar, solamente utilizarlo cuando ésta se dirija a las llamas.
- ✓ Cuando sea posible utilizar varios extintores a la vez, se actuará siempre en la misma dirección para evitar posibles interferencias.
- ✓ En fuegos de clase A (combustibles sólidos), tener siempre la precaución de apagar las brasas con agua para evitar que se reproduzca el incendio.
- ✓ En fuegos de clase B (líquidos) evitar el chorro a gran presión sobre el líquido, pues puede dispersarlo y con ello el fuego.
- ✓ Si se aprecian síntomas de mareo, dificultad de respiración o exceso de calor retroceder de inmediato, de cara al fuego, no exponiéndose inútilmente.

En caso de que no sea posible extinguir el mismo o no se vea capacitado se apretará un pulsador de emergencia. Esto provocará el salto de alarma de emergencia del edificio.

### **MEDIDAS DE PREVENCIÓN**

- Mantenga siempre el orden y la limpieza
- No fume cerca de material que sea fácilmente inflamable. Si fuma no tire las colillas a la papelera, utilice ceniceros y viértalos en la basura una vez hayan quedado completamente apagados – por ejemplo echando agua sobre ellos.
- No sobrecargue las tomas de corriente conectando varios aparatos a la misma toma, ni utilizando ladrones en regletas.
- No deposite vasos con líquido sobre aparatos eléctricos.
- Procure no dejar aparatos eléctricos encendidos por la noche.
- No acerque focos intensos de calor a materiales combustibles.



	<b>PLAN DE EMERGENCIAS HAYA REAL ESTATE</b>	DLL-EM-001
		DICIEMBRE 2018
		REV 01
		Página 33

# **ANEXO III** **EVACUACION CON PERSONAS DE** **MOVILIDAD REDUCIDA**

Los procedimientos descritos a continuación son únicamente aplicables para los caso de personas que por motivo de minusvalía física no puedan desplazarse por sus propios medios y la situación haga obligatoria su evacuación, si bien no serán de aplicación general al caso de accidentados donde se seguirán otros criterios a la hora de ser trasladados, requiriendo una formación básica de 1<sup>os</sup> auxilios.

### **Tipos de traslados**

Se dividen los tipos de traslados en función de las personas disponibles para la realización del traslado. Así se tendrá:

- Traslado por una persona
- Traslado por dos o más de dos personas
- Traslado en camilla o mediante improvisaciones

Cuando únicamente sea una persona la que vaya a realizar el traslado, se podrá realizar de las siguientes formas:

Se podrá realizar la evacuación a hombros según se muestra en la figura 1. Este tipo de transporte podrá realizarse a su vez, mediante una mano pasada por la espalda o con las manos atadas.



Fig. 1

Otra forma de realizar el traslado será llevando a la víctima a lomos como indica la fig. 2 o a caballo fig. 3

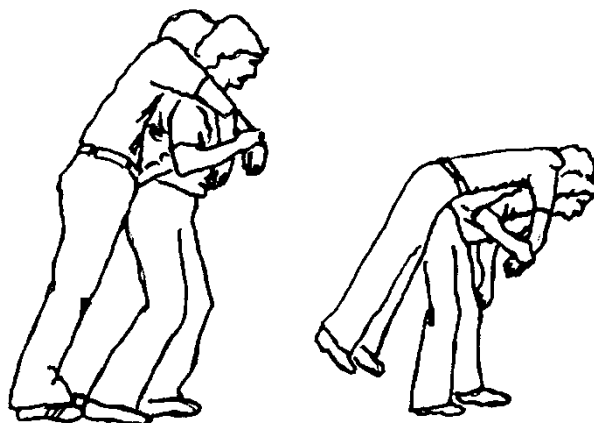


Fig. 2

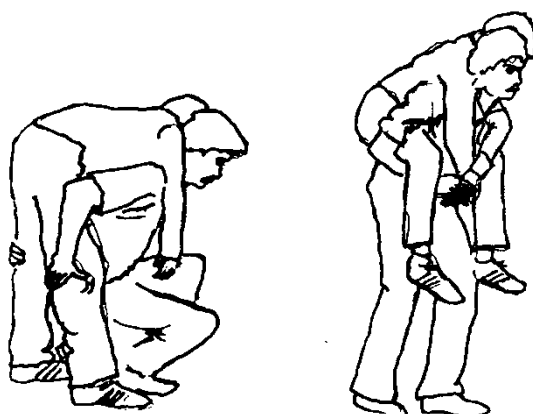
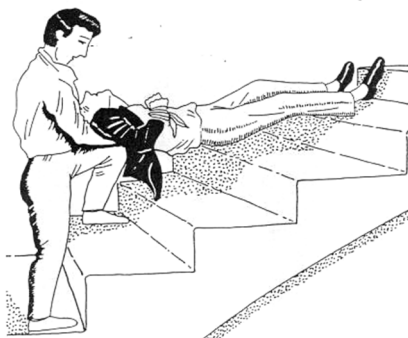


Fig. 3

Cuando sea necesario bajar una escalera, la mejor forma será tendiendo a la víctima sobre su espalda, con la cabeza hacia las escaleras, el socorrista pondrá ambas manos bajo los brazos y apoyará su cabeza sobre uno de ss brazos, deberá bajar las escaleras lentamente dejando arrastrar los pies de la víctima (fig. 4)



En caso de incendio y con presencia de humo, el salvador deberá realizar la evacuación a ras de suelo pudiendo realizar el traslado de la víctima de espaldas, gateando a la vez que arrastra y desliza al incapacitado sobre el suelo.

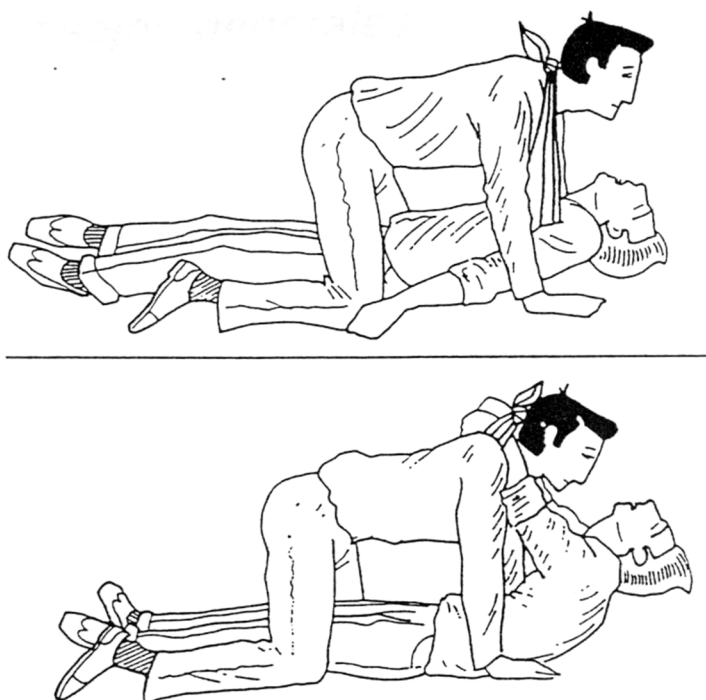


Fig. 5

Otra forma de hacer la evacuación del accidentado en este caso será sobre la espalda del salvador (fig. 6).



