

Centro Coordinador de Emergencias Departamentales



Ubicación Av. Larriera y Ruta 3 (Batallón "Cap. Manuel Artigas" de Infantería Mecanizado N° 6) Teléfono 43426449 Mail cecoed@sanjose.gub.uy

PLANES DE EMERGENCIA Y CONTINGENCIAS

- Plan Director de Emergencias
- Plan de emergencia ante Inundaciones
- Plan de emergencia ante Incendios Forestales
- Plan de emergencia ante Accidentes con Mercancías Peligrosas
- Plan de emergencia ante Tormentas y Vientos.
- Plan de emergencia ante Sequía.
- Plan de emergencia ante Dengue

RECOMENDACIONES

Concentraciones En caso de asistir a un evento de estas características se recomienda:

- ? Informar a algún familiar o persona allegada sobre el evento y el lugar donde se desarrollará.
- ? Asistir bien alimentado e hidratado. Llevar agua en envase plástico.
- ? Usar ropa cómoda. En caso de concentraciones al aire libre llevar lo necesario para protegerse del calor, la lluvia o el frío.
- ? Usar calzado apropiado, generalmente cerrado. En los accidentes durante concentraciones masivas de personas el mayor número de heridas se produce en los pies.
- ? En caso de seguir un tratamiento médico, llevar la medicación.
- ? Llevar documento de identidad. En caso de asistir con menores, preparar una ficha con los datos personales y al menos un teléfono de contacto y asegurarse de que lo lleven en un bolsillo o similar. Hacer lo mismo con personas discapacitadas.
- ? Si se concurre en grupo, acordar con los demás integrantes un punto de encuentro dentro del lugar del evento y otro punto fuera del lugar del evento a una distancia mayor a 200 metros, por si se dispersan o extravían.
- ? En caso de tener menores a cargo, no separarse de ellos. Llevar en brazos o de la mano a los más pequeños.
- ? No llevar objetos peligrosos como envases de vidrio, recipientes metálicos, bengalas u otros.
- ? No exhibir símbolos o emblemas que impliquen, por su significado, una incitación a la violencia.
- ? Al llegar al lugar del evento, averiguar la ubicación de las salidas de emergencia o vías de evacuación previstas por la organización.
- ? Ubicarse en un lugar seguro. No permanecer sobre barandas u otros sitios peligrosos.
- ? No descuidar los objetos personales.
- ? Estar atento a las indicaciones del personal de seguridad y de la organización.
- ? Una vez finalizado el evento, abandonar el lugar de forma ordenada siguiendo los itinerarios señalados. Dejar libres las puertas y evitar detenerse en las inmediaciones.
- ? En caso de una evacuación de emergencia, dirigirse con calma a la salida más próxima. Procurar no retroceder, empujar, correr o

gritar. Todo ello puede provocar alarma y reacciones peligrosas. Cumplir las directrices de los Servicios de Emergencia, sin interferir en las tareas de socorro.

? Al encontrarse en una zona segura, confirmar que los demás integrantes del grupo se encuentren bien. En caso contrario, informar sobre las personas que faltan, su descripción y el lugar donde fueron vistas por última vez.

DengueRecomendaciones:

? Vaciar y dar vuelta latas y recipientes que estén al aire libre.

? Tapar tanques y depósitos de agua.

? Colocar neumáticos bajo techo y rellenarlos con arena.

? Evitar el agua en platos de macetas y floreros.

El *Aedes aegypti* es sensible tanto a los repelentes como a los insecticidas comunes, pero debemos tener cuidado con el uso de estos productos. Algunos consejos:

Repelentes humanos

? En caso de utilizarlo por primera vez, aplicar una pequeña cantidad en el antebrazo y observar. Si aparece enrojecimiento, ardor, erupción o reacción alérgica, lavarse inmediatamente con agua y jabón y consultar al médico.

? Evitar el contacto en ojos, labios y narinas.

? Aplicar únicamente en piel expuesta.

? No usar sobre piel dañada o irritada.

? En el caso de los repelentes en aerosol no rociar directamente en la cara, aplicar en la mano y luego, con esta, aplicar en la cara.

Evitar la inhalación.

? No aplicar en niños menores a 6 meses.

? No aplicar más de 3 veces al día en niños menores de 12 años.

? Es posible el uso de repelente en forma conjunta al filtro solar.

