

PLAN DE RESPUESTA ANTE EMERGENCIAS

Para definir la respuesta necesaria ante una situación de emergencia en la obra: “CONSTRUCCIÓN DEL COMPLEJO DEPORTIVO UNIVERSITARIO EN LA CIUDAD UNIVERSITARIA - PUNO” se ha desarrollado un “Plan de Respuesta ante Emergencias” con el fin de prevenir y mitigar lesiones, enfermedades y pérdidas asociadas a la situación identificada.

Consideraciones:

Dado que las obras de construcción se caracterizan por ser dinámicas y de corta duración generalmente no se toman las precauciones ante un evento o emergencia durante su ejecución, lo que constituye una confianza errónea de los trabajadores al creer que son inmunes ante una emergencia producida en la obra.

Asimismo debemos tener en cuenta que la respuesta ante una emergencia se da respecto a la participación y preparación adecuada, así como el trabajo en equipo de todos los participantes del proyecto, identificando sus responsabilidades y actuando respecto a lo establecido en un plan para responder de manera adecuada ante cualquier caso de emergencia.

1. Objetivo del Plan:

Actuar en casos de emergencia en forma ordenada y eficiente. Para ello es necesaria la participación de todos los trabajadores para la concientización de estos eventos. Por lo tanto el presente Plan de Emergencia se ha elaborado con la finalidad que el personal de la obra: “CONSTRUCCIÓN DEL COMPLEJO DEPORTIVO UNIVERSITARIO EN LA CIUDAD UNIVERSITARIA - PUNO”, pueda ponerlo en práctica cuando se presentes los casos de emergencia.

2. Comité de Emergencia

2.1. Objetivo

Asumir en forma coordinada posibles emergencias que afecten a la obra, conformando un comité de emergencias.

2.2. Conformación

Para enfrentar la emergencia se constituirá un Comité de Emergencias el cual será conformada por el mismo Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo, que lo integrarán las siguientes personas:

- Para una Obra con 25 o más trabajadores; El CSST estará integrada por:
 - El Presidente del Comité (Residente de obra).
 - El Jefe de Prevención de Riesgos de la obra, quién actuará como secretario ejecutivo y asesor del Residente. (Supervisor de Obra).
 - Dos representantes de los trabajadores, de preferencia con capacitación en temas de seguridad y salud en el trabajo, primeros auxilios, elegidos entre los trabajadores que se encuentren laborando en la obra.

2.3. Organización

- Según la magnitud de la emergencia, el Comité de emergencia, estará presente en el lugar de los acontecimientos hasta que se resuelva la emergencia.
- Conocida la situación de emergencia, el Comité informará a los participantes de los hechos y programará las primeras acciones concretas a tomar por cada uno de los participantes.
- Realizadas las primeras acciones, el Comité se reunirá nuevamente para evaluar las acciones llevadas a cabo así como los resultados obtenidos.

2.4. Funciones

El comité de emergencias será convocado en cada uno de los eventos no deseados que afecten a la obra, su actividad concluirá una vez que se supere la situación de emergencia que afectó la reacción según la situación dada.

Las tareas de las cuales el comité será responsable, son las siguientes:

- Enfrentar la emergencia arbitrando todas aquellas medidas que sean requeridas para solucionar o controlar dicha emergencia.
- Procurar los recursos que sean necesarios, tanto humano como materiales para enfrentar la emergencia.
- Si la situación lo amerita requerir la ayuda de un especialista externo.

3. Plan de Emergencia para casos de Accidentes

3.1 Principios Generales

- Conservar la calma y actuar rápidamente sin hacer caso a los curiosos.
- Examen general del lugar y estado de la víctima (hemorragias, electrocución, fracturas, etc.)
- Conduzca a la víctima con suavidad y precaución.
- Tranquilizar al accidentado dándole ánimo (sí está consciente).
- Dar aviso pidiendo ayuda (responsabilizar a una persona por su nombre) indicando la mayor cantidad de información.
- No retire al accidentado a menos que su vida este en peligro (incendios, electrocución).
- El control de hemorragias y la respiración tienen prioridad.
- Si hay pérdida de conocimiento no dar de beber jamás.
- Cubra al herido para que no se enfríe.
- De tener las condiciones para trasladarlo, hacerlo cuidadosamente (inmovilización, camilla rígida, etc.)
- Tome datos de los hechos y novedades.

