

PLAN DE CONTINGENCIA



**“MEJORAMIENTO DEL
CAMINO VECINAL LOMA
BLANCA - YANACUCHA II
ETAPA DEL DISTRITO DE
HUÁNUCO - HUÁNUCO”.**

HUÁNUCO – SETIEMBRE 2016

I. Introducción

El CONSORCIO INKA con la finalidad de dar cumplimiento a las disposiciones establecidas por la Ley del Sistema Nacional de Defensa Civil N° 19338, sus modificatorias y el Nuevo Reglamento de Inspecciones Técnicas de Seguridad en Defensa Civil, aprobado según Decreto Supremo N° 066-2007-PCM; ha elaborado para sus instalaciones un PLAN DE SEGURIDAD Y/O EVACUACION, el mismo que servirá para hacer frente a situaciones de emergencia, con lo que se obtendrá salvaguardar la integridad física y salud de las personas (colindantes al proyecto). Este Plan de Contingencia está preparado para la prevención y actuación de trabajadores de mano calificada y no calificada en caso ocurran eventos que por su naturaleza y magnitud pueden ocasionar daños a la integridad física, al patrimonio y al medio ambiente, este plan no solo contempla fenómenos como sismos, sino también desastres inducidos por la mano del hombre como incendios, accidentes de trabajo, para los que se establece un Plan, donde se describe las acciones a tomar en cada caso. Se incluye un Plan de Evacuación, que indica cómo hacer el abandono de la edificación en un tiempo prudencial y efectivo, donde todas las personas tienen que desplazarse a la parte externa del local ubicándose en las zonas seguras previamente establecidas. Para llevar a cabo este Plan, se cuenta con una organización cuyos integrantes están ampliamente capacitados y entrenados, con responsabilidades y funciones específicas para actuar correctamente en caso de ocurrencia de una emergencia; para ello también se cuenta con medios técnicos, humanos, así como de comunicación adecuados.

II. Definición de términos.

- Accesorio de izado: Mecanismo o aparejo por medio del cual se puede sujetar una carga o un aparato elevador pero que no es parte integrante de éstos.
- Accidente: Todo suceso indeseable que resulta en lesión o daño.
- Accidente fatal: A causa o con ocasión del trabajo y que provocan la muerte del trabajador en forma inmediata o durante su traslado a un centro asistencial.
- Accidente grave: A causa o con ocasión del trabajo y que:
 - Obligue a realizar maniobras de resucitación, o a realizar maniobra de rescate.
 - Ocurra por caída de altura de más de 2 metros.
 - Provoque en forma inmediata, la amputación o pérdida de cualquier parte del cuerpo.
 - Involucre un número tal de trabajadores que afecte el desarrollo normal de la faena afectada.
- Andamio: Estructura provisional con estabilidad fija, suspendida o móvil, y los componentes en el que se apoye. Que sirve de soporte en el espacio a trabajadores, equipos, herramientas y materiales, con exclusión de los aparatos elevadores.
- Aparato elevador: Todo aparato o montacargas, fijo o móvil, utilizado para izar o descender personas o cargas.
- Brigada de emergencias: Grupo de trabajadores (voluntarios) debidamente capacitados, entrenados y definidos para conformar dicha organización.

- Construcción: Edificación, incluidas las excavaciones y las construcciones provisionales, las transformaciones estructurales, la renovación la reparación, el mantenimiento (incluidos los trabajos de limpieza y pintura), y la demolición de todo tipo de edificios y estructuras.

- Emergencia: Es cualquier situación que pueda colocar en peligro al personal, propiedad de la empresa o medioambiente, tales como:
 - Derrame productos químicos
 - Ruptura de las líneas de proceso
 - Explosiones
 - Incendios
 - Accidente vehicular.
 - Daños a maquinarias y equipos
 - Intoxicaciones
 - Contaminación
 - Terremotos u otros desastres naturales.
 - Escapes de gas.

- Empleador: Persona natural o jurídica que emplea a varios trabajadores en una obra, y según el caso: el propietario, el contratista general. Subcontratista y trabajadores independientes.
- Entibaciones: Apuntar con madera las excavaciones que ofrecen riesgo de hundimiento.
- Estaciones de emergencia: Punto estratégico de la obra, en el cual se encuentran ubicados todos aquellos elementos necesarios para utilizar en caso de emergencia, tales como, extintor, camilla, botiquín, collar cervical, alarma, entre otros.

- Evacuación: Abandono masivo de una obra, edificio, local, recinto, u otro, ante una emergencia.
- Evaluación de riesgos: Proceso analítico que permite estimar la magnitud del riesgo, con el fin de adoptar medidas preventivas de control.
- Índice de frecuencia: Número de accidentes fatales e incapacitantes por cada 200.000 horas hombre trabajadas.
- Índice de severidad: Número de días perdidos por cada 200.000 horas hombre trabajadas.
- Índice de accidentabilidad: Es el producto del valor del índice de frecuencia por el índice de severidad dividido entre 200.000.
- Incidente: Todo suceso indeseable que puede causar lesión o daño.
- Medio ambiente: Es todo el entorno que nos rodea. Está compuesto por el aire, agua, suelo, flora y fauna.
- Lugar de trabajo: Sitio en el que los trabajadores deban elaborar, y que se halle bajo el control de un empleador.
- Plan de evacuación: Conjunto de actividades y procedimientos tendientes a preservar la vida e integridad física de las personas en el evento de verse amenazadas, mediante el desplazamiento, a través y hasta lugares de menor riesgo.
- Plan de emergencia: Es un plan operacional, respaldado con recursos humanos y materiales necesarios para controlar situaciones de emergencias y proteger a los trabajadores, personas en general, bienes de la empresa, medioambiente, de la acción de dichos eventos. Deberá ser preciso y bien definido, siempre actualizado para su aplicación oportuna y eficaz ante las eventualidades definidas en la obra.
- Peligro: Todo aquello que puede causar daño a las personas, equipo, proceso y al medio ambiente.
- Persona competente: Persona en posesión de calificaciones adecuadas tales como una formación apropiada, conocimientos y

experiencia para ejecutar funciones específicas en condiciones de seguridad.

