

COMO DISMINUIR EL IMPACTO EN CASO DE UN SISMO ANTES – DURANTE – DESPUES



BOLETIN N°1
Marzo 2023



Debe tener en cuenta que nunca se evacuará durante el sismo. Se procederá a la evacuación total de los centros operativos de la ESE HLCl, una vez pasado el movimiento sísmico si se sospecha de afectación de la estructura, para proceder a la evaluación técnica por parte del personal de Infraestructura.



¿Qué hacer antes de que ocurra un sismo?

Si bien no se puede determinar cuándo, dónde y con qué intensidad va a ocurrir un sismo, si podemos tomar una serie de medidas para mitigar su impacto, a continuación, enunciamos algunas de estas:

- ▶ Cuento con un plan de gestión del riesgo y desastres que le permita identificar sus amenazas, valorar su vulnerabilidad y definir el plan de acción.
- ▶ Defina una ruta de evacuación y punto de encuentro, señalice las salidas y la ruta e informe a las personas que se puedan ver involucradas cuando el evento ocurra.
- ▶ Determine los sitios críticos y sitios seguros de la edificación y señálcelos si es posible.
- ▶ Capacite al personal en cómo actuar antes, durante y después de un evento sísmico.
- ▶ Mantenga un listado actualizado del personal.
- ▶ Identifique las personas vulnerables o con alto grado de exposición.



- ▶ Entrene al personal en como suspender los servicios de agua, electricidad y gas.
- ▶ Asegure o reubique objetos que puedan caerse en caso de sismo.
- ▶ Desarrolle simulacros / simulación de cómo actuar en caso de sismo.
- ▶ Mantenga un listado de teléfonos de emergencia.
- ▶ Mantenga extintores para el tipo de fuego que se puede presentar en caso de un incendio y capacite al personal en el uso efectivo de estos.
- ▶ Efectúe revisión mensual en los equipos de emergencia.



shutterstock.com - 1927935074

Durante el sismo debe adoptar los siguientes comportamientos:

- ▶ Evitar correr por corredores y escaleras en el momento en que se produce el sismo.
- ▶ Alejarse de los balcones y cornisas.
- ▶ No pararse junto a muebles y estructuras pesadas, o circular bajo ellas durante un sismo si carecen de fijación.
- ▶ No realizar actividades que puedan producir pánico dentro de los trabajadores.
- ▶ Ubicarse bajo mesas, marcos de las puertas o elementos que sirvan de protección contra la caída de elementos.
- ▶ Al finalizar las vibraciones estar atentos a la orden de evacuación.



Una vez culmine el sismo se debe evaluar si es necesario evacuar, si así lo es, es importante tener en cuenta lo siguiente:

- ▶ Los responsables de evacuación (brigadistas) deben verificar si las salidas de emergencia quedaron habilitadas, de lo contrario deben buscar salidas alternas.
- ▶ Es importante que los brigadistas de la evacuación cuenten con medios de comunicación en caso de que necesiten comunicarse entre sí o solicitar ayuda.
- ▶ Una vez activada la alarma de evacuación, el personal debe iniciar la evacuación del centro operativo, todo el personal colaborará en la evacuación de visitantes de cada uno de los bloques (en caso de tener)
- ▶ Se deben seguir las instrucciones de los responsables de la evacuación (brigadistas).
- ▶ Toda la evacuación debe realizarse formando hileras y dirigiéndose hacia las salidas previstas para cada Zona.



- ▶ Se debe mantener la calma, no corra, no grite.
- ▶ Desconectar todos los aparatos eléctricos que se tengan al alcance (si es posible)
- ▶ En los pasillos y áreas de espera previamente deben eliminarse los obstáculos que impidan la salida propia, de visitantes y de otros compañeros de trabajo.
- ▶ No correr, mantener el ritmo de evacuación (paso rápido y seguro) y el lugar que se ocupa en la fila hasta llegar a la zona de seguridad.
- ▶ Alejarse de las ventanas, puertas de vidrio, archivos u objetos que puedan caer.
- ▶ Ubicarse debajo de marcos de puertas, marcos estructurales, escritorio, etc.; en caso de que la evacuación sea interrumpida por una sacudida violenta (terremoto)
- ▶ No apoyarse en las paredes.
- ▶ Siempre se debe caminar hacia la salida de emergencia más próxima.



FAVOR TENER EN CUENTA LAS ANTERIORES RECOMENDACIONES



¡GRACIAS!



**SEGURIDAD Y SALUD
EN EL TRABAJO**