3.2 Procedimiento:

- Desde el lugar de la ocurrencia del accidente se generará la primera solicitud de apoyo al Presidente del Comité de Emergencias, quién tomará inmediato contacto con los integrantes del comité.
- El presidente del comité dará los primeros antecedentes del suceso al prevencionista a fin de que se coordine la emergencia médica.

- El comité de emergencias por medio del jefe de comité mantendrá comunicación continua a fin de solicitar y tener información del estado de los heridos.
- El prevencionista debe estar presente a la brevedad en el área de la ocurrencia del suceso, manteniéndose informado y en comunicación con el jefe de comité de todos los sucesos ocurridos en obra. La actividad del prevencionista es mantener contacto con el puesto de salud más cercano, a fin de coordinar las necesidades de traslado para el o los heridos posterior al periodo de estabilización con respecto a la descripción del suceso.
- Dependiendo de la gravedad del evento no deseado, el jefe del comité de emergencias coordinará el traslado de emergencias.

3.3 Consideraciones Técnicas Básicas ante una Emergencia

La primera respuesta ante una emergencia o suceso que ponga en peligro la vida de una persona se debe realizar sin ocasionar mayor daño y en el peor de los casos buscar siempre el mal menor.

Para la asistencia primaria (en todo suceso y con mayor razón en caso de emergencia grave), se debe considerar:

- **Estado de conciencia**

Se pregunta al accidentado su nombre, día, labor ejecutada, para reconocer su estado de conciencia.

- **Reconocimiento de heridas**

Se procede a revisar al accidentado de cabeza a pies, sin comprometerlo en movimientos innecesarios, para evaluar posibles heridas abiertas.

- **Colocación del collarín cervical**

Se procederá a colocar el collarín cervical desde la parte posterior del cuello (sin mover la cabeza) y cerrarlo en la parte delantera, observando que este quede asegurado y no permitiendo el movimiento de la cabeza.

- **Verificación de pulso y frecuencia respiratoria**

- Todo suceso de caída por trabajos de altura, es considerado como emergencia grave.
- Toda emergencia que resulte por descarga eléctrica es considerada como emergencia grave.
- Se toman los signos vitales del paciente, para el monitoreo respectivo, anotar claramente éstos, con indicación de la hora y cambios que se presente. Todos estos datos son entregados al médico de turno a la llegada al centro asistencial.
- Dependiendo de la gravedad del accidentado y en coordinación entre la parte médica y la dirección de obra, se decide sobre el lugar a evacuar y los medios necesarios para ésta.
- Toda emergencia que obligue a una evacuación es considerada como emergencia mayor debiéndose proceder con entablillado e inmovilización del accidentado. Dicha inmovilización incluye la colocación de collarín cervical y férulas en los miembros necesarios.

3.3.1 Respuesta ante Emergencias Médicas

La primera respuesta ante sucesos no deseados que pongan en peligro la vida de una persona, debe realizarse sin ocasionar mayor daño y en el peor de los casos, buscar siempre el mal menor.

- **Hemorragias**

- Hemorragia Arterial, color rojo y salida intermitente.
- Hemorragia Venosa, color más oscuro y sale lentamente.

- ☞ Hemorragia Internas - Tratamiento:

- Las internas son de difícil observación por lo que al presumir que existiera el paciente deberá ser internado de inmediato.

- ☞ Hemorragia Externas - Tratamiento:

- Presión directa (sobre la herida).
- Presión digital (sobre la arteria femoral, facial, carótida, humeral).
- Eleve el miembro (sí se pudiera).

- Torniquete (última opción anotando la hora de inicio y soltando cada 10 minutos), “solo en caso que no se pueda realizar presión directa ni digital”.

☞ Hemorragia nasal - Tratamiento:

- Comprimir por 3 minutos, poner algodón o gasa.

☞ Hemorragia de oído - Tratamiento:

- Médico urgente posible fractura de cráneo.

• Quemaduras

Las quemaduras se presentarán en los siguientes casos: Por frío, calor o ácidos.

☞ Clasificación:

- 1er. Grado = Epidermis, parte externa.
- 2do. Grado = Dermis, parte interna, ampollas.
- 3er. Grado = Piel calcinada, músculos, tejidos, etc.