- Riesgo: Es la posibilidad o probabilidad de que haya pérdida.
- Trabajador: Persona empleada en la construcción.
- Zona de seguridad: Zona identificada y delimitada destinada para la ubicación segura del personal en caso de emergencia.

III. Política a respuesta de emergencia:

La política ambiental de **CONSORCIO INKA** se integran de acuerdo a las condiciones de trabajo seguras y saludables no se dan por casualidad: es preciso que los empleadores dispongan de una política escrita de seguridad en la empresa que establezca las normas de seguridad y sanidad que se proponen alcanzar. Dicha política deberá nombrar al jefe encargado de que se apliquen las normas y autorizado para delegar responsabilidades en la gerencia y los supervisores a todos los niveles para el cumplimiento de las mismas.

La política de seguridad deberá cubrir los siguientes aspectos:

- Dispositivos para impartir capacitación a todos los niveles. Es necesario prestar especial atención a trabajadores en puestos clave, tales como los que erigen andamios y manejan grúas, cuyos errores pueden ser especialmente peligrosos para los demás.
- Métodos o sistemas de trabajo seguros para las operaciones riesgosas; los trabajadores que realicen dichas operaciones deben participar en su preparación
- Deberes y responsabilidades de supervisores y trabajadores en puestos clave.
- Dispositivos para divulgar la información sobre seguridad y salud.
- Medidas para establecer comisiones de seguridad.
- Selección y control de subcontratistas.

IV. Objetivos:

Los objetivos del plan de Seguridad del CONSORCIO INKA en el proyecto están basados en el cumplimiento de los siguientes aspectos:

- Evaluar, analizar y prevenir los riesgos en nuestro establecimiento.
- Evitar o mitigar las lesiones que las emergencias puedan ocasionar a nuestro personal docente, administrativo, estudiantes y terceros.
- Evitar o minimizar el impacto de los siniestros sobre la salud y el medio ambiente.
- Reducir o minimizar las pérdidas económicas y daños que puedan ocasionar a nuestra infraestructura.
- Capacitar permanentemente a todo nuestro personal en prevención de riesgos y entrenamientos en acciones de respuestas ante situaciones de emergencias.
- Contar con los procedimientos a seguir durante las operaciones de respuestas a la contingencia.
- Preparar a las directivas, profesorado, alumnado y empleados para afrontar un evento que pueda dar origen a una emergencia hasta la llegada de personal experto y organismos de socorro, mediante la implementación de una estructura organizada.

V. Organización de las brigadas.

5.1. Comité de seguridad.

El comité de seguridad es el organismo responsable del plan de contingencia. Sus funciones básicas son: programar, dirigir, ejecutar y evaluar el desarrollo del Plan, organizando asimismo las brigadas.

Al producirse la emergencia, los miembros del comité de seguridad que se encuentran en el establecimiento, dirigirán la evacuación de todas las personas en cuanto a la atención de la emergencia.

El comité de seguridad está constituido por:

Jefe de Emergencias

Como jefe de emergencias ha sido designado el señor Steve Dennys Valverde Fonseca, quien cuenta con capacitación y experiencia en estas tareas. Su teléfono Celular es 938762146 su correo electrónico es: steve_dvf@hotmail.com.

5.2. Brigadas.

El aspecto más importante de la organización de emergencia es la creación y entrenamiento de las brigadas.

5.2.1. Conformación brigadas de seguridad.

Estructura de la brigada.



- Jefe de Brigadas :
- Brigada contra incendio :
- Brigada de Evacuación :
- Brigada de Primeros Auxilios :
- Encargado de llamadas de emergencia :

5.3. Funciones de las brigadas de personal administrativo.

5.3.1. Jefe de brigadas.

1. Comunicar de manera inmediata al Residente de la Obra, de la ocurrencia de una emergencia.
2. Verificar si los integrantes de las brigadas están suficientemente capacitados y entrenados para afrontar las emergencias.
3. Estar al mando de las operaciones para enfrentar la emergencia cumpliendo con las directivas encomendadas por el comité.
4. Comunicar de la emergencia al cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Huánuco, Defensa Civil, Policía Nacional etc.
5. Si se trata de incendio, iniciado el fuego se evaluará la situación, la cual si es crítica se informará en el punto de reunión pre-establecido, para que se tomen las acciones de evacuación.
6. Se adoptará las medidas de ataque que considere conveniente para combatir el incendio.

5.3.2. Brigada contra incendio.

1. Comunicar de manera inmediata al Jefe de Brigada de la ocurrencia de un incendio y actuar de inmediato haciendo uso de los equipos contra incendio (extintores portátiles), si se

trata de una fuga de gas encendida **NO APAGARLA**, solo enfriar los cilindros circundantes.