Fig. 6

	<b>PLAN DE EMERGENCIAS HAYA REAL ESTATE</b>	DLL-EM-001
		DICIEMBRE 2018
		REV 01
		Página 38

# **ANEXO IV** **ACTUACION ANTE AVISO DE BOMBA**

Cuando cualquier empleado reciba una amenaza de bomba deberá cumplimentar la siguiente Ficha que será la que reporte a la policía (091) una vez finalizada la misma

**FICHA A RELLENAR EN CASO DE RECIBIR UNA AMENAZA DE BOMBA**

- *Intente permanecer tranquilo*
- *Intente alargar lo más posible la conversación*
- *Estimule el habla con el fin de recibir el mayor número de datos.*

➤ **Preguntar:**

 ¿Cuándo hará la explosión? \_\_\_\_\_

 ¿Dónde hará la explosión? \_\_\_\_\_

 ¿Cómo es? \_\_\_\_\_

 ¿Qué tipo de artefacto es? \_\_\_\_\_

OTRAS POSIBLES PREGUNTAS:

 ¿Puso usted la bomba? \_\_\_\_\_

 ¿Por qué la puso? \_\_\_\_\_

 ¿Por qué llama? \_\_\_\_\_

 ¿Cómo puede uno librarse de la bomba? \_\_\_\_\_

➤ **Anotar:**

 Palabras exactas de la amenaza  
\_\_\_\_\_

 Contra qué o quién va la amenaza  
\_\_\_\_\_

 Duración de la llamada  
\_\_\_\_\_

 Receptor de la llamada  
\_\_\_\_\_

 Impresiones sobre el interlocutor  
Sexo: \_\_\_\_\_

Edad estimada: \_\_\_\_\_

CARACTERÍSTICAS DE LA VOZ			RUIDO DE FONDO		
CALMOSA		INCOHERENTE	SILENCIOSO		LLUVIA
ENFADADA		SERIA	CALLEJERO		PASOS
DESPRECIATIVA		SARCÁSTICA	BOCINAS, PITOS		ANIMALES
DE HABER BEBIDO		BROMISTA	MÚSICA		VEHÍCULOS
AUTORITARIA		SONRIENTE	NORMALES DE CASA		MAQUINARIA
MIEDOSA		BURLONA	AIRE ACONDICIONADO		GOLPES
NERVIOSA		LOROSA	MULTITUDES		VIENTO
CONFUSA		NASAL	CONSTRUCCIÓN		OTROS RUIDOS:
VACILANTE		DE TARTAMUDEO	ECOS		
MONÓTONA		CANSADA	TORMENTA		
SUSURRANTE		CON ACENTO	VENTILADORES		
BALBUCEANTE		FAMILIAR	CABINA TELEFÓNICA		

MODO DE HABLAR			
USO DE MODISMOS		VULGAR	
PALABRAS REGIONALES:		EDUCADA	
PALABRAS QUE MÁS USA:		RÁPIDA	
NORMAL		LENTA	
BUENA PRONUNCIACIÓN		MALA PRONUNCIACIÓN	

Fecha: \_\_\_\_\_

Hora: \_\_\_\_\_

Esta información será rellenada en la medida de lo posible de la forma más completa, y será facilitada a la Policía cuando acudan al Centro. En caso de que el teléfono tenga la opción de escucha exterior, se accionará con objeto de ser oída por más personas y facilitar la recogida de los datos anteriormente propuestos.



	<b>PLAN DE EMERGENCIAS HAYA REAL ESTATE</b>	DLL-EM-001
		DICIEMBRE 2018
		REV 01
		Página 41

# **ANEXO V** **ACTUACION ANTE EMERGENCIA MÉDICA**

	<b>PLAN DE EMERGENCIAS HAYA REAL ESTATE</b>	DLL-EM-001
		DICIEMBRE 2018
		REV 01
		Página 42

Siempre que acontezca una emergencia médica, se actuará de la siguiente forma:

- Imponer calma y orden en la oficina
- Contactar con el 112 y exponer lo sucedido indicando de forma clara y precisa:
  - Cómo se ha producido del accidente
  - La gravedad del mismo
  - Cuántas personas están involucradas
  - Cuándo se ha producido
  - La situación exacta del accidente
- Si hay más de una persona accidentada, atender al que parezca más grave.
- Examinar al accidentado y valorar su situación
  - Verificar la consciencia
  - Verificar la respiración
  - Verificar la circulación
- No mover al accidentado si es posible.
- Abrigar al accidentado y aflojar su ropa esperando la llegada de los equipos sanitarios.
- No darle bebida ni comida.
- Buscar cualquier información de tipo médico en forma de chapa, tarjeta, etc.
- Si fuera necesario acompañar a los accidentados al hospital más próximo (ver lista de teléfonos de interés).

A continuación se indican una serie de normas de actuación en materia de primeros auxilios.

Los primeros auxilios son aquellas actuaciones o medidas básicas e inmediatas que se realizan en el mismo lugar en el que ha tenido lugar el accidente o la pérdida de salud de una persona.

Se realizan por parte de personas testigo, sean o no sanitarias, con los medios que se tenga al alcance en ese momento y hasta la llegada de personal especializado.

Por tanto, los primeros auxilios no son tratamientos médicos, sino acciones encaminadas a reducir los posibles efectos de las lesiones y a mantener el estado del paciente hasta la llegada del servicio médico extrahospitalario.

No debemos olvidar, además, la obligación legal y moral del deber de auxilio que tenemos todas las personas frente al herido o enfermo.

### **EN CASO DE EMERGENCIA MÉDICA**

#### **Qué hacer:**

- Trate de mantener la calma.
- Protéjase y proteja al accidentado.
- Solicite, en caso necesario, ayuda al 112.
- Si ha recibido formación adecuada, y lo cree posible, realice los primeros auxilios.
- Si no tiene formación no toque al accidentado, no lo mueva ni le dé líquidos ni alimentos.
- Compruebe que la escena donde está el paciente es segura.
- Sea consciente del peligro y espere a los equipos de rescate, si es necesario.

#### **Qué NO hacer:**

- Actuar si no está seguro o no tiene claro lo que puede hacer. No actúe si no sabe cómo proceder.
- Arriesgar su vida en caso de peligro.
- Administrar medicación que no corresponda al paciente.

### **ACTUACIÓN BÁSICA**

1. Proteger tanto al accidentado o enfermo como a uno mismo o a los demás.
2. Avisar al servicio de URGENCIAS 112 e informar del hecho con la mayor exactitud posible.
3. Mientras tanto, atender al accidentado o herido:

Tranquilizarlo hablando con él aunque no responda. no desplazarlo ni moverlo. Proceder a una exploración primaria.

**EXPLORACIÓN PRIMARIA:** reconocimiento de los signos vitales (consciencia, respiración y pulso).

1. Exploración de la consciencia: preguntarle en voz alta: ¿qué te pasa?, ¿me oyes? Si contesta, seguro que mantiene constantes vitales. Si no contesta, ni responde a

estímulos, llamar a URGENCIAS 112 inmediatamente, sin tocarlo ni moverlo, comprobando su respiración.

2. Exploración de la respiración: acercar nuestra mejilla a la boca y nariz del accidentado, percibir la salida del aire y notar en la mejilla el calor del aire espirado, y comprobar los movimientos torácicos (A). Si no respira, realizar maniobras de reanimación pulmonar (insuflaciones boca a boca) (B y C).

Sólo se realizará por personas que hayan realizado cursos sobre reanimación.