☞ Tratamiento:

- Nunca reviente las ampollas.
- Aplique agua.
 - En caso de Frío = aplicar agua.
 - En caso Calor = aplicar agua.
- En caso Ácidos = aplicar abundante agua por 15 min.
 - Lave con agua y jabón (si se pudiera).
 - Cubra con gasa estéril y vendajes.
 - No aplicar cremas, tomate, lechuga, etc.
 - Lleve al paciente al médico.

• Envenenamiento e Intoxicación

El envenenamiento e intoxicación puede presentarse en los siguientes casos:

- Inhalación = vía respiratoria
- Ingestión = vía bucal
- Contacto = a través de la piel

☞ Tratamiento:

- Saque del ambiente

- Respiración de aire puro de 5 a 10 min.
- Si no responde aplicar la respiración artificial
- Traslade al hospital

- **Atragantamiento**

- ☞ Síntomas:

- Sensación de ahogo
 - Desesperación. En buscar ayuda
 - Asfixia
 - Perdida del conocimiento

- ☞ Tratamiento:

- Calme a la persona
 - Ubique el objeto que obstruye
 - Tratar de sacarlo con el dedo índice en forma de gancho de derecha a izquierda de la cavidad bucal
 - Verifique la respiración
 - RCP

- **Electrocución**

- ☞ Rescate:

- Desconecte la energía general o desenchufe el equipo.
 - De no poder, aíslese empleando calzado y guantes de goma.
 - Si el hombre esta pegado al cable, utilizar un palo seco y retirarlo.
 - Si queda encima del cable, envolverle los pies con tela o ropa y jalarlo con un palo seco, verificando que no jale el cable.
 - Si puede, actúe mas rápido, cortando con un hacha aislada ambos lados del cable.
 - En alta tensión, se debe cortar la energía en ambos sentidos (fusibles) y descargar la línea a tierra.
 - Si quedara suspendido a cierta altura, verificar que la caída no ocasione mas daño (colocar colchones, paja, manta)

- RCP

• **Incrustaciones o Penetraciones**

☞ Heridas en general – Tratamiento:

- No saque el objeto incrustado
- Detenga la hemorragia (compresa)
- Estabilice el objeto
- Traslade
- Monitoree los signos vitales

Objetos en el ojo

☞ Tratamiento:

- Hacer lagrimear (trabajo de la bolsa lagrimal)
- Lave con abundante agua

☞ Si no es posible sacar el objeto:

- Nunca retire un objeto incrustado
- Cubra ambos ojos e inmovilice el objeto con vendas
- Dé ánimo al paciente
- Traslade al centro hospitalario

• **Fracturas**

En caso de deformación visible de algún miembro, se debe asumir fractura en éste.

☞ Síntomas:

- Intenso dolor
- Deformación y amoratado
- Imposible de mover
- Sensación de rozamiento de dos partes

☞ Tratamiento:

- Examen y reconocimiento (cabeza a pies, zonas, dolores)
- Inmovilización provisional (tablillas, etc.)
- Traslado especializado (tabla rígida, camilla, ambulancia)

- **RCP Reanimación Cardio Pulmonar**

- ☞ Masaje cardiaco:

- Verifique si existe pulso
- Acueste a la víctima sobre una superficie rígida
- Colóquese de costado al paciente
- 4 dedos encima del apéndice xifoídes
- Colocar la base de la palma y la otra mano entrelazarla
- Brazos completamente rectos
- Comprima de 3 a 4 cm. contando mil uno, mil dos, mil tres.
- Continúe con el procedimiento hasta que sea necesario
- Frecuencia de 60 por minuto

- ☞ Respiración artificial:

- Ver, oír y sentir la respiración
- Cuello ligeramente extendido hacia atrás
- Verificar que las vías respiratorias no estén obstruidas.
- Con el pulgar coger el mentón
- Con la otra mano cerrar orificios nasales
- Abrir la boca e insuflar fuerte
- Ver que el pecho se infle
- No es besar, es cubrir la boca
- De no ver el inflado rehacer la maniobra
- 12 a 16 veces por min.