2. Estar lo suficientemente capacitado y entrenados para actuar en caso de incendio.
3. Recibida la alarma, el personal de la citada brigada se constituirá con urgencia en el lugar del siniestro.
4. Se utilizará de manera adecuada los equipos de protección, con el fin de realizar las tareas de extinción.
5. Al arribo de la compañía de Bomberos informará las medidas adoptadas y las tareas que se están realizando, entregando el mando a los mismos y ofreciendo la colaboración de ser necesario.

5.3.3. Brigada de primeros auxilios

1. Conocer la ubicación del botiquín en la instalación y estar pendiente del buen abastecimiento con medicamentos.
2. Brindar los primeros auxilios a los heridos leves en las zonas seguras.
3. Evacuar a los heridos de gravedad a los establecimientos de salud más cercanos.
4. Estar suficientemente capacitados y entrenados para afrontar las emergencias.

5.3.4. Brigada de evacuación.

1. Comunicar de manera inmediata al jefe de brigada del inicio del proceso de evacuación.
2. Reconocer las zonas de seguridad, zona de riesgo y las rutas de evacuación de las instalaciones a la perfección.
3. Abrir las puertas de evacuación del local inmediatamente si ésta se encuentra cerrada.
4. Dirigir al personal y visitantes en la evacuación de las instalaciones.

5. Verificar que todo el personal y visitantes hayan evacuado las instalaciones.
6. Conocer la ubicación de los tableros eléctricos, llaves de suministro de agua y tanques de combustible.
7. Estar suficientemente capacitados y entrenados para afrontar las emergencias.

5.4. Funciones de las brigadas de los trabajadores.

- En cada área en proceso de construcción se designan a 01 brigadistas.
- Los brigadistas serán designados por el asistente de obras con la supervisión del Jefe de Seguridad (Jefe de Brigadas)
- La capacitación de los brigadistas estará a cargo del jefe de Seguridad (Jefe de Brigadas).

5.4.1. Brigadistas.

1. Tomar acción inmediata en caso que se presentará alguna emergencia y comunicar el hecho al jefe de seguridad y/o área responsable.
2. Reconocer las zonas de seguridad, zonas de riesgo y las rutas de evacuación de las instalaciones.
3. Abrir la puerta de evacuación del aula inmediatamente si esta se encuentra cerrada.
4. Dirigir la evacuación hacia las zonas de escape señalizadas.
5. Verificar que todos los estudiantes hayan evacuado del aula.

5.5. Pautas para las brigadas.

5.5.1. En casos de incendio.

- En caso de incendio se hará conocer a todo el personal a viva voz. Si la situación lo permite, intentará dominar el incendio con los elementos disponibles en el área (extintores) con el apoyo de la brigada de emergencia, sin poner en peligro la vida de las personas.
- Si el siniestro no puede ser controlado se deberá evacuar conforme lo establecido.
- Revisar los compartimientos de baños y lugares cerrados, a fin de establecer la desocupación del lugar.
- No se permitirá la utilización de ascensores.
- Mantener el orden de evacuación evitando actos que puedan generar pánico, expresándose en forma enérgica, pero prescindiendo de no gritar a fin de mantener la calma.
- La evacuación será siempre hacia las rutas de escape, siempre que sea posible. Posteriormente aguardarán las indicaciones del responsable de la emergencia a efecto de recibir instrucciones.

5.6. Pautas para el personal que se encuentra en la zona de emergencia.

- Todo el personal en general debe conocer las directivas del plan de evaluación.
- El personal que observe una situación anómala en donde desarrolla sus tareas, deberá dar aviso en forma urgente comunicando en voz alta (si el tamaño de los ambientes lo permite) sin gritar, manteniendo la calma a fin de no crear pánico. Efectuar las llamadas de emergencia.
- Seguir las instrucciones que se impartan
- No perder tiempo recogiendo otros objetos personales.
- Caminar hacia la salida asignada.

- Bajar las escaleras, caminar rápido sin correr ni gritar, respirando por la nariz.
- Una vez efectuado el descenso a la parte baja, se dirigirán en orden a la vía pública donde se concentrarán en el punto de reunión preestablecido

5.7. Métodos de protección.

5.7.1. Medios técnicos

Extintores

Las oficinas y ambientes del proyecto cuentan con 5 extintores, ubicados de la siguiente manera:

Todos los extintores existentes se encuentran adosados a la pared 1.50 mt. Del nivel del piso con respecto al manómetro), cuentan con su tarjeta de control mensual y señalización reglamentaria (1.80 mt. con respecto a la base).

5.7.2. Medios humanos.

Las oficinas cuentan con la cantidad de personas de acuerdo a las necesidades del proyecto.

5.7.3. Planos del establecimiento.

Como complemento, se cuenta con los planos del establecimiento en los cuales se representa gráficamente la localización de los medios de protección y vías de evacuación existentes en toda la edificación.

5.7.4. Listado de elementos básicos de dotación para el botiquín de primeros auxilios.

A continuación, se listan, a modo referencial, los elementos básicos de dotación para el botiquín de primeros auxilios, teniendo en consideración que en ellos no existen

medicamentos, pues estos solo se deben suministrar con la autorización del médico:

Ungüentos para quemaduras, vendas especiales para quemaduras, depósitos de diferentes tamaños, alcohol yodado, aseptil, baja lenguas, vendas de tela, esparadrapo de tela, gasa en paquetes independientes, agua oxigenada, tijeras, etc.