3. Exploración del funcionamiento cardíaco (pulso): exploración del pulso carotídeo, consiste en localizar la laringe (nuez) y deslizar los dedos índice y medio hasta el hueco que forma la laringe con los músculos laterales del cuello, presionando con la yema de los dedos. Si no hay pulso, iniciar reanimación cardiopulmonar y el masaje cardíaco. Sólo se realizará por personas que hayan realizado cursos sobre reanimación.

### **POSICIONES DE ESPERA**

Posición lateral de seguridad (PLS). Indicada para personas inconscientes, sin traumatismos en columna o cráneo, con respiración y pulso estables. Con esta posición controlamos el vómito y evitamos la caída de la lengua hacia atrás.

1 Se coloca a la persona boca arriba, apartar el brazo que está más próximo y ponerlo cerca de la cabeza (A).

2 Flexionar la pierna más lejana (B).

3 Flexionar el brazo que gira para darle dos puntos de soporte, rodilla y brazo (B).

4 Girar a la persona desde la rodilla y el hombro hasta que descansa sobre la rodilla flexionada (C).

5 Rectificar la posición de la cabeza (ladeada) para mantener la vía aérea abierta (C).

6 Le abrimos la boca para facilitar el vómito.

### **OTRAS POSICIONES DE ESPERA**

- Decúbito supino: se utiliza en posible fractura de las extremidades inferiores y para poder aplicar las técnicas de soporte vital básico.

- Piernas elevadas: indicada en lipotimias y mareos.

### **OTRAS RECOMENDACIONES**

- Siempre que se estime necesario, llamar a URGENCIAS 112 o acudir a un Centro Sanitario.

- Ante sospecha de traumatismo de columna vertebral NO MOVILIZAR

### **BOTIQUÍN BÁSICO**

Puede ser cualquier caja de metal o de plástico resistente que cierre herméticamente para dificultar el acceso a su interior. Preferiblemente sin llave y fácilmente transportable.

Todos los usuarios mayores de edad del edificio debe saber dónde se guarda y, si se utiliza, hay que dejarlo de nuevo en su sitio.

Deberá existir una persona responsable que reponga periódicamente los productos gastados y/o caducados.

#### **COMPOSICIÓN DEL BOTIQUÍN**

##### **1. MATERIAL DE CURAS**

Gasas estériles, compresas, vendas de gasa de 10 x 10 cm, algodón, tiritas, esparadrapo de papel, esparadrapo de tela, apósitos impermeables, triángulos de tela para inmovilizaciones y vendajes improvisados (cabestrillo), guantes estériles, bolsa de hielo sintético, gasas orilladas (para taponamientos nasales), suero fisiológico (distintos tamaños), jabón neutro.

##### **2. ANTISÉPTICOS**

- Incoloro, tipo clorhexidina. Puede usarse en heridas bucales.
- Coloreado, tipo povidona yodada.
- Agua oxigenada, como hemostático (detiene las hemorragias), para las pequeñas heridas y las heridas bucales.

##### **3. MEDICACIÓN**

Antes de administrar cualquiera de los medicamentos que seguidamente se detallan, se leerán con detenimiento las contraindicaciones que figuran en los correspondientes prospectos.

- PARACETAMOL.

Indicaciones: dolor, fiebre, malestar. Puede tomarse en enfermedades gástricas y en alergias a la aspirina

- ANTIINFLAMATORIOS. Ibuprofeno (comprimidos 400 mg).

Indicaciones: fiebre, dolor articular, dolor menstrual, dolor leve o moderado.

- INHALADOR., inhalador.

	<b>PLAN DE EMERGENCIAS HAYA REAL ESTATE</b>	DLL-EM-001
		DICIEMBRE 2018
		REV 01
		Página 46

Indicaciones: asma y dificultad respiratoria.

- AZÚCAR. Sobres o azucarillos, pastillas de Gluco-sport.
- CORTICOIDES TÓPICOS. Hidrocortisona 0,1%, (crema y pomada 30 y 60 gr).

Indicaciones: picaduras por insectos, quemadura solar (enrojecimiento).

#### 4. APARATOS

- Termómetro, tijeras de punta redondeada, pinzas sin dientes, linterna.
- Cánula orofaríngea (Guedel).
- Libreta con un listado de teléfonos de los servicios sanitarios, Urgencias (112), Centro Nacional de Toxicología 91- 562 04 20, etc.

#### PRECAUCIONES:

- El botiquín debe colocarse en un lugar no demasiado húmedo ni seco, lejos de una fuente directa de calor y lejos del alcance de las personas.

### **OBSTRUCCIÓN DE LAS VÍAS RESPIRATORIAS**

Cuando se tiene la certeza o se sospecha una obstrucción de las vías respiratorias por un cuerpo extraño (frutos secos, trozos de goma de borrar...) se deben realizar maniobras específicas de desobstrucción.

El mecanismo más eficaz para expulsar un cuerpo extraño es la tos.

#### ACTUACIÓN BÁSICA: PRIMEROS AUXILIOS

1. Si la persona respira, animarle a que tosa.
2. Si los esfuerzos respiratorios no son efectivos, la tos se vuelve débil, o el afectado pierde la consciencia, se seguirán las siguientes maniobras de desobstrucción:
  - a) Si la persona está consciente se le estimulará para que tosa y, si no elimina el cuerpo extraño, realizaremos la maniobra de Heimlich, según se detalla seguidamente:
    - El reanimador se situará de pie y sujetará a la persona por detrás, pasando los brazos por debajo de las axilas y rodeando el tórax.
    - Colocaremos las manos sobre el abdomen (boca del estómago) y efectuaremos 5 compresiones hacia arriba y atrás.
    - Esta maniobra debe repetirse hasta que la persona expulse el cuerpo extraño.
  - b) Si la persona está inconsciente:
    - Examinar la boca y eliminar el cuerpo extraño sólo si es accesible.

- Abrir la vía aérea y comprobar la respiración.
- Si no respira, efectuar 5 insuflaciones de rescate.
- Si no se mueve el tórax, realizar 5 compresiones abdominales (maniobra de Heimlich).
- Colocar a la persona boca arriba, con la cabeza hacia un lado y la boca abierta.
- Colocarse a horcajadas sobre sus caderas.
- Colocar el talón de una mano por encima del ombligo y por debajo del esternón. Colocar la otra mano sobre la primera cogiéndose la muñeca. Así realizaremos 5 compresiones sobre el abdomen hacia dentro y hacia arriba.

Repetiremos toda la secuencia hasta que se consiga eliminar la obstrucción.

#### PRECAUCIONES:

- NUNCA realizar la extracción manual del cuerpo extraño a ciegas.
- Si el afectado no tose, NO darle golpes en la espalda.

#### **PÉRDIDA DE CONOCIMIENTO**

El cuadro más habitual de pérdida de conocimiento es el SÍNCOPE o pérdida brusca y transitoria de la conciencia y del tono muscular, de corta duración y recuperación espontánea, sin necesidad de actuación médica y sin repercusión posterior.

El más frecuente es el síncope vaso-vagal o desmayo (sobre todo en escolares y adolescentes), que suele ir precedido de náuseas, palidez, visión borrosa, sudoración fría...

Dura segundos y la recuperación es precoz y global. Puede estar producido por miedo, dolor, estrés emocional...

También puede deberse a histeria por hiperventilación (respiraciones muy frecuentes y cortas, generalmente en adolescentes, delante de gente, sin síntomas previos, y que no se hacen daño al caerse), a problemas cardíacos (si se relaciona con el ejercicio, puede ocasionar muerte súbita en jóvenes deportistas, sin que haya síntomas acompañantes) y a otras causas: hipo o hiperglucemia, adolescentes con dietas de adelgazamiento muy severas, crisis epiléptica, patología vascular cerebral o traumatismo craneal...

