

## **Protocolo y recomendaciones en caso de incendio**

### **¿Qué hacer en caso de incendio?**

No abras las regaderas del baño u otras llaves de agua tratando de refrescarte, las altas temperaturas que se producen en un incendio, harán entre otras cosas que el agua se vaporice rápidamente desplazando el oxígeno

1. Abre una ventana que dé a la calle y hazte notar, en pisos superiores puedes colocar en la ventana una sábana blanca que es una señal internacional de socorro, también puedes gritar
2. No regreses al interior del inmueble por ningún objeto

### **Protección personal en caso de incendios.**

Cuando se ha declarado un incendio, es necesario ante todo salvar la vida y para lograrlo, mucho ayudará el contar con un Plan de acción, en el que se contemple la evacuación total de un inmueble, este plan debe ser práctico, confiable, coordinado y supervisado por personal especializado.

Cuando se ha declarado un incendio, no todas las personas alcanzan a salir antes de que la temperatura ambiental se eleve en pocos minutos de 40° a 60°C, en un ambiente con temperaturas de 60°C, se han observado una serie de reacciones en los seres humanos, tales como la elevación de la frecuencia respiratoria hasta 30 o 40 veces por minuto, la frecuencia respiratoria normal de una persona adulta es de 20 veces por minuto, debido principalmente a la disminución del oxígeno en el área de incendio: del estrés causado por la situación en que se encuentra la víctima, mismo que provoca taquicardia y de las quemaduras causadas en las vías respiratorias por la inhalación de aire extremadamente caliente, causando lesiones que van desde la afonía hasta la muerte, además la exposición al calor durante un incendio hace que se presente el pánico en las personas atrapadas orillándolas a precipitarse o lanzarse al vacío.

El humo generado por el incendio incita al pánico, irrita los ojos y reduce la visibilidad o la anula por completo, logrando desorientar en la mayoría de los casos a los ocupantes del inmueble, impidiendo localizar los corredores o puertas de salida.

Durante un incendio, los gases matan, el humo inmoviliza y el calor existente causa fatiga, los incendios son básicamente iguales desde el punto de vista químico, pero su evolución varía de un evento a otro, por lo que hay que tener en cuenta que:

- Los incendios ocurren con mucha mayor frecuencia de lo que uno cree.
- Probabilísticamente todos estamos expuestos a vernos involucrados en un incendio y,
- Cuando un incendio crece, es difícil de controlar

### **Cómo actuar en caso de incendio.**

- Guarda la calma
- Evalúa la situación, trata de ver que se quema, en qué cantidad, el sitio donde está el fuego y si éste puede propagarse.
- Da la voz de alarma, primero a los bomberos y posteriormente a las personas más cercanas
- Trata de controlar la situación retirando a las personas a un lugar seguro o utilizando un extintor

- Si el incendio tiende a propagarse evacúa el área
- Baja por las escaleras de emergencia, no utilices los elevadores.
- Si no puedes bajar, intenta subir hasta la azotea; deja abierta la puerta de acceso a la misma para que el humo no se acumule en el cubo de las escaleras
- No te encierres en baños o closets, ni te metas debajo de mesas, escritorio, cama etc., ya que el humo y el calor invadirán toda el área
- Si está totalmente oscuro sigue una pared y no te separes de ella.
- Si quedas atrapado en una oficina, departamento o cuarto has lo siguiente:
  1. Cierra la puerta
  2. Tapa cualquier entrada de humo utilizando toallas, cortinas o pedazos de alfombra de preferencia húmedos o mojados
  3. Comunicate de ser posible por teléfono al commutador del edificio y señala tu posición
  4. Comunicate de ser posible al cuerpo de bomberos o con cualquier servicio de emergencia e indícales tu posición

#### **En caso de estar atrapado.**

- Debes si te es posible recostarte o permanecer lo más cerca al piso como sea posible para así evitar la inhalación de gases tóxicos, evitar el calor y aprovechar la mejor visibilidad.
- Tápate con un trapo o pañuelo de preferencia húmedo la nariz y la boca arrastrándote por el piso.
- Localiza la ruta de evacuación o trata de entrar a una oficina o cuarto que tenga ventanas que den a la calle.
- Si te encuentras lesionado, guarda la calma, de ser posible y si sabes cómo hacerlo, aplícate los primeros auxilios, grita pidiendo ayuda, arrástrate tratando de alcanzar la ruta de evacuación y no te alejes de la misma, esto facilitará tu localización ya que durante un incendio, los bomberos siguen esa misma ruta pero en sentido contrario por lo que existen mayores posibilidades de encontrarte.

#### **Cómo auxiliar a una víctima de las llamas.**

- Evita que la víctima corra, si hace esto, se avivarán las llamas
- Asegúrate de que las manos de la víctima cubran su cara
- Antes de tocar a la víctima es importante verificar si está en contacto con algún tipo de energía eléctrica
- Pon a la víctima en el piso y cúbrela con una manta, cortina, toalla o chamarra para sofocar las llamas
- Si no tienes con qué envolver a la víctima debes hacerla rodar sobre el piso hasta que el fuego se apague.

#### **Personas intoxicadas o lesionadas.**

- Guarda la calma ya que con tu actitud ayudarás a la víctima
- No hagas comentarios sobre la situación real de las lesiones de la víctima o respecto al incendio
- Pide ayuda e indica su situación
- No abandones a la persona lesionada

- Durante un incendio, cuando ocurre una lesión grave, un método para mover a la víctima hacia un lugar seguro es limitando sus movimientos, arrastrándola por medio de sus ropas o utilizando sábanas, cobijas, cortinas o pedazos de alfombra

### **Recordatorios.**

- Lo más importante en cualquier tipo de emergencia es salvar la vida
- Solicita inmediatamente los servicios de emergencia como es el del cuerpo de bomberos
- Nunca vayas solo a combatir un incendio
- En caso de incendio por ningún motivo, deberás permanecer en un lugar en donde haya humo o gases venenosos, sal de inmediato
- La capacitación y la práctica en simulacros de evacuación en caso de incendios, es la medida preventiva más efectiva para el control de este tipo de eventualidades
- Si tienes dudas en cuanto al control de una emergencia o no sabes qué hacer al respecto, retírate del lugar.