VI. Capacitación y simulacros.

Se ha considerado la realización anual de programas de capacitación de las brigadas y formación continua a los integrantes de los grupos de acción, para lo cual se debe contemplar lo siguiente:

- Detectar errores u omisión tanto en el contenido del plan de contingencia, como en las actuaciones a realizar para su puesta en práctica.
- Habituarse al personal a evacuar el establecimiento.
- Prueba de idoneidad y suficiencia de equipos y medios de comunicación, alarma, señalización, luces de emergencia.
- Estimación y optimización de tiempos de evacuación, de intervenciones de equipos propios y de intervención de ayudas externas.

Los simulacros deberán realizarse con el conocimiento y con la colaboración del cuerpo general de bomberos y ayudas externas que tengan que intervenir en caso de emergencia.

VII. Operaciones de respuesta.

7.1. Incendios.

Durante el incendio.

- En caso de que el incendio se produzca se debe evitar que el fuego se extienda rápida y libremente, es decir solamente deberá causar el menor daño posible.
- En caso de incendios, éstas son las indicaciones mínimas que se deben considerar:
- Todas las personas que detecten fuego intentarán extinguirlo (siempre y cuando no sea una fuga encendida), o contener las llamas para que no se expanda, con los medios disponibles (extintores, arena, agua etc.)
- El personal que se encuentre en el área de ocurrencia del incendio, solicitará apoyo de inmediato a sus compañeros, para coordinar las acciones a seguir en la extinción del fuego.
- Se solicitará la presencia de los Bomberos, para ello se recurrirá a los números telefónicos de emergencia, a efectos de obtener una pronta respuesta al acontecimiento.
- La Brigadas deberán evacuar a todo el personal ajeno a la emergencia, destinándolo a lugares seguros preestablecidos (Puntos de reunión).

Después del incendio.

- Mantener la calma y cerciorarse que se haya sofocado todo tipo de llamas asegurándose que no existan focos de reinicio de llamas o fuego.
- Realizar labores de rescate de personas si las hubiese brindándoles los primeros auxilios de ser el caso o transportándolas al centro médico más cercano.
- Acordonar o restringir el acceso a personas no autorizadas a las oficinas o edificio.
- Realizar trabajos de remoción o retiro de escombros y limpieza.
- Evaluar los daños ocasionados al entorno, vecinos y medio ambiente así como evaluar las pérdidas sufridas a nivel humano, de infraestructuras y patrimonial.

- Elaborar un informe preliminar del incendio y remitirlo a la instancia correspondiente. dentro de las 24 horas de producido de acuerdo a los procedimientos y a los formatos establecidos.
- Informar a otras autoridades locales o centrales según corresponda.

7.2. En casos de fuga – gas.

Estas indicaciones son las más generales que existen para el caso de fugas

- Evacuar a las personas que se encuentran a menos de 100 m de la fuga de gas.
- Movilizar el extintor y el equipo que fuera necesario para el control de la misma.
- Rociar el agua en forma de neblina (chorros niebla) para dispersar los vapores de G.L.P.
- Cortar toda posible fuente de ignición. No accionar interruptores eléctricos.
- Sofocar cualquier llama abierta que exista en las inmediaciones.
- De estar encendida la fuga No sofocarla.

7.3. Consideraciones especiales.

- La persona que es atrapada por el humo, debe permanecer lo más cerca del suelo (cubrirse la boca y nariz con un pañuelo humedecido), donde el aire es mejor. La respiración debe ser corta y por la nariz
- Si se trata de escapar del fuego, palpe las puertas antes de abrirlas, si siente que están calientes y se filtra humo no abrirla, buscar otra salida.
- Si se encuentra atrapado por el fuego y no puede utilizar la vía de escape, cierre la puerta y selle los bordes para evitar el ingreso del humo.

- En el caso de lesiones, quemaduras u otros se deberán aplicar las técnicas de primeros auxilios y brindar la atención inmediata de un médico y/o trasladar al accidentado al centro de salud más cercano.

7.4. En caso de sismos.

Si se hace frente a una situación de sismo o terremoto, estudiantes y personal en general serán orientados a mantener la calma en todo momento. Pensar con claridad es lo más importante en esos momentos.

1. Cuando comiencen los movimientos sísmicos, el personal se dirigirá en primera instancia a los puntos de concentración o reunión.
2. En caso de no lograrse tal cometido, se ubicarán para protegerse en áreas seguras o desplazarse hacia una esquina del ambiente o pasillo.
3. En el interior de la edificación colocarse en cuclillas o sentado, agarrado del mueble, cubriéndose la cabeza y el rostro. Protegerse de los objetos que puedan caer.
4. Los mobiliarios de las oficinas se dispondrán de manera tal que permanezcan estables durante un terremoto.
5. La brigada de emergencia, verificará la existencia de heridos. No se moverán las personas con heridas graves a menos que estén en peligro. Se realizará los primeros auxilios y se dará atención a las reacciones emocionales consecuencia del hecho.
6. No deberán accionarse interruptores eléctricos.
7. Se tendrá precauciones con la posible existencia de cristales rotos y cables eléctricos expuestos.
8. En caso de producir incendio o fugas de gas como consecuencia del temblor, se implementará la respuesta mencionada en los puntos 6.1 y 6.2.

9. Se inspeccionará con precaución los mobiliarios, estando atentos a objetos que puedan caer súbitamente de los estantes.