#### ACTUACIÓN BÁSICA: PRIMEROS AUXILIOS

- En cuanto la persona note los síntomas premonitorios, colocarle en decúbito con las piernas elevadas.

	<b>PLAN DE EMERGENCIAS HAYA REAL ESTATE</b>	DLL-EM-001
		DICIEMBRE 2018
		REV 01
		Página 48

Aflojar la ropa. Si existe pérdida de conocimiento, colocar en decúbito lateral (posición de seguridad), manteniendo la apertura de la vía aérea.

- Evitar aglomeraciones en torno al afectado.
- Tranquilizarle tras su recuperación, esperando a que sea completa.
- El síncope relacionado con el ejercicio se derivará como una urgencia por su potencial gravedad (llamar a URGENCIAS 112). NUNCA se debe permitir que el afectado reanude el ejercicio físico.

#### PRECAUCIONES:

- NO dejar solo a la persona que inicia síntomas compatibles con síncope vaso-vagal (mareo, náuseas), por el riesgo de traumatismo si se produce una caída por pérdida de consciencia.
- NO sujetar o sentar a la persona (lo correcto es tumbarlo).
- NO mostrar ansiedad o preocupación.
- NO dejar que reanude sus actividades sin que se haya recuperado del todo o, aunque su recuperación parezca completa, si se trata de un primer episodio o se desconocen las circunstancias en las que se produjo.

### **HIPERTERMIA**

Es el aumento de la temperatura corporal por encima de 37,5° axilar y 38° rectal.

Sólo hay que actuar con temperaturas por encima de los 38° axilar y 38,5° rectal.

#### ACTUACIÓN BÁSICA: PRIMEROS AUXILIOS

1. Mantener a la persona lo menos abrigado posible y apartarlo de cualquier fuente calor.
2. Administrarle agua o líquidos azucarados: zumos...
- 3 Administrar paracetamol.

#### PRECAUCIONES:

- NO dar friegas con alcohol o colonia.
- NO administrar aspirina sistemáticamente, ya que en algunos casos puede estar contraindicado.



## **CONVULSIONES**

Se trata de episodios de origen neurológico de inicio brusco que pueden manifestarse con sintomatología motora o sensitiva, con o sin pérdida de conciencia. El episodio más característico consiste en pérdida de conocimiento brusca con caída al suelo, rigidez o pérdida de tono muscular y posteriormente movimientos de flexo-extensión de extremidades, cambio de coloración facial (cianosis o “azulado”). Puede acompañarse de emisión de saliva y de orina, y, debido a la contracción mandibular, de mordedura de la lengua. Suelen ser breves y ceden espontáneamente, con recuperación posterior gradual del afectado y somnolencia.

Cuando se desencadenan en situaciones concretas (miedo, dolor, estrés emocional...), o tras una rabieta, probablemente no se tratará de crisis convulsivas. Tampoco suelen ser convulsiones aquellos movimientos que ceden con maniobras mecánicas.

No todas las personas que convulsionan son epilépticas. La hipoglucemia, el traumatismo craneal, la fiebre, las intoxicaciones, también pueden producir convulsiones.

### **ACTUACIÓN BÁSICA: PRIMEROS AUXILIOS**

1. Mantenerle tumbado evitando que se golpee con los objetos que le rodean.
2. Evitar la mordedura de la lengua interponiendo un pañuelo entre los dientes.
3. Si coincide con fiebre intentar bajar la temperatura quitándole ropa y administrando un antitérmico vía rectal (supositorio de paracetamol).
4. Tras la crisis, y hasta que la recuperación de la conciencia no sea completa, mantener al afectado en decúbito lateral y asegurar la vía aérea.

### **PRECAUCIONES:**

- NO intentar levantar, sentar o sujetar a la persona durante la crisis.
- NO introducir objetos duros en la boca para evitar la mordedura de la lengua.
- NO ofrecerle alimento o bebida hasta que haya recobrado completamente la conciencia.

## **DOLOR ABDOMINAL**

El dolor abdominal agudo en la infancia es difícil de definir, ya que puede deberse a múltiples causas y manifestarse de muy diversas formas. Influye además la capacidad del afectado para tolerarlo, los factores psicógenos y la edad.

Es importante el diagnóstico precoz para decidir el tratamiento más adecuado, sobre todo si éste debe ser quirúrgico.

**ACTUACIÓN BÁSICA: PRIMEROS AUXILIOS**

- Tranquilizar a la persona, buscarle un ambiente adecuado, colocarle en una postura más cómoda y facilitarle el acceso al cuarto de baño si lo precisa.
- Si el dolor es intenso, si se asocia a ansiedad, sudoración, palidez, náuseas o vómitos, si está bien localizado, o provoca quietud absoluta (posición antiálgica), acudir a un Centro Sanitario.

**PRECAUCIONES**

- NO suministrar analgésicos (salvo en el caso de dolor menstrual o dismenorrea), ya que dificultaría el diagnóstico.
- NO ofrecer alimentos o bebidas, sobre todo si el dolor es intenso y se acompaña de vómitos y/o diarrea.

**INSOLACIÓN O GOLPE DE CALOR**

Es un aumento de la temperatura corporal causado por una exposición prolongada al sol. Se presenta de forma súbita y puede producir pérdida de conocimiento.

**ACTUACIÓN BÁSICA: PRIMEROS AUXILIOS**

1. Colocar a la persona en un lugar fresco.
2. Acostarle semiincorporado para disminuir el aumento de riego al cerebro.
3. Aflojarle la ropa que le oprima.
4. Aplicar compresas de agua fría a la cara y cabeza o bien refrescar con una esponja.
5. Si no ha perdido el conocimiento, darle agua o una bebida con sales o isotónica.
6. Controlar la temperatura.
7. Si existe dolor de cabeza, administrar paracetamol.

**PRECAUCIONES:**

- NO dejar al afectado expuesto al sol.
- NO poner la cabeza más baja que los pies.

**REACCIONES ALÉRGICAS**

Una reacción alérgica es una respuesta anormal ante determinados estímulos (alimentos, fármacos, picaduras de insectos, etc.) en individuos predispuestos. Los síntomas aparecen después de minutos o de horas tras la exposición al agente causal.

Puede afectar a las vías respiratorias (crisis asmática), a la piel y mucosas (urticaria/angioedema), o a otros órganos.

La urticaria consiste en la aparición súbita de ronchas o habones (piel enrojecida y sobre-elevada) pruriginosos, que cambian de localización en horas o minutos.

El angioedema es una hinchazón no pruriginosa, generalmente indolora, aunque puede producir sensación de quemazón, que afecta sobre todo a cara, genitales, manos y pies, y en ocasiones a la lengua, úvula y laringe, produciendo dificultad respiratoria.

Anafilaxia es una reacción inmediata aguda y grave con síntomas generalizados (al menos en dos órganos):

urticaria, angioedema, dificultad respiratoria, sensación de mareo, náuseas... Es una verdadera urgencia médica.

Las picaduras o mordeduras de animales pueden producir reacciones locales o generales "per se", además de reacciones alérgicas si la persona está sensibilizado.