? Lavarse las manos con agua y jabón luego de la aplicación.

Repelentes de ambiente e insecticidas

? Leer las instrucciones de uso y corroborar que el producto se encuentre registrado ante el Ministerio de Salud Pública.

? Usar únicamente repelentes (aleja a los mosquitos) e insecticidas (mata a los mosquitos) de uso doméstico, de la familia de los piretroides (ej: Cipermetrina, Deltametrina, Permetrina), dado que son los de menor riesgo para la salud y están recomendados por la OMS y la Organización Panamericana de la Salud para el control del mosquito *Aedes aegypti*.

? No ingerir. Pueden presentarse efectos tóxicos severos si estos productos ingresan al organismo por vía digestiva.

? Dejar fuera del alcance de los niños en todo momento.

? En el caso de los repelentes ambientales, usar preferentemente productos termoevaporables (pastillas o líquidos) así como espirales.

o Colocar estos repelentes en los horarios de actividad del mosquito y por lo tanto de mayor riesgo de picadura (mañana temprano y final de la tarde).

o Es aconsejable que las personas se encuentren a más de 2 metros del punto de emisión del repelente.

? En el caso de los insecticidas en aerosol, aplicarlos sólo cuando se hayan visto mosquitos adultos.

o No pulverizar indiscriminadamente en todos los ambientes de la casa. Aplicar en lugares donde los insectos puedan esconderse.

o Retirar a los niños y las mascotas mientras se aplica el insecticida.

o Resguardar alimentos, utensilios de cocina y juguetes infantiles.

o Retirarse del ambiente y mantener cerrada la habitación durante 15 minutos. Ventilar el ambiente durante 30 minutos antes de volver a ingresar.

o Los insecticidas pueden ocasionar síntomas leves, como irritación en la piel o las vías respiratorias (los niños y las personas con antecedentes de alergia o hiperreactividad respiratoria son los más sensibles).

o Lavarse las manos con agua y jabón luego de la aplicación.

? En caso de presentar síntomas adversos o de intoxicación (ej: náuseas, vómitos, dificultad para respirar, convulsiones), consultar al médico y llamar al CIAT teléfono 1722.

? El *Aedes aegypti* es un mosquito principalmente doméstico, por ello la fumigación en grandes superficies (como por ej. Espacios verdes) no suele ser efectiva y se asocia a contaminación ambiental.

El virus del Dengue puede determinar una enfermedad leve, pero en algunos casos, constituye un cuadro grave, que puede causar la muerte de la persona enferma. El reconocimiento de los síntomas de la enfermedad se vuelve una herramienta realmente importante.

Si una persona vive en, o ha viajado a, un área con transmisión actual de Dengue (hay casos de Dengue en los países limítrofes), y además presenta fiebre, debe prestar atención a los siguientes síntomas:

- ? Náuseas y vómitos.
- ? Sarpullido
- ? Dolor de cabeza
- ? Dolor retro ocular (detrás de los ojos)
- ? Malestar general
- ? Dolor articular y muscular intenso

EL DENGUE CONSTITUYE UNA ENFERMEDAD DE NOTIFICACIÓN OBLIGATORIA DEL GRUPO A (NOTIFICACIÓN INMEDIATA): Cualquier ciudadano que tenga conocimiento o sospecha de la ocurrencia de esta enfermedad debe notificar inmediatamente a las autoridades.

Eventos_meteorológicos_adversos Frente a una tormenta asociada con lluvias intensas y vientos fuertes se recomienda:

- ? Mantenerse informado sobre pronósticos, estado del tiempo y advertencias de las autoridades.
- ? Tomar especiales precauciones con las personas más vulnerables (niños, personas adultas mayores, personas discapacitadas, personas enfermas). No dejarlas solas.
- ? Mantener a los animales domésticos en lugares protegidos.
- ? Retirar del entorno (jardines, balcones, etc.) objetos que puedan ser impulsados por el viento y transformarse en proyectiles.
- ? Cerrar y asegurar puertas y ventanas exteriores. Evitar permanecer cerca de ellas.
- ? Si es necesario, refugiarse en la habitación más protegida de la vivienda.
- ? Evitar la circulación innecesaria de personas y vehículos. En caso de tener que salir a la intemperie, usar ropa adecuada (abrigo y calzado impermeable).
- ? En caso de tener que permanecer fuera del hogar por muchas horas (en el trabajo, en el local de estudios, etc.) llevar alguna prenda adicional (medias, calzado, etc.).