7.5. Contingencia en caso de emergencia.

Considerando la experiencia se hace necesario mantener un nivel mínimo de reacción ante situaciones que afecten la salud o integridad básico-física de las personas que se encuentren en el interior del local, ello debe encuadrarse en lo que regularmente se denomina **PRIMEROS AUXILIOS**, lo cual significa **estar en condiciones de actuar correctamente en un caso de emergencia**, ya sea del personal en general, estudiantes y visitantes.

Para esto contamos con un procedimiento para cada caso (ver procedimiento para la contingencia).

Normas básicas de primeros auxilios.

Al encontrarnos frente a una situación donde deban brindarse los primeros auxilios es necesario tener en cuenta las siguientes normas básicas:

1. Inmovilizar a la persona afectada, sobre todo si se trata de heridas y fracturas (los movimientos pueden complicar su estado de salud), salvo que su condición haga urgente su traslado para recibir su atención especializada.
2. Utilizar compresas, vendajes, o tablillas, según sea el caso para inmovilizar al accidentado.
3. Tranquilizar al accidentado manteniendo frente a él la serenidad de vida, evitando crear pánico y zozobra. De este modo es posible que la atención sufra mayores efectos.
4. Planificar los procedimientos a seguir, teniendo en cuenta el tipo de accidente o enfermedad generada. Se hace necesario también

planificar el uso de los medios y recursos materiales humanos con que se dispone.

5. Utilizar solo las medidas y técnicas apropiadas para brindar los primeros auxilios, no deben realizarse maniobras forzadas que puedan causar daños irreparables.
6. Evite comentarios con otras personas en el lugar del accidente y abstenerse del diagnóstico de cualquier naturaleza que resulten contraproducente.
7. Atender al accidentado y estar a cargo de él hasta que pueda ser confiado a personas calificadas, o hasta que se recupere o esté en manos de sus familiares.
8. El que presta los primeros auxilios no deben extralimitarse más allá de sus conocimientos y capacidad, debe procurar no causar más daño de que ha recibido el accidentado.
9. Si fuera necesario pida ayuda médica o de personas calificadas.

a. Primeros auxilios de quemaduras.

Cuando nos encontramos frente a un caso de quemaduras debemos proceder de la siguiente manera:

- Aliviar el dolor de la víctima.
- Evitar la infección de la piel cuando esta ha sido destruida.
- Rociar la parte quemada con agua durante un tiempo prolongado, luego cubrirla con vendas estériles sumergidas en agua fría o helada.
- Secar las heridas con cuidado, pero sin frotarlas.
- No cortar las ampollas, por ahí entra la infección.
- Cuando las quemaduras han afectado los miembros superiores o inferiores se buscará tenerlos en alto.

b. Primeros auxilios en hemorragias

Las hemorragias son la pérdida de sangre por efecto del impacto de elementos cortantes, punzantes o punzo cortantes, que producen heridas en el cuerpo del hombre.

Cuando se produce una hemorragia debe procederse de inmediato a detener el fluido de sangre, los métodos de presión directa de la arteria, elevando el miembro afectado.

El método de presión directa.

Consiste en presionar con gasa, un pañuelo limpio o apósito, por un tiempo prolongado, la arteria afectada. Puede realizarse con la mano o ajustarlo con una tela. Es preciso cuidar que no se desprendan los coágulos formados en la herida.

El método de la elevación de los miembros.

Este método consiste en poner en alto el miembro lesionado luego de ser vendado a compresión, en brazo debe elevarse a una altura mayor del corazón del accidentado.

Si la compresión y la presión no resultan, debe buscarse la ubicación del trayecto de la arteria sangrante y presionarla fuertemente contra el hueso. En el brazo, la arteria se localiza entre el canal formado entre el bíceps y el tríceps, en los miembros inferiores se localiza en la zona del pliegue en la ingle, ahí se cruza con el hueso pelviano.

c. Primeros auxilios en asfixias.

Las asfixias son manifestaciones de las alteraciones que sufre el aparato respiratorio debido a lesiones a las vías respiratorias, por la presencia de cuerpos extraños sólidos en la faringe, por acumulación de secreciones de la garganta, por el del aire con gases tóxicos, etc.

Cuando nos encontramos frente a un asfixiado es preciso aplicar la respiración artificial hasta que comience a respirar sin ayuda, o hasta que sea declarado muerto por el médico.

Los métodos más utilizados son la respiración boca a boca o boca a nariz, compresión torácica y movilización de los brazos.

Respiración boca a boca o respiración boca a nariz.

Para llevarse a cabo esta técnica es necesario actuar con mucha rapidez y tranquilidad siguiendo los siguientes casos:

Verificar utilizando los dedos que no exista ningún cuerpo extraño dentro de la boca. En caso contrario extraerlo inmediatamente.

Inclinar la cabeza del accidentado hacia atrás para que el mentón quede hacia arriba.

Colocar la mano izquierda debajo de la cabeza del accidentado y la mano derecha en la cabeza para inclinarla hacia atrás a fin de que la lengua no sea obstáculo.

- a) Para abrir más la boca tire o empuje la mandíbula hacia delante.
- b) Presione con el pulgar e índice de la mano derecha las alas de la nariz, para obstruirla y conseguir que el aire no escape y vaya a los pulmones
- c) Soplar con fuerza dentro de la boca del accidentado, empezando con un volumen fuerte de aire y prosiguiendo con la respiración de cada 5 segundos.
- d) Observar el pecho del accidentado, si realiza algún movimiento de expansión, dejar de soplar. Cuando se baje se volverá a soplar.
- e) Limpiar bien la boca y reiniciar la respiración artificial.
- f) Si el aire soplado no entra a los pulmones, el movimiento o expansión se producirá en el estómago del accidentado.

d. Primeros auxilios en fracturas

- a) Proteger al accidentado de otras posibles lesiones ubicarlo en un lugar seguro y no moverlo.