#### ACTUACIÓN BÁSICA: PRIMEROS AUXILIOS

- Si la persona ha sufrido cuadros intensos de urticaria y/o angioedema con afectación de la vía respiratoria o cuadros de anafilaxia recurrente, se recomienda que lleve consigo una jeringa precargada de adrenalina para autoadministrársela en caso de urgencia. Debe llevar también un antihistamínico y dos o tres comprimidos de prednisona en dosis de 10 a 30 mg. En cualquier caso, acudir URGENTEMENTE a un centro hospitalario o llamar a URGENCIAS 112.

- Ante picaduras: extraer el aguijón (abeja), lavar la piel y desinfectar, aplicar corticoides tópicos, y analgésicos si existe dolor. Dejar en reposo el miembro afectado y aplicar compresas frías.

- Ante mordeduras de ofidios (especialmente víbora): tranquilizar al niño, lavar la herida con agua y jabón y aplicar un antiséptico (excepto alcohol). Dejar en reposo o inmovilizado el miembro afectado (más bajo que el resto del cuerpo), suministrar un analgésico (paracetamol) y llamar a URGENCIAS 112.

#### PRECAUCIONES:

- NO administrar antihistamínicos tópicos.

- Ante picaduras/mordeduras: NO hacer incisiones en la herida, NO aplicar barro o hierbas, NO realizar torniquetes y NO aplicar hielo directamente.

- Ante picaduras de garrapata, NO intentar extraerla y acudir a un Centro Sanitario.

- Ante reacciones por la oruga procesionaria del pino, NO frotar ni rascarse en la zona afectada, y quitarse la ropa que ha estado en contacto.

## **HEMORRAGIA**

Se trata de la salida de sangre a través de una herida por rotura arterial, venosa o capilar.

### **ACTUACIÓN BÁSICA: PRIMEROS AUXILIOS**

#### **a. Heridas**

1. Ante todo, hacer una cuidadosa limpieza de la zona afectada con suero fisiológico o agua del grifo "a chorro" suave.
2. Limpiar con una gasa y una solución antiséptica (povidona yodada o clorhexidina), siempre de dentro hacia fuera de la herida.
3. Cubrir la herida con una gasa estéril y esparadrapo.
4. Ante un corte extenso, después de la limpieza valorar la realización de sutura (puntos).
5. Si continúa sangrando, comprimir la herida con gasas para evitar la hemorragia.

#### **b. Hemorragia nasal**

1. Apretar el lado de la nariz que sangra (normalmente a los dos minutos ha dejado de sangrar).
2. Si no cesa el sangrado, coger una gasa, doblarla en forma de acordeón empapada en agua oxigenada e introducirla lo más profundamente posible en la fosa nasal que sangra, dejando siempre parte de la gasa fuera para poder extraerla después.
3. Aplicar compresas frías o hielo en la parte posterior del cuello, inclinar la cabeza hacia delante, para impedir que se trague la sangre.

#### **c. Heridas penetrantes**

##### **- Tórax:**

1. Tapar la herida con un apósito impermeable y fijarlo con esparadrapo.
2. Colocar la persona en posición semiincorporada.
3. Avisar a URGENCIAS 112. Mientras tanto, controlar los signos vitales.
4. Si la herida ha sido producida por un objeto punzante, no se debe retirar.

##### **- Abdomen:**

1. Cubrir la herida con un apósito humedecido.

2. Colocar a la persona tumbada con las piernas flexionadas.
3. Avisar a URGENCIAS 112. Mientras tanto, controlar los signos vitales.
4. Si la herida ha sido producida por un objeto punzante, no se debe retirar.

**PRECAUCIONES:**

- NO utilizar algodón en la limpieza de la herida, ya que deja restos.
- NO utilizar alcohol.
- Ante hemorragia nasal, NO utilizar “aquellos sistemas antiguos” de echar la cabeza hacia atrás y levantar el brazo.
- NO se deben sacar los objetos punzantes de una herida.

**CONTUSIONES Y FRACTURAS**

Contusión. Es una lesión por impacto de un objeto en el cuerpo que no produce la pérdida de continuidad de la piel, pero puede producir lesión por debajo de ella y afectar a otras estructuras. Según la intensidad del impacto

pueden aparecer: equimosis (cardenal), hematoma o edema (chichón) y aplastamiento intenso de partes blandas.

Esguince. Es la separación momentánea de las superficies articulares.

Luxación. Es la separación mantenida de las superficies articulares.

Fractura. Es la rotura de un hueso. Puede ser cerrada cuando la piel queda intacta y abierta cuando la piel que recubre la extremidad se rompe, produciendo una herida.

**ACTUACIÓN BÁSICA: PRIMEROS AUXILIOS**

**CONTUSIÓN**

1. Aplicar frío local, sin contacto directo con la piel (envuelto en un paño).
2. Si afecta a una extremidad, levantarla.
3. En aplastamientos intensos debe inmovilizarse la zona afectada, como si se tratara de una lesión ósea.

**ESGUINCE**

1. Aplicar frío local.
2. Levantar la extremidad afectada y mantenerla en reposo.
3. No mover la articulación afectada.

#### LUXACIÓN

1. Aplicar frío local.
2. Dejar la articulación tal y como se encuentre la extremidad. No movilizar.

#### FRACTURA CERRADA

1. Aplicar frío local.
2. No tocar la extremidad. Dejarla en reposo.

#### FRACTURA ABIERTA

1. No introducir el hueso dentro de la extremidad.
2. Cubrir la herida con gasas estériles o paños limpios y, preferiblemente, humedecidos.
3. Aplicar frío local.
4. No tocar la extremidad. Dejarla en reposo.

#### PRECAUCIONES:

- NO presionar, pinchar, ni reventar los hematomas.
- NO reducir las luxaciones y fracturas, ya que podemos lesionar los sistemas vascular y nervioso. Se deben inmovilizar tal y como se presenten.
- NO aplicar calor ni pomadas antiinflamatorias, analgésicos o calmantes, pues pueden enmascarar los síntomas y dificultar la exploración.
- NO intentar reintroducir el hueso en fracturas abiertas.

#### **ACCIDENTES EN LOS OJOS**

Este tipo de accidentes se producen por la introducción de cuerpos extraños, golpes o contusiones, quemaduras, etc., en los ojos.

#### ACTUACIÓN BÁSICA: PRIMEROS AUXILIOS

a) Ante la introducción de cuerpos extraños en los ojos (partículas, arena, virutas...):

1. Lavarse bien las manos antes de hacer cualquier manipulación en el ojo.
2. Impedir que el afectado se frote el ojo.
3. Lavar con suero fisiológico “a chorro”.
4. Tirar del párpado inferior primero, que es donde se suele alojar el cuerpo extraño. Si se observa, retirarlo con una gasa estéril o con la punta de un pañuelo limpio.

5. Si estuviera debajo del párpado superior, se levantará éste dejando al descubierto el globo ocular y se retirará el cuerpo extraño con una gasa estéril.

b) Si algo se ha clavado en el ojo, o se ha rasgado el globo ocular, acudir con urgencia a un Centro Sanitario.

c) Ante quemaduras en los ojos con productos químicos, lavar abundantemente con suero fisiológico, tapar los ojos con una gasa empapada en agua o suero fisiológico y llamar a URGENCIAS 112 o acudir a un Centro Sanitario.

#### PRECAUCIONES

- NO frotar los párpados sobre el ojo en ningún caso.
- NO echar gotas, a no ser que lo aconseje el especialista.
- NO retirar el objeto enclavado.