En caso de tener que circular recordar:

- ? No intentar cruzar por caminos, calzadas o puentes inundados aunque se conozca el lugar: desplazarse en autos, motos o caballos no disminuye el riesgo de ser arrastrado debido a la cantidad y fuerza de las aguas.
- ? Procurar transitar por rutas principales y en horas diurnas.
- ? Conducir con extrema precaución:
 - o Disminuir la velocidad.
 - o Aumentar la distancia de seguridad con el vehículo delantero.
 - o Circular con "visión panorámica" atendiendo a lo que sucede alrededor (cables caídos, ramas, etc.).
 - o Evitar maniobras bruscas. No frenar abruptamente para disminuir la posibilidad de deslizamiento (acquaplaning).

En caso de identificar actividad eléctrica recordar:

- ? Alejarse de espacios abiertos (canchas, estacionamientos, etc.) y de torres, alambrados o cualquier otra estructura metálica.
- ? Alejarse de la costa y no bañarse en piscinas, playas, ríos, etc.
- ? Evitar refugiarse bajo los árboles: la madera mojada es conductora de la electricidad.
- ? En la medida de lo posible, evitar el uso de teléfonos celulares.
- ? En caso de advertir cables de tendido eléctrico caídos, no tocarlos y notificar de inmediato a las autoridades.
- ? Procurar desconectar antenas y entradas de TV cable. En caso de vivir en zonas rurales, desenchufar los aparatos electrónicos.

En caso de que se interrumpa el suministro de energía eléctrica

notificar la situación a la línea de reclamos de UTE al 0800 1930 0800 1930 GRATIS

o enviar un SMS al 1930 con la palabra LUZ y el número de cuenta

(figura en amarillo en la parte superior derecha de la factura).

En todo momento, procurar mantener la calma y en caso de emergencia llamar al 911.

Incendios Ante el riesgo de incendios forestales y de campo, se recomienda:

- ? Mantenerse informado sobre pronósticos, índices de riesgo de incendio y advertencias de las autoridades.
- ? Respetar las disposiciones para la realización de fogones. Sólo pueden encenderse en los lugares permitidos (parrilleros, churrasqueras, etc.).
- ? Al hacer fuego, mantenerlo controlado en forma permanente. No permitir que los niños jueguen en sus cercanías.
- ? Mantener siempre un recipiente con agua cerca del fuego.

? Al retirarse, asegurarse de que el fuego del fogón haya quedado totalmente extinguido.

? En caso de tener jardín, mantenerlo limpio, con el césped corto; si hay árboles, podar las ramas inferiores hasta una altura de 2 metros. Procurar no tener acacias longifolias, porque son altamente combustibles.

En caso de circular en vehículos:

? Llevar un extintor a polvo químico ABC de capacidad mínima de 4Kg.

? Evitar transportar recipientes con productos inflamables.

? No arrojar colillas de cigarrillos encendidas.

? Evitar circular sobre terrenos con vegetación, ya que el escape del vehículo podría generar un incendio.

¿Cómo hacer un fogón seguro?

Si se realiza un fogón en el suelo, limpiar previamente el lugar donde se encenderá el fuego por lo menos a 5 metros a la redonda.

Eliminar hojarascas y pinochas y rodear el fuego con piedras, ladrillos u objetos similares. No hacer grandes fogatas: para cocinar es suficiente un fuego pequeño. No dejar el fuego sin vigilancia. Una vez terminada la cocción de alimentos, apagar completamente el fuego. Remover los restos de leña y cenizas para verificar que esté totalmente extinguido antes de retirarse del lugar.

? La imprudencia, el descuido y la intencionalidad son conductas penadas por nuestras leyes.

? Las multas pueden llegar a 200 unidades reajustables.

? El incendio es un delito que tiene una pena de entre 12 meses de prisión y 16 años de penitenciaría de acuerdo al artículo 206 del Código Penal.

Para prevenir el riesgo de incendios de estructura se recomienda:

? Conocer las vías de evacuación del lugar donde se encuentre (la vivienda, el local de estudio, el trabajo, etc.).

? Procurar que los techos y fachadas de su vivienda sean de materiales resistentes al fuego. En caso de construcciones de madera, someterlas periódicamente a un tratamiento ignífugo.