- b) Observar y controlar la respiración en caso necesario brindarle la respiración artificial.
- c) Inmovilizar la parte del segmento fracturado mediante el entablillado y vendaje y hasta que se le pueda transportar al accidentado.
- d) Nunca se debe tratar de colocar los huesos en su sitio es peligroso, eso sólo debe hacerlo el médico,
- e) Solo movilice al accidentado si hay peligro de explosión del vehículo o ambiente donde se encuentra, o si existen otros peligros para su vida.
- f) Solicitar con prontitud asistencia médica o ambulancia.

e. Primeros auxilios en atragantamiento

Los accidentes de atragantamiento son muy frecuentes. Pueden producirse tanto con los alimentos como otros objetos que se llevan a la boca. Cuando ocurre este accidente, se manifiesta con asfixias y con intento desesperado por tomar aire.

Frente a un atragantamiento debe actuarse rápidamente, para ello la persona atragantada debe sentarse cómodamente y estar calmada para que pueda toser y expulsar el cuerpo extraño.

Si la respiración se altera, debe tratarse de extraer el objeto si es posible con los dedos, pero con mucho cuidado colocar a la víctima en una posición adecuada a fin de aplicarle ligeros golpes en la base de la nuca para que arroje el objeto atragantado, de ser el caso aplicar la maniobra de Heimlich. Si la situación empeora recurra de inmediato al médico.

GUIA.

1. Pregunte "**Se está atragantando**", "**¿Puede Ud. hablar?**", Si no puede hacerlo dígame a la víctima que Ud. lo va ayudar.
2. De compresiones abdominales con las manos en posición apropiada (compresiones torácicas si es una embarazada o una persona obesa), evitando compresiones sobre la base del esternón (apéndice xifoides).
3. Repita las compresiones hasta que el objeto sea expulsado (y la obstrucción sea expulsada) o la víctima se torne inconsciente.
4. Active el servicio de emergencia.
5. Abra las vías aéreas alzando la quijada y lengua, realizando un barrido con el dedo para remover el cuerpo extraño.
6. Abra las vías aéreas e intente ventilar, si aún esta obstruido (no pasa el aire y el tórax no se eleva), reabra las vías aéreas (reposicione la cabeza y la barbilla) e intente ventilar nuevamente.
7. Si la ventilación es ineficiente, provea cinco compresiones abdominales sentándose a horcajadas sobre la víctima.
8. Asegúrese de colocar las manos en la posición adecuada evitando compresiones sobre la base del esternón (apéndices xifoides).
9. Repita los pasos 5 al 6 hasta que la ventilación de rescate pueda ser efectiva, luego continúe con los pasos para el RCP **si es necesario**.

f. Primeros auxilios en caso de ataque cardiaco.

Frente a una persona que ha tenido un ataque cardiaco debe tenerse en cuenta algunas normas:

- Ponerlo en una posición cómoda (sentada o semi-sentada) para no agravar la
- Insuficiencia respiratoria.
- Afloje cualquier prenda de vestir ajustada,

- Si se interrumpe la respiración practicarle Inmediatamente la respiración artificial.
- Mientras se practican los primeros auxilios, comunicar de inmediato al médico y a la ambulancia.

CONTINGENCIA EN CASO DE EMERGENCIA		
Personal a cargo: Departamento de Seguridad y Asistencia Social.		
Equipo necesario: Botiquin de primeros auxilios		
ANTES DEL EVENTO	DURANTE EL EVENTO	DESPUES DEL EVENTO
Se realiza una relacion de centros medicos mas cecanos	Notificar al asistente social y jefe de seguridad	Informe de la emergencia, incluyendo causa, manejo y consecuencia del evento.
Contar con informacion previa de los trabajadores para el momento de la emergencia, esto incluye si cuenta con algun seguro adicional al que le brinda la empresa	Realizar procedimientos de primeros auxilios	
Brindar las indicaciones del caso al trabajador de suceder una emergencia (Con quien reportar, señalizaciones de peligro, que documentos inmediatos debe portar)	Esperar a que venga la ayuda	Tomar acciones inmediatas

VIII. Evaluación de la emergencia.

Debemos entender que la Evacuación es la organización, los recursos y los procedimientos, tendientes a que las personas que habitamos este edificio, al encontrarnos amenazados por un peligro (incendio, inundación, escape de gas, bomba, etc.) protejamos nuestra vida e integridad física, tanto personal como de estudiantes mediante el desplazamiento hasta y a través de lugares de menor riesgo. Lo que significa estar organizado para responder. La incertidumbre sobre la posible ocurrencia de una emergencia y los múltiples casos presentados en edificios y áreas de gran concentración de personas, nos han enseñado que para afrontar con éxito la situación, la única fórmula válida, además, de la prevención, es la planeación anticipada de las diferentes alternativas y acciones

a seguir. Debido a que en el esquema normal de respuesta en caso de emergencia, la presencia de los organismos especializados de socorro requiere de un mínimo de tiempo, y a la dinámica misma del desarrollo de una emergencia, es necesario que las personas involucradas en un evento de esta naturaleza puedan ponerse a salvo en el menor tiempo posible.

Por lo tanto, la ruta de evacuación en una emergencia será continua y no obstruida en algún punto del área de trabajo o estructura hasta la vía pública.

