PLAN DE RESPUESTA ANTE EMERGENCIAS DEL IRTP 2023

P-N° 004-2023/IRTP

CUADRO DE CONTROL DE APROBACIÓN DEL DOCUMENTO NORMATIVO		
ÓRGANO		**SELLO Y FIRMA**
Elaborado por:	Área de Administración de Personal	INSTITUTO NACIONAL DE RADIO Y TELEVISIÓN DEL PERÚ MARTHA YNÉS AGUIRRE ABENSUR Jefa del Área de Administración de Personal
Aprobado por:	Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo IRTP	COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO IRTP PRESIDENTE

PLAN DE RESPUESTA ANTE EMERGENCIAS

TABLA DE CONTENIDOS

		pág.
I.-	OBJETIVO	3
II.-	ALCANCE	3
III.-	MARCO LEGAL	3
IV.-	DEFINICIONES	3
V.-	ORGANIZACIÓN, FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES	4
VI.-	PROCEDIMIENTOS PARA EL REPORTE DE EMERGENCIAS	6
VII.	IMPLEMENTACIÓN PARA EMERGENCIAS	7
VIII.-	ACTUACION EN CASOS DE EMERGENCIAS	17
IX.-	SIMULACROS.	17
X.-	ANEXOS	17

1.- DIRECTORIO DE EMERGENCIA

2.- CARTILLA DE PRIMEROS AUXILIOS

3.- CARTILLA DE PREVENCION DE INCENDIOS Y USO DE EXTINTORES

OFICINA DE ADMINISTRACIÓN Área de Personal IRTP

COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO IRTP PRESIDENTE

PLAN DE RESPUESTA ANTE EMERGENCIAS

I.- OBJETIVO

El objetivo del presente plan de respuesta ante emergencias es básicamente asegurar que las medidas de respuesta y control estén implementadas frente a la ocurrencia de una emergencia, y la finalidad de minimizar las lesiones y daños que puedan ocasionarse a los servidores, invitados y visitantes a las instalaciones del Instituto Nacional de Radio y Televisión del Perú – IRTP.

II. ALCANCE

El presente Plan de Respuesta ante Emergencias aplica a todos los servidores del Instituto Nacional de Radio y Televisión del Perú – IRTP.

III.- MARCO LEGAL

- Ley 28551 Ley que establece la obligación de elaborar y presentar planes de respuesta ante emergencias.
- Ley Nº 29783 "Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo".
- Ley Nº 30222 "Modifica la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo".
- Decreto Supremo Nº 005-2012-TR Reglamento de la Ley Nº 29783- Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Decreto Supremo Nº 006-2014-TR Modifican el Reglamento de la Ley Nº 29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Decreto Supremo Nº 010-2014-TR Aprueba normas complementarias para la adecuada aplicación de la Única disposición complementaria transitoria de la Ley 30222.
- D.S 066-2007-PCM Reglamento de Inspecciones Técnicas de Seguridad en Defensa Civil.

IV.- DEFINICIONES

- **Emergencia:** Suceso repentino e inesperado que requiere de una acción inmediata debido a la amenaza potencial que supone para la salud y la seguridad, el medio ambiente o la propiedad.

- **Evacuación:** Es la acción de desocupar ordenada y de acuerdo a un Plan un determinado lugar. Esta acción o desplazamiento es realizado por los ocupantes de una instalación por razones de seguridad ante un peligro potencial o inminente.

- **Riesgo:** Es la estimación o evaluación matemática de probables pérdidas de vidas, de daños a los bienes materiales, a la propiedad y la economía, para un periodo

específico y área conocidos de un evento especifico de emergencia. Se evalúa en función del peligro y la vulnerabilidad.

- **Peligro:** Probabilidad de ocurrencia de un fenómeno natural o tecnológico potencialmente dañino para un periodo específico y una localidad o zona conocidas. Se identifica, en la mayoría de los casos, con el apoyo de la ciencia y tecnología.

- **Vulnerabilidad:** Grado de resistencia y/o exposición de un elemento o conjunto de elementos frente a la ocurrencia de un peligro. Puede ser física, social, económica, cultural, institucional y otros.

- **Sismo:** Es la liberación súbita de energía, generada por el movimiento en el interior de la Tierra, entre su corteza y manto superior y se propaga en forma de vibraciones, a través de las diferentes capas terrestres, incluyendo los núcleos externos o internos de la tierra.

- **Incendio:** Un incendio es un fuego de grandes proporciones que se desarrolla sin control, el cual puede presentarse de manera instantánea o gradual, pudiendo provocar daños materiales, interrupción de los procesos de producción, pérdida de vidas humanas y afectación al ambiente.