? Revisar la instalación eléctrica por parte de técnicos instaladores autorizados, para evitar cortocircuitos.

? Procurar no sobrecargar los tomacorrientes.

? Extremar cuidados con las estufas:

o Mantenerlas a más de un metro y medio de material combustible (cortinas, papeles, colchones, etc.).

o Si se emplean estufas eléctricas asegurarse del buen estado de los cables y enchufes, y que se adapten perfectamente al tomacorriente.

o No utilizar adaptadores.

? Evitar almacenar y manipular productos inflamables.

? No dejar fósforos ni encendedores al alcance de los niños.

? En caso de tener que utilizar velas, colocarlas en un soporte metálico o de loza, con base firme y lo suficientemente grande como para contenerlas si se caen. Mantenerlas siempre alejadas del alcance de los niños y de materiales combustibles (cortinas, repasadores, colchones, etc.).

? Si se ausentará por un tiempo prolongado desconectar los artefactos eléctricos y cerrar la válvula o la llave de paso del gas.

¿Qué hacer ante un incendio?

? Verificar el incendio e identificar el origen del fuego.

? Llamar al 911 y evacuar a las personas.

? Cortar los suministros de energía eléctrica y gas.

? Si es posible, extinguir el fuego con las debidas precauciones.

Recordar que si el fuego es de origen eléctrico (por ejemplo, un adaptador) o de líquidos inflamables (por ejemplo una sartén con aceite) no se debe intentar apagar con agua.

? En todo momento, procurar mantener la calma.

? Ponerse a salvo lo más rápido posible.

? No perder tiempo intentando recuperar objetos.

? En caso de ser necesario, desplazarse cerca del suelo: en esa zona la temperatura será más baja y se podrá ver y respirar mejor.

? En caso de bajar de un edificio en llamas, usar una escalera libre de humo. No usar el ascensor.

Inundaciones Ante el riesgo de inundación, se recomienda:

- ? Mantenerse informado sobre pronósticos, estado del tiempo y advertencias de las autoridades.
- ? Tomar especiales precauciones con las personas más vulnerables (niños, personas adultas mayores, personas discapacitadas, personas enfermas). No dejarlas solas.
- ? Revisar el estado de cunetas y desagües próximos a la vivienda para evitar la acumulación de tierra, hojas, escombros, etc.
- ? Retirar del exterior de la vivienda aquellos objetos que puedan ser arrastrados por el agua.
- ? Colocar los productos tóxicos (pinturas, insecticidas, etc.) fuera del alcance del agua para reducir el riesgo de contaminación.
- ? Colocar los bienes y objetos de valor en los sitios más altos de la vivienda.
- ? Mantener a los animales domésticos en lugares protegidos.
- ? Tener listo el Bolso de Emergencia.
- ? Prepararse para una eventual evacuación.
- ? Evitar la circulación innecesaria de personas y vehículos.

En caso de tener que circular recordar:

- ? No intentar cruzar por caminos, calzadas o puentes inundados aunque se conozca el lugar: desplazarse en autos, motos o caballos no disminuye el riesgo de ser arrastrado debido a la cantidad y fuerza de las aguas.
- ? Procurar transitar por rutas principales y en horas diurnas.
- ? Conducir con extrema precaución:
 - o Disminuir la velocidad.
 - o Aumentar la distancia de seguridad con el vehículo delantero.
 - o Circular con "visión panorámica" atendiendo a lo que sucede alrededor (cables caídos, ramas, etc.).
 - o Evitar maniobras bruscas. No frenar abruptamente para disminuir la posibilidad de deslizamiento (acquaplaning).

Si la inundación ocurre, se recomienda:

- ? Notificar al 911.
- ? Desconectar el interruptor general de electricidad de la vivienda y las llaves de agua y gas.
- ? Beber sólo agua embotellada.
- ? En caso de que las autoridades determinen una evacuación, cumplir con todas las directivas que se indiquen.
- ? Cuando baje el nivel de las aguas, el retorno a las viviendas sólo podrá hacerse sin riesgo luego de que se limpien y desinfecten con hipoclorito las habitaciones afectadas y los utensilios de uso diario.
- ? Recordar que el desborde del sistema sanitario y la presencia de alimañas constituyen factores de riesgo para la salud.

[Guía familiar para la reducción de riesgos](#)