¿Qué requisitos básicos deberían cumplir los medios de salida?

- Libres y sin obstrucciones, sin objetos y sin elementos que generen distracciones.
- Deberán poseer medidas específicas de alto y ancho determinadas por las normas.
- Deben conducir a las personas a lugares seguros y lo suficientemente amplios e iluminados.
- Las puertas deberán permanecer libres y sin obstrucciones por objetos.
- Otros que en los simulacros se observen.

La trayectoria normal del recorrido es la misma que se utiliza para calcular el tiempo y flujo de evacuación de los ocupantes.

IX. Procedimiento para revisión y actualización del plan.

9.1. Procedimiento de coordinación entre oficinas del edificio.

Se deberá tener al alcance una comunicación directa e inmediata entre las oficinas vecinas del edificio, con el fin que puedan prestar ayuda en caso de producirse una emergencia, y también hacerles conocer de la misma para que adopten sus medidas de seguridad propios. Será muy importante coordinar con el personal de seguridad y control de acceso del edificio.

9.2. Enlace con el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios del Perú.

Se deberá tener una comunicación directa con el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios del Perú, quienes serán los que actuarán en caso de producirse una emergencia como órganos de respuesta.

9.3. Enlace con La Policía Nacional del Perú.

Se deberá tener una comunicación directa con la Policía Nacional del Perú, a fin de que puedan ser ellos los que actúen manteniendo la seguridad en todo el momento de mitigar la emergencia

9.4. Enlace con los servicios de salud pública y privada.

Se deberá comunicar a los servicios de salud y privada, con la finalidad de que los mismos tomen las respectivas medidas de prevención de acuerdo a sus competencias

9.5. Cronograma de Actividades.

Objetivo estratégico.

Desarrollar mecanismo para evaluar las actividades que permitan tomar acciones para mejorar la eficacia del sistema de seguridad.

Objetivo del área.

-Brindar información clara para garantizar a los estudiantes, formadores y personal que labora en la institución, estabilidad en materia de seguridad.

ANEXOS

I. Información sobre las instalaciones.

1.1. Descripción de obras similares.

Las empresas han venido realizando diversas obras en el interior del país teniendo vasta experiencia en ejecución de obras de infraestructuras, muros de contención entre otras edificaciones.

1.2. De las instalaciones.

La construcción del camino vecinal se detalla lo siguiente:

Específicamente corresponde a la carretera vecinal que parte de la Localidad de Loma Blanca del Asentamiento Humano Aparicio Pomares y continua en forma ascendente hacia las localidades de Santo Domingo de Nauyan, Chinchán, Huancan, Augash Grande, Augash Chico, Capillapampa y Yanacocha.

De este camino vecinal, cuya longitud total es 34.715 Km., actualmente la Municipalidad Provincial de Huánuco mediante Contrato viene ejecutando la I Etapa que comprende 10.30 Km., que comprende el tramo entre Loma Blanca y Santo Domingo de Nauyan. En consecuencia, la II Etapa, que es el motivo del presente Expediente Técnico, abarca el tramo entre Santo Domingo de Nauyan y Yanacocha con una longitud de 24.415 Km.

Debido a que las malas condiciones de transitabilidad del camino, que tienen características de una trocha carrozable, sin tratamiento de la superficie de rodadura y carentes de obras de arte como de drenaje; la Municipalidad Provincial de Huánuco, ha ejecutado inicialmente los

Estudios de Pre Inversión a Nivel de Perfil, que por su naturaleza, ha reportado una longitud total de 32.2 Km.

Con el Estudio de Pre Inversión aprobado por el SNIP, en el Plan de Inversiones del Año 2013 La Municipalidad Provincial ha programado el desarrollo del presente Expediente Técnico, mediante el Proceso de Adjudicación Directa Selectiva N° 01-213-MPHCO y el Contrato N° 022-2013-MPHCO-A.

1.3. Descripción del sitio.

1.3.1. Topografía.

Posee una topografía de ladera con pendiente moderada y terrenos agrícolas a ambos lados.

1.3.2. Servicios.

El Área donde se ejecutará la obra, cuenta con fluido eléctrico, agua y desagüe y establecimiento de educación como son colegio primario.

1.4. Vías de acceso.

Desde la ciudad de Huánuco, para llegar a obra tenemos que contratar vehículos con dirección a Santo Domingo de Nauyan - Yanacocha, en este intervalo se encuentran los demás tramos pertenecientes a la obra

1.5. Condiciones climáticas y altitud.

Está a una altitud aproximada de 2850 msnm y una altitud promedio de 3484 msnm en Yanacocha aproximadamente, con una temperatura promedio de 18°C A 28 °C en Santo Domingo Nauyan y con una temperatura promedio de 12°C A 20 °C en Yanacocha aproximadamente

II. LISTA DE CONTACTOS.

DIRECTORIO TELEFONICO DE EMERGENCIA

En caso de emergencia el personal encargado será el responsable de efectuar las siguientes llamadas

AMBULANCIAS.

- Alerta medica 225-4040
- Aló Es salud 411-8000
- Cruz Roja **268-8109**
- Bomberos 116 / 222-0222.

ASISTENCIA PÚBLICA.

- Hospital Hermilio Valdizan.

EMERGENCIA POLICIALES.

- Emergencias PNP 105
- Emergencias P.N.P R.P.C. 914729424
- Ministerio del Interior 518-0000
- Dirección Nacional contra El Terrorismo (DINCOTE) 433-3684
- Dirección Nacional de Investigación Nacional (DIRINCRI) 518-1200
- Robo de Vehículos (DIROVE) 328-0353
- Unidad de desactivación de explosivos (UDEX) 431-3040.