3.3.2 Respuesta en caso de Incendio

1. Toda persona que dentro de sus labores o áreas, tenga la posibilidad de que se produzca un incendio, recibe también charlas específicas sobre el manejo de extintores (banco de carpintería, electricistas, operadores de combustible, almaceneros, etc.).
2. Dichos encargados reciben preparación (teórica y práctica) de lucha contra incendios, teoría del fuego, formas de propagación, métodos de extinción, etc.

- por personal especializado (bomberos). Dichas charlas son archivadas con la explicación clara de los temas desarrollados con sus respectivos procedimientos.
3. Se combate una emergencia de incendio, única y exclusivamente si luego de la evaluación correspondiente se verifica que las posibilidades de enfrentarlo son posibles. No se arriesga la integridad de una persona por tratar de sofocar un fuego fuera de control.
 4. Producida alguna emergencia de incendio, se comunica de inmediato gritando FUEGO tres veces, para poner en alerta al personal, comunicando de inmediato al prevencionista de turno.
 5. De inmediato, la persona más cercana al extintor, procede a llevarlo a la zona en siniestro y emplearlo (o entregarlo a la persona con conocimiento de uso) siguiendo las instrucciones recibidas en su preparación.
 6. Se debe tener en cuenta en todo momento la dirección del viento para así poder enfrentar al fuego con el viento a favor. NUNCA se trabaja con el viento en contra.
 7. La utilización del extintor se realiza siguiendo los siguientes pasos:
 - Rompa el precinto plástico de seguridad (basta con hacerlo girar en sentido horario o antihorario y jalarlo).
 - Retire el pin de seguridad.
 - Coja la manguera de expulsión de polvo cerca al pitón de salida, para evitar chicoteo por presión.
 - Ubíquese a unos 3-4 metros del fuego.
 - Presione el gatillo superior, dirigiendo el chorro hacia la base del fuego.
 - Dirija el chorro en forma de abanico, hasta extinguir por completo el fuego.
 8. Luego de extinguido el fuego, debe presente que en el trabajo de extinción, el polvo realiza una labor de sofocación, motivo por el cual quedan brasas y residuos que se debe de tener presente para evitar el quemarse por efecto de dichos residuos.
 9. Luego de concluido el trabajo de extinción, se informa al encargado de obra y a almacén para el reemplazo de dicho extintor.

10. Toda utilización de algún equipo extintor, así sea en parte, obliga al retiro de dicho equipo y su reemplazo respectivo.

3.3.3 Respuesta en Caso de Sismo

1. Todo el personal de obra, recibe una charla específica sobre sismos.
2. Todo el personal que se encuentre dentro de las oficinas se dirigirá a la zona de seguridad ubicada en los exteriores.

3. En cuanto al personal de campo, se evalúa la ubicación:

☞ *De encontrarse en la parte superior de un talud:*

- Colóquese de costado de tal manera que tenga visión sobre las partes inferior y superior por posible desprendimiento de piedras.
- Retírese del borde del talud, evitando el caer o rodar por posible desplazamiento de material.
- Producido algún desplazamiento, quedando comprometido en él, acuéstese sobre la tierra boca arriba con los brazos extendidos para tratar de desplazarse conjuntamente con el material esquivando con los pies posibles obstáculos.

☞ *De encontrarse en la parte inferior de un talud o pie de cerro:*

- Se retira de dicha zona lo más rápido posible tratando de ubicarse en una zona despejada.
- En todo momento permanezca alerta por posible caída de piedras.

☞ *De encontrarse realizando trabajos de altura:*

- Permanezca en su ubicación fijado con su arnés de seguridad.
- Dicho arnés debe de estar en todo momento asegurado a una estructura rígida.
- Luego de concluido el sismo, y si éste fuera de gran proporción, proceda a bajar para la evaluación de los elementos.
- Dirigirse hacia el punto de reunión de todo el personal, reportándose a su supervisor e informando cualquier novedad.

☞ *De encontrarse en una plataforma:*

- Mantenga la calma, y quédese en el lugar de trabajo hasta la finalización del sismo.
4. Luego de concluido el movimiento sísmico, cada capataz reúne a su personal, verifica que todos se encuentren sin novedad e informa a su supervisor de turno.
 5. En caso alguna persona haya sufrido lesión alguna, comunicará a su capataz quién a su vez informará al encargado de turno, el cual verificará la magnitud de la lesión procediéndose a la evaluación y toma de acción debida.
 6. En caso de que, luego de la verificación del personal por parte del capataz, faltase alguna persona, proceda a informar inmediatamente el hecho al Comité de Emergencias el cual dispondrá la búsqueda del personal faltante.