#### **QUEMADURAS POR CALOR O PRODUCTOS QUÍMICOS**

Son lesiones producidas por calor, rayos ultravioleta, productos químicos, electricidad... Pueden ser de tres tipos dependiendo de la gravedad:

- Eritema o enrojecimiento de la piel.
- Ampollas - Piel pálida o de color negruzco (suelen ser indoloras).

#### ACTUACIÓN BÁSICA: PRIMEROS AUXILIOS

##### a. Ante quemadura leve o eritema

1. Sumergir en agua fría o poner debajo del grifo la zona afectada durante al menos diez minutos.
2. Tapar la zona quemada con una gasa estéril.
3. En caso de quemadura solar, se puede aplicar crema con corticoides.

##### b. Ante quemadura con formación de ampolla

1. Si es localizada y no afecta a manos, cara o pliegues (codo, rodilla), lavar con agua fría y acudir a un Centro Sanitario.
2. Si es muy extensa o afecta a la cara, manos, pies y pliegues (codo, rodilla), llamar a URGENCIAS 112 o acudir a un Centro Sanitario.

##### c. Ante quemadura por agente químico (ácido o base)

1. Hacer un lavado intenso de la zona con agua para diluir el producto y arrastrar las partículas. (Hay dos tipos de ácidos que no se deben tratar con agua: el ácido sulfúrico y el ácido nítrico).

2. Retirar la ropa de la zona afectada.

3. Llamar al Centro Nacional de Información Toxicológica (91 562 04 20). Nos indicarán la forma de actuar.

#### PRECAUCIONES:

- NO se deben romper las ampollas que se hayan formado en ningún caso.
- NO aplicar cremas a las ampollas.
- NO aplicar agua si se trata de quemadura por ácido sulfúrico o ácido nítrico.

### **ACCIDENTES POR CORRIENTE ELÉCTRICA**

Son lesiones producidas por el paso de corriente eléctrica por el organismo. Puede producirse un paro respiratorio o cardíaco dependiendo de la intensidad y duración de la descarga, o bien quemaduras en la zona de entrada y salida de la corriente.

#### ACTUACIÓN BÁSICA: PRIMEROS AUXILIOS

1. Cortar la corriente eléctrica si es posible. Si no fuera posible, retirar al afectado de la fuente de corriente con un medio aislante de goma o madera.
2. Si existe parada cardio-respiratoria, se realizarán maniobras de RCP (reanimación cardio-respiratoria).
3. En general suele haber un punto de entrada y otro de salida de la corriente. Si la descarga es importante se pueden producir lesiones internas, por lo que es conveniente llamar a URGENCIAS 112 o acudir a un Centro Sanitario.

#### PRECAUCIONES:

- NO tocar a la persona que está recibiendo la descarga.

### **INTOXICACIONES**

Un tóxico es cualquier sustancia que, una vez introducida en el organismo, es capaz de lesionarlo. Una intoxicación es el resultado de la acción de un tóxico en el organismo.

Vías de penetración de los tóxicos: digestiva (productos de limpieza, material de laboratorio, tinta, insecticidas...) y respiratoria (gases y humos).

#### ACTUACIÓN BÁSICA: PRIMEROS AUXILIOS

1. Ante intoxicación por vía digestiva:



- Dar de beber (nunca en caso de inconsciencia) pequeñas cantidades de agua.
- Se puede limpiar la boca con una gasa empapada en agua.

Ante intoxicación por vía respiratoria:

- Desplazar al intoxicado a un lugar bien ventilado.
2. Comprobar los signos vitales.
  3. Si el afectado está inconsciente, colocarlo en posición lateral de seguridad.
  4. Identificar el tóxico y la cantidad y el tiempo que ha pasado desde la ingesta o exposición, siempre que sea posible.
  5. Recoger el envase del tóxico y pedir información al Centro Nacional de Toxicología (91 562 04 20).
  6. Llamar a URGENCIAS 112 o acudir a un Centro Sanitario.

#### PRECAUCIONES:

- NO provocar el vómito ante la sospecha de ingesta de productos caústicos, disolventes y derivados del petróleo.
- NO provocar el vómito en pacientes inconscientes.
- NO administrar neutralizantes caseros (vinagre, zumo de limón).
- Si el afectado está inconsciente, NO darle de beber.

#### **ATENCIÓN URGENTE A UNA PERSONA DIABÉTICA**

La diabetes es la enfermedad crónica más frecuente en la edad pediátrica, después del asma. Consiste en un déficit de insulina, lo que conlleva un aumento de la glucosa en sangre.

**HIPOGLUCEMIA.** Es la disminución de la glucosa (azúcar) en sangre por debajo de 60 mg/dl. A veces pueden presentarse síntomas de hipoglucemia con cifras superiores. Los síntomas iniciales son: temblor, sudor frío, palpitaciones y hambre. Posteriormente pueden aparecer mareos, confusión, convulsiones y, finalmente, coma.

**HIPERGLUCEMIA.** Es el aumento de glucosa en sangre por encima de 180 mg/dl. En la mayoría de los casos no presentan ningún signo o síntoma. Si la glucosa aumenta más pueden presentar poliuria (eliminación de gran cantidad de orina) y polidipsia (mucho sed), y si sigue aumentando aparecerán náuseas, vómitos, dolor abdominal y, a veces, alteración de la conciencia, llegando incluso al coma.

**HIPOGLUCEMIA.** Ante cualquiera de los síntomas descritos, se deberán seguir las siguientes indicaciones.

Si el afectado está consciente:

1. Administrar 10 gr de azúcares de absorción rápida: dos terrones de azúcar, o dos pastillas de Gluco-sport®, o medio vaso (100 cc) de zumo de frutas o de cualquier bebida azucarada.
2. A los 10-15 minutos, si persisten los síntomas, repetir la toma anterior.
3. Después, si se recupera, administrar una ración de azúcares de absorción lenta: 20 gr de pan, o 3 galletas María, o 2 yogures naturales, o 1 pieza de fruta.
4. Si el momento de la hipoglucemia está próximo a la comida, se administrará el azúcar de absorción rápida y se adelantará la comida.

Si está inconsciente:

1. Llamar a URGENCIAS 112.
2. No dar alimentos sólidos ni líquidos por boca.

HIPERGLUCEMIA: Si existe pérdida de conocimiento, llamar a URGENCIAS 112; si no hay pérdida de conocimiento, derivar a un Centro Sanitario.

### **CRISIS ASMÁTICA**

Es un episodio de broncoespasmo que cursa con dificultad respiratoria (disnea), tos seca y, en ocasiones, a la persona le suena el pecho ("pitos") y refiere sensación de opresión torácica. Generalmente se instaura de forma brusca, desencadenada por ejercicio físico o tras exposición a algún factor ambiental (ácaros del polvo, epitelio de animales, polen...).

#### **ACTUACIÓN BÁSICA: PRIMEROS AUXILIOS**

1. Tranquilizar a la persona. La relajación ayuda a no empeorar la situación. Mantener a la persona en reposo (sentado).
2. Evitar si es posible el factor desencadenante y otros irritantes (humo de tabaco, olores fuertes...).
3. En el tratamiento de la crisis asmática se usan broncodilatadores inhalados. También se usan cámaras de inhalación a las que se aplica el inhalador. La persona mayor está entrenada para su manejo y bastará con tranquilizarle y supervisar el tratamiento. Si la crisis es grave pueden ser ineficaces, porque la persona es incapaz de inhalar con la fuerza necesaria.
  - Administrar la medicación lo antes posible, entre 2-4 inhalaciones, y si no mejora a los 20 minutos, aplicar una segunda dosis y llamar a URGENCIAS 112.