ENTIDADES DE SERVICIOS PUBLICOS.

Hospitales clínicas y Centros de salud

- **Hospital Nacional Hermilio Valdizán Medrano**

Emergencia **512400** / Central **513370**

Essalud

- Central Huánuco **511977**
- Emergencia Huánuco: **513308**
- Clínica Dental Santa Apolonia: **513612**
- Clínica de Ojos Santos: **517060** y **513620**

Bomberos

- **Comandancia Departamental** Dirección: Jr. Ayancocha No. 586 - HUANUCO
Teléfono: **513069**
- **Salvadora Huánuco Nº 52**
Dirección: Ayancocha No. 586 - HUANUCO
Teléfono: **513333**
- **Tingo María Nº 61**
Dirección: Jr. Lamas No. 427 - TINGO MARIA
Teléfono: **563333**
- **Aucayacu Nº 145**
Dirección: Av. Lima Cdra. 1 - Estadio Municipal - AUCAYACU
Teléfono: **488219**
- **Amarilis Nº 146**
Dirección: Jr. Manco Cápac No. 265 - AMARILIS
Teléfono: **519255.**

Emergencias policiales y serenazgo y defensa

- Serenazgo Amarilis: **518624**
- Serenazgo Huánuco **518080**
- Policía Huánuco **513117**, **513262** y **513115** (Comisaría)
- Policía Amarilis **513310**

- PNP Deandro: **517668**
- PNP Suat: **514842**
- Defensa Civil: **513530**
- Seguridad vial PNP: **513280**

Informaciones generales

- SUNAT : **513200**
- Presidencia Regional : **513488**
- Defensoría del pueblo: **518203**
- Aeropuerto: **513066**

III. LISTADO DE EQUIPOS DE RESPUESTA A EMERGENCIA.

El equipo de protección básico entregado a los trabajadores será:

- Casco contra impacto. **(según diseño)**
- Lentes protectores. **(según trabajo a realizar)**
- Protectores auditivos. **(según trabajo a realizar)**
- Polo naranja manga larga
- Chalecos según diseño
- Pantalón drill naranja
- Botas de jebe.
- Zapatos de seguridad con punta de acero
- Guantes de cuero
- Guantes de jebe
- Guantes de lona

Protecciones colectivas.

- VALLAS DE CIERRE

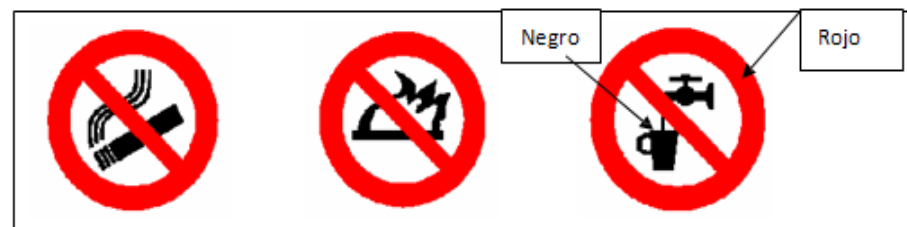
- VALLAS DE PROTECCIÓN
- ESCALERA DE MANO
- EXTINTORES
- MALLAS Y BARANDILLAS EN ALTURA
- ANDAMIAJES Y ESCALERAS
- VIDRIERÍA
- SOLADOS Y ALICATADOS
- PINTURAS.

SEÑALIZACIÓN

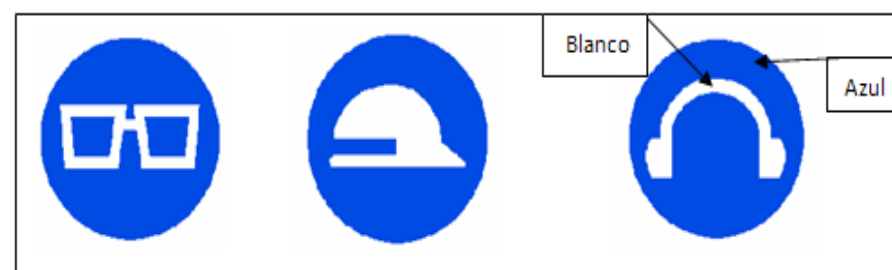
SEÑALES DE PREVENCIÓN



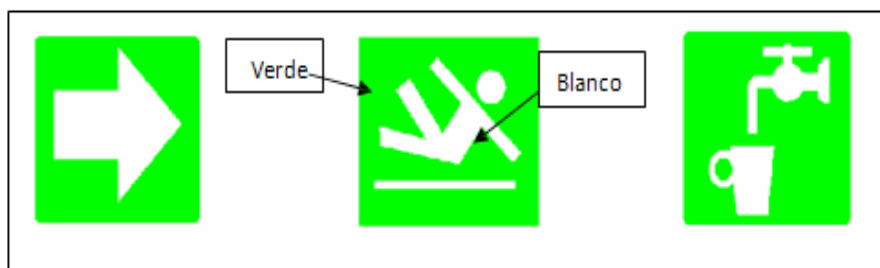
SEÑALES DE PROHIBICIÓN



SEÑALES DE OBLIGATORIEDAD



SEÑALES DE INFORMACIÓN



IV. EQUIPOS DE COMUNICACIONES.

- Celulares.
- Radio Comunicadores.
- Megáfono