4. Plan de Emergencia para días de feriado

Está prohibido trabajar en feriados y días no laborables puesto que los trabajadores tienen derecho a estos descansos remunerados, ya que las infracciones a la jornada laboral se califican como muy graves y están entre las más sancionadas por SUNAFIL, puesto que también en el presupuesto de obra se considera guardián de obra, quien solo vigilara la Seguridad de la obra mas no realizara labores relacionados a la ejecución de la obra.

En caso de que se trabaje en estos días, se tomaran las siguientes consideraciones:

4.1 Principios Generales

- Deberá de haber un responsable de obra, que se encargue de salvaguardar la seguridad de los trabajadores, pues en caso de que ocurriera algún accidente será de su entera responsabilidad.
- Deberá trabajar personal que haya sido capacitado en temas de seguridad y salud.
- Deberá ser capacitado como cualquier día, con charlas de seguridad y llenar su ATS.
- deberá contar con todos los EPI y EPC en caso de que requiera.

5. Consideraciones Generales Finales del Plan:

- El Comité de Emergencia procederá a prestar los primeros auxilios o a controlar una tentativa de incendio ante un suceso no deseado.
- Es importante que cada trabajador en la obra sea capaz de tener un conocimiento básico de la primera reacción, para ello se muestran en este plan las consideraciones técnicas según sea el caso.
- Se deben realizar charlas de capacitación específicas a los integrantes del comité y a los trabajadores de la obra, sobre las siguientes materias:
 - 1) Inducción sobre procedimientos de emergencia.
 - 2) Técnicas de Primeros Auxilios.
 - 3) Manejo de extintores.
 - 4) Control de incendio.
- Asimismo es importante programar simulacros con el fin de establecer una medición del comportamiento del comité de emergencia y de todo el personal.
- Se difundirá a los trabajadores por medio de charlas, dictadas por el Comité de Emergencias, de modo que exista el mayor conocimiento posible del personal involucrado en el Proyecto.
- A continuación se muestran algunas Instrucciones para distintos casos de emergencia.

☞ Instrucciones - Caso de Terremoto

- 1 No corra y mantenga la calma
- 2 Use las escaleras para salir de la zanja
- 3 No se coloque debajo de Conductores.
- 4 Evite las aglomeraciones
- 5 Nunca vuelva atrás
- 6 Aléjese cables eléctricos
- 7 Aléjese de estructuras, piezas o equipos móviles
- 8 Diríjase a los lugares o zonas de seguridad.
- 9 Siga las instrucciones de los líderes del comité de emergencia.

☞ **Instrucciones - Post - Terremoto**

- 1 Acudir al punto de reunión indicado por supervisor de área
- 2 Realizar conteo del personal
- 3 Identificar las ocurrencias existentes en general
- 4 Comité de Emergencia dirigirá las operaciones a realizar
- 5 No actúe sin la supervisión del comité de emergencia

☞ **Instrucciones – Caso de Incendio**

- 1 No corra, mantenga la calma.
- 2 Use las escaleras para salir de la zanja
- 3 En caso de quedar aislado acérquese al borde y avise su presencia.
- 4 Utilice el extintor de la zona, saque el seguro del gatillo, apunte a la base del fuego y oprima la manija, use el pitón abanicando sobre el fuego.
- 5 Evite el humo, el aire fresco lo encontrará cerca del piso, sírvase gatear.
- 6 Si sus ropas arden ruede en el suelo tapándose la cara con las manos
- 7 Utilice las salidas de emergencia. Diríjase a los lugares o zonas de seguridad.
- 8 Siga las instrucciones de los líderes del comité de emergencia
- 9 Su vida corre peligro no regrese al lugar incendiado.

5. Teléfonos de Emergencia:

CONTACTO	TELÉFONO
Compañía de Bomberos	116
Policía Nacional del Perú	105
Serenazgo - Puno	(051)601010
Hospital ES-SALUD - PUNO	(051)599090
Hospital Carlos Monge Medrano	(051)351021
Clínica Puno	(051)368834