- **Amago de Incendio:** Fuego incipiente descubierto y extinguido oportunamente.

V.- ORGANIZACIÓN, FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES

5.1. Gerencias

- Facilitar los recursos necesarios para la adecuada implementación del presente plan de respuesta ante emergencias.

5.2. Jefe de Seguridad

- Comunicar de manera inmediata a la alta dirección de la ocurrencia de una emergencia.
- Estar al mando de las operaciones para enfrentar la emergencia cumpliendo con las directivas encomendadas por el CSST.
- Verificar si los integrantes de las brigadas están suficientemente capacitados y entrenados para afrontar las emergencias.

OFICINA DE ADMINISTRACIÓN Área de Personal - IRTP -

5.3 Equipo de Seguridad y Salud en el Trabajo

- Elaborar el plan de respuesta ante emergencias
- Investigar y registrar las causas de la emergencia

COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO IRTP PRESIDENTE

5.4 Equipo de Bienestar Social

- Brindar asistencia a los trabajadores.

5.4 BRIGADAS

El IRTP, conforma Brigadas de Emergencias por área y turnos, los cuales serán:

1. Brigadas de Evacuación: Actuación para evacuación por sismos, incendios, etc.
2. Brigada contra Incendios: Actuación en caso de Incendios
3. Brigada de Primeros Auxilios: Dara los primeros auxilios

Los integrantes de las distintas Brigadas deben contar con la capacitación y entrenamiento necesarios según emergencias a atender.

Funciones del Líder de Brigada

- Comanda al equipo que conforma la brigada asegurándose que su personal cuente con los recursos necesarios.
- Comunicación permanente con el Jefe de Seguridad.
- Asegura el cumplimiento del Plan de Respuesta de Emergencias.

Funciones Brigada de Evacuación

- Comunicar de manera inmediata al jefe de brigada del inicio del proceso de evacuación
- Reconocer las zonas seguras, zonas de riesgo y las rutas de evacuación de las instalaciones a la perfección
- Abrir las puertas de evacuación del local inmediatamente si ésta se encuentra cerrada
- Dirigir a los servidores y visitantes en la evacuación de las instalaciones
- Verificar que todos los servidores y visitantes hayan evacuado las instalaciones.
- Conocer la ubicación de los tableros eléctricos, llaves de suministro de agua y tanques de combustibles.

Funciones Brigada contra Incendio

- Comunicar de manera inmediata al líder de Brigada de la ocurrencia de un incendio.
- Actuar de inmediato haciendo uso de los equipos contra incendio (extintores portátiles).
- Activar e instruir la activación de las alarmas contra incendio colocadas en lugares estratégicos de las instalaciones.
- Recibida la alarma, el servidor de la citada brigada se constituirá con urgencia en el lugar siniestrado.

- Arribando al lugar del fuego se evaluará la situación, la cual si es crítica informará al Jefe de Seguridad para que coordine la evacuación de las instalaciones.
- Adoptará las medidas de ataque que considere conveniente para combatir el amago de incendio
- Se tomarán los recaudos sobre la utilización de los equipos de protección personal para los integrantes que realicen las tareas de extinción.
- 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.

Funciones Brigada de Primeros Auxilios

- Conocer la ubicación de los Botiquines de Primeros Auxilios en las distintas instalaciones del IRTP y estar pendiente de su abastecimiento permanente de los mismos
- Brindar los primeros auxilios a los heridos leves en las zonas seguras.
- Evacuar a los heridos de gravedad a los establecimientos de salud más cercanos a las instalaciones.

VI. PROCEDIMIENTOS PARA EL REPORTE DE EMERGENCIAS

6.1. DE ALARMAS Y NOTIFICACIÓN

- En caso de emergencias, informará de inmediato al Jefe de Seguridad por medio de telefonía de emergencia o alarmas de incendio. Si la situación lo permite, intentará dominar el incendio incipiente con los elementos disponibles en el área (extintores) con el apoyo de la Brigada de Emergencias, sin poner

en peligro la vida de las personas.

6.2. PROCEDIMIENTOS DE EVACUACION

- Recibida la alarma, los integrantes de la brigada deben revisar los medios de salida y verificar que exista iluminación de emergencias, que no se encuentren obstaculizadas las rutas de escape y puertas de salida.
- De haber problemas en las rutas, se utilizará vías alternas.
- Se debe evacuar sobre lo ya planeado y estudiado utilizando las rutas de evacuación por áreas y grupos.

- Asistir a las personas en estado de pánico e histeria, tratando de calmarlos.
- Culminada la evacuación, los brigadistas de evacuación, realizarán la búsqueda de personas rezagadas en las áreas involucradas de la emergencia, ya que el objetivo de estas brigadas es salvar vidas humanas.