#### **PRECAUCIONES:**

- NO demorar la derivación urgente si la crisis es grave.

	<b>PLAN DE EMERGENCIAS HAYA REAL ESTATE</b>	DLL-EM-001
		DICIEMBRE 2018
		REV 01
		Página 59

- NO perder la calma.

El siguiente esquema “PRIMEROS AUXILIOS ¿QUÉ DEBEMOS HACER?” se colocará a disposición de todos los trabajadores en el tablón de anuncios del centro de trabajo.

# PRIMEROS AUXILIOS

## ¿Qué debemos hacer?

### PRIMEROS AUXILIOS



#### ANTE UNA INGESTIÓN DE PRODUCTOS QUÍMICOS

- Pedir asistencia médica.
- Taparle con una manta para que no se enfríe.
- Averiguar el producto ingerido.



#### DERRAME DE PRODUCTOS QUÍMICOS SOBRE LA PIEL

- Lavar inmediatamente con abundante agua corriente, un mínimo de 15 minutos.
- Si es grande usar la ducha de seguridad.
- Quitar la ropa impregnada mientras esté debajo de la ducha.
- Retirar el reloj, pulsera, anillos, etc.
- Solicitar asistencia médica.



#### CONVULSIONES

- No impedir los movimientos.
- Colocarle tumbado donde no pueda hacerse daño.
- Impedir que se muerda la lengua con un pañuelo entre los dientes.



#### DESMAYOS

- Ponerle tumbado y levantarle las piernas.



#### CORTES

- Lavar con agua corriente.
- Si es pequeño y no sangra, lavar con agua y jabón, cubriendo con una gasa estéril.
- Si es grande y sigue sangrando, cubrir con más gasas, comprimiendo la herida.
- Buscar asistencia médica.



#### QUEMADURAS

- Lavar la zona afectada con agua fría de 10 a 15 minutos.
- Si es grave, buscar atención médica inmediata.
- No usar cremas ni pomadas en las quemaduras graves.



#### INHALACIÓN DE PRODUCTOS QUÍMICOS

- Protégete con una máscara adecuada o aguanta a respiración para sacarle al aire libre.
- Requerir asistencia médica.
- Aflojarle las ropas.
- Iniciar la respiración boca a boca al primer síntoma de insuficiencia respiratoria.
- Identificar el vapor tóxico.



#### SALPICADURAS EN LOS OJOS

- Actuar rápidamente (en menos de 10 segundos).
- Lavar los ojos con agua corriente, a chorro continuo a baja presión, abundantemente.
- Tapar el ojo con gasa estéril.
- Acude al médico.

### REANIMACION CARDIOPULMONAR



#### 1º. Apertura de las vías aéreas:

- Con una mano en la frente, inclinar su cabeza hacia atrás. Retirar sustancias extrañas (vómitos, piezas dentarias, etc.) de la boca, si existieran.



#### 2º. Si no respira:

Respiración Artificial (método boca a boca).

- Tapar con una mano los orificios de la nariz, mientras le realizamos con nuestra boca una respiración profunda (soplo fuerte), y observamos que se eleva el tórax.
- Quitar la presión de los dedos sobre la nariz y retirar nuestra boca, para que salga el aire.
- Repetir la maniobra de 12 a 15 veces por minuto.



#### 3º. Si no tiene pulso carotídeo (lado del cuello).

Realizar compresiones torácicas (masaje cardíaco):

- Nos colocamos de rodillas lateralmente a la víctima, que estará boca arriba en plano duro.
- Colocar el talón de una mano en la mitad inferior del esternón, y sobre esta mano apoyar la otra, entrelazando los dedos.
- Presionar con energía, hasta hundir el tórax unos 4 cms., después soltar.
- Realizar 30 compresiones seguidas de 2 insuflaciones de 1 segundo de duración, volviendo a repetir el ritmo 30/2.



#### 4º. Si notamos el pulso carotídeo espontáneo:

- Continuar con método boca a boca.

#### 5º. Cuando respire espontáneamente:

- Colocar al accidentado en posición lateral de seguridad.

### ACTIVACION DEL SISTEMA DE EMERGENCIA (P.A.S.)

#### PROTEGER

- El socorrista protegerá al accidentado y a sí mismo de situaciones de riesgo.

#### AVISAR

- Emergencias **112**
- Urgencias Insalud **061**
- Servicio de Información Toxicológica **91 562 04 20**

#### SOCORRER: PRINCIPIOS GENERALES

##### 1º Conservar la calma y actuar rápidamente

##### 2º Valoración inicial (Valorar las funciones vitales):

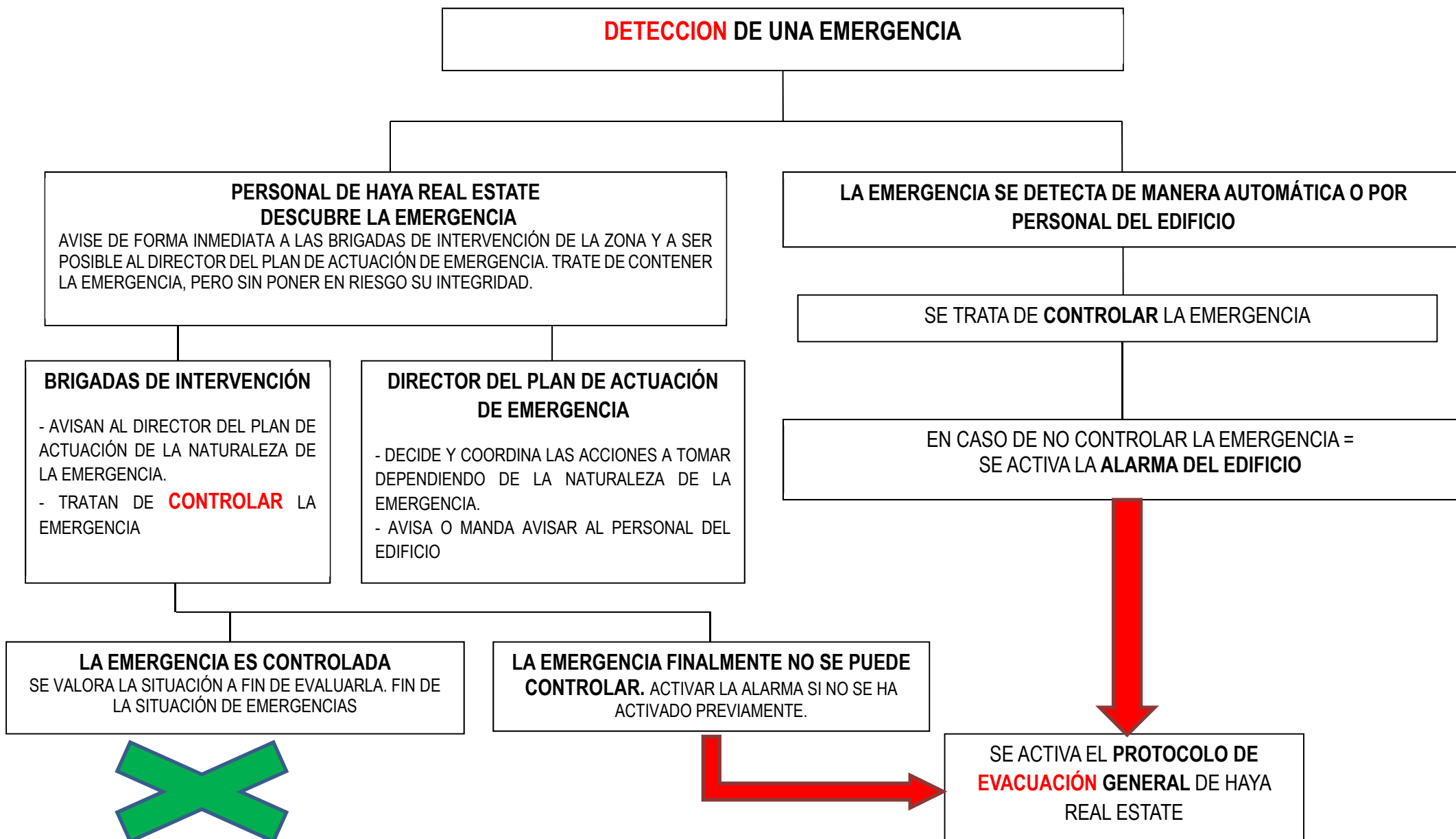
- Estado de conciencia
- Ver si respira. De no ser así, hacer el método boca a boca.
- Comprobar el pulso carotídeo. Si falta, reanimación cardiopulmonar.
- Si presenta hemorragias severas, actuar de inmediato.