VII. IMPLEMENTACION PARA EMERGENCIAS

El IRTP, propone la implementación en cada una de sus locales y sedes filiales estaciones de emergencias.

7.1. ESTACIONES DE EMERGENCIA

La implementación de estaciones de emergencia, con los elementos necesarios que permitan efectuar medidas de respuesta ante emergencias, como practicar los primeros auxilios, apoyo al traslado de heridos, etc., con la finalidad de minimizar las lesiones y daños que puedan ocasionarse a los servidores, invitados y visitantes a las instalaciones del Instituto Nacional de Radio y Televisión del Perú - IRTP.

Ubicación:
La estación de emergencias se debe ubicar en zona de fácil acceso y conocido por todos los servidores, de preferencia cerca a las salidas de cada una de las locales de la institución.
En caso de ubicarse a la intemperie se recomienda protegerlo con un techo, y realizar la limpieza constante.

Componentes:

1. Camilla rígida con correas (sujetarlas en pared con soporte tipo J, en forma vertical u horizontal)
2. Collarín cervical adulto
3. Silla de ruedas
4. Botiquín implementado (ver componentes)
5. Linterna con pilas
6. Frazada o manta
7. Silbatos de policía
8. Set de férulas (tablillas) para brazos y piernas
9. Estante para contener los componentes pequeños, el cual puede ser con puertas.

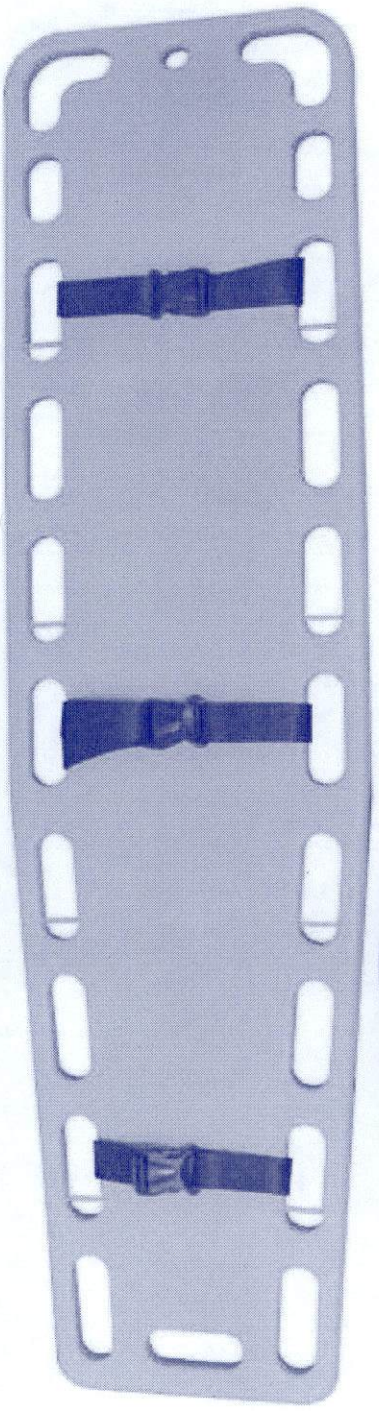
Ver modelo referencial de Estación de Emergencia.

7.2. BOTIQUÍN DE PRIMEROS AUXILIOS

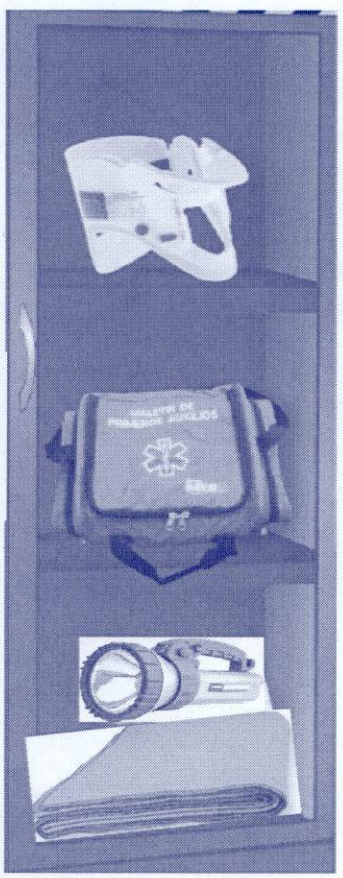
El botiquín debe ser ubicado en un lugar accesible, de necesariamente debe haber uno en la estación de emergencia, hay que controlar el buen estado de los elementos periódicamente. El botiquín puede ser puede ser una caja plástica, o de madera, pero se recomienda que sea transportable, por ejemplo un bolso correctamente identificado, debido a que el botiquín debe poder llevarse a donde está la víctima.