##### 3º Valoración secundaria:

- Examinar otras lesiones de la cabeza.
- los pies.
- Tranquilizar al accidentado.
- Informarle de nuestras actuaciones.
- Traslado en condiciones adecuadas, si es posible.

	<b>PLAN DE EMERGENCIAS HAYA REAL ESTATE</b>	DLL-EM-001
		DICIEMBRE 2018
		REV 01
		Página 61

# **ANEXO VI** **SECUENCIA BASICA DE ACTUACION**



SE ACTIVA EL PROTOCOLO DE  
**EVACUACIÓN** GENERAL DE HAYA  
REAL ESTATE

**TRABAJADORES SIN FUNCIONES DE EMERGENCIA**

- TRAS EL AVISO DE EVACUACIÓN, SE DIRIJEN AL PUNTO DE REUNIÓN SIGUIENDO LAS INDICACIONES DE LAS BRIGADAS DE EMERGENCIAS.
- NO UTILIZAN LOS ASCENSORES.
- PERMANECEN EN EL PUNTO DE ENCUENTRO Y ESPERAN INSTRUCCIONES DE LAS AYUDAS EXTERIORES O DE SU DIRECTOR DEL PLAN DE ACTUACIÓN.

**DIRECTOR DEL PLAN DE ACTUACIÓN DE EMERGENCIA**

- TRAS EL AVISO DE EVACUACIÓN, ACUDE A RECEPCIÓN DEL EDIFICIO SI NO SE ENCUENTRA EN ELLA.
- AVISA AL 112.
- ESPERA EL REPORTE DE LAS BRIGADAS DE EMERGENCIA.
- EN CASO NECESARIO RECIBE A LAS AYUDAS EXTERIORES.
- PERMANECE EN LA ENTRADA DEL EDIFICIO

Nota. El personal de Centro de Control se quedará con el Director del Plan de Actuación y le prestará las ayudas que este precise.

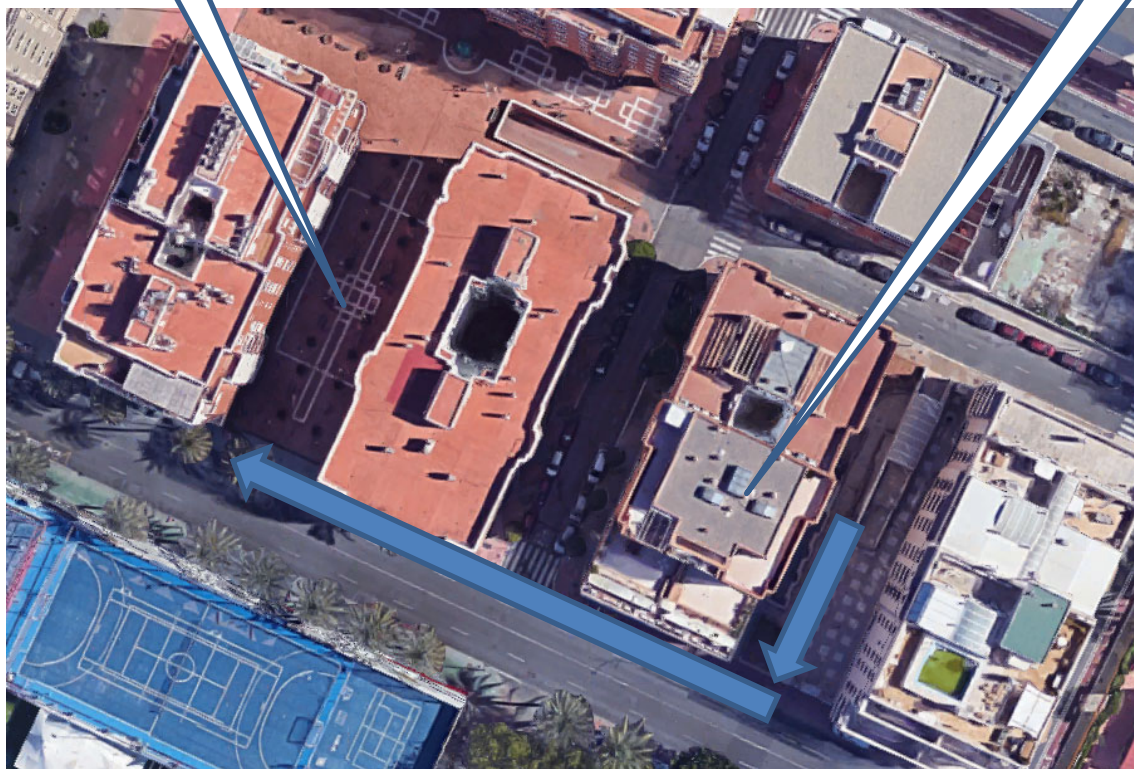
**BRIGADAS DE ALARMA Y EVACUACIÓN**

- TRAS EL AVISO DE EVACUACIÓN, REALIZAN "BARRIDO" DE SU ZONA. EVACÚAN TAMBIÉN A VISITAS O PERSONAL QUE ENCUENTREN EN SU RECORRIDO.
- REALIZAN REPORTE DE SU ZONA AL DIRECTOR DEL PLAN DE ACTUACIÓN. INFORMAN DE CUALQUIER CIRCUNSTANCIA ADVERSA.
- SE DIRIJEN AL PUNTO DE REUNIÓN. PERMANECEN EN ALERTA Y ESPERAN INSTRUCCIONES DEL DIRECTOR DEL PLAN DE ACTUACIÓN O DE LAS AYUDAS EXTERIORES
- ACUDE AL PUNTO DE ENCUENTRO Y ESPERA LAS INDICACIONES DE LAS AYUDAS EXTERIORES

	<b>PLAN DE EMERGENCIAS HAYA REAL ESTATE</b>	DLL-EM-001
		DICIEMBRE 2018
		REV 01
		Página 64

# **ANEXO VII** **PUNTO DE ENCUENTRO**





	<b>PLAN DE EMERGENCIAS HAYA REAL ESTATE</b>	DLL-EM-001
		DICIEMBRE 2018
		REV 01
		Página 66

# **ANEXO VIII** **PLANOS DEL EDIFICIO**