Para la implementación del Botiquín de primeros auxilios en el IRTP, se debe tener en cuenta la tabla de componentes del Botiquín de Primeros Auxilios.

ESTACION DE EMERGENCIA



Collarín



Botiquín de Primeros Auxilios

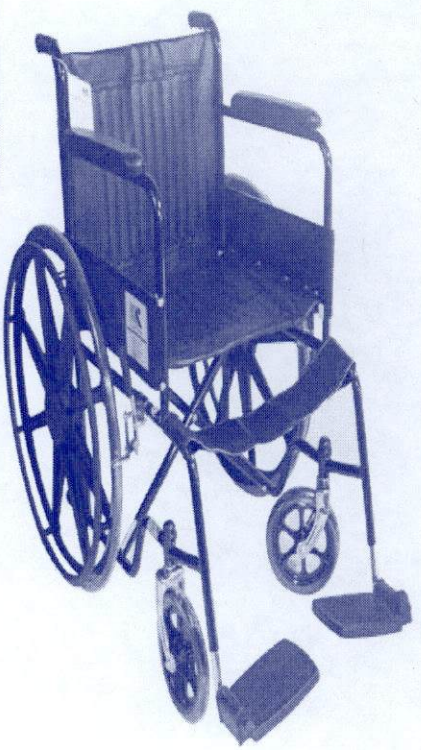
Linterna

Frazada

Silbatos

Férulas

Silla de Ruedas



COMPONENTES DE BOTIQUÍN DE PRIMEROS AUXILIOS

ELEMENTOS ESENCIALES			
Material	Presentación	Cant.	Utilidad
Agua Destilada o Solución salina normal (suero fisiológico)	Frasco 1 Litro	01	Limpieza de heridas en caso de suciedad
Alcohol 70%	Frasco 500 ml	01	Desinfección de herida, si se tiene Alergia al Yodo y/o limpieza de instrumental de primeros auxilios.
Yodopovidona al 10% o isodine	Frasco 120 ml	01	Antiséptico para limpiar heridas
Algodón Hidrófilo	Paquete 100 gr.	01	Limpiar alrededor de heridas, Nunca se pone directamente sobre una herida abierta. y/o para desinfectar el equipo.
Guantes Quirúrgico estériles talla 7 1/2	Sobre	04	Bioseguridad protección ante fluidos de personas (sangre, saliva) o sustancias contaminantes
Respirador Blanco – N95	Unidad	05	Protección respiratoria ante sustancia nociva y/o irritante.
Termómetro Clínico Oral °C	Unidad	01	Toma de temperatura (Fiebre más 38 °C)
Pinzas larga	Unidad	01	Para extraer astillas pequeñas y/o sujetar vendas para limpieza
MATERIAL DE CURACIÓN Y FIJACIÓN			
Material	Presentación	Cant	Utilidad
Esparadrapo	Unidad	02	Para fijar gasas o vendajes
Gasa Estéril 10x 10 cm	Sobre	10	Para limpiar, cubrir heridas y detener hemorragias
Apósito 10 x 10 cm (Cubierta de gasa y algodón esterilizado)	Sobre	06	Se aplica sobre una herida o una zona enferma para protegerla de infecciones, absorber las secreciones, controlar una hemorragia.
Vendas Elásticas 5" x 5 Yardas	Unidad	02	Para Vendaje.
Vendas Elásticas 3" x 5 Yardas	Unidad	02	Para Vendaje.
Tijera Recta con punta roma	Unidad	01	Cortar gasa, algodón, o ropa de la víctima
Venditas	Unidad	10	Protección de pequeñas heridas.
Baja Lenguas	Unidad	10	Para inmovilizar fracturas o luxaciones de los dedos de las manos
Venda triangular	Unidad	02	Para usar como cabestrillo (sujeción) para miembros superiores
Crema sulfadiazina de plata 1% (silverdiazina)	Unidad	01	Aplicación tópica en caso de quemaduras de 1er grado (enrojecimiento y ardor) y 2do grado (ampollas sin reventar)
Crema Diclofenaco gel 1% (voltaren) o Hirudoid	Unidad	01	Aplicación tópica. Antinflamatorio en caso de golpes (traumatismo), esguinces

OFICINA DE ADMINISTRACIÓN Área de Administración Personal IRTP

COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO IRTP PRESIDENTE

Sales de rehidratación oral	Unidad	03	En caso de deshidratación, diluir en un litro de agua
OTROS			
Cartilla de primeros auxilios Bolsas de color rojo y negro para desechar los desperdicios			

NOTA: Revise periódicamente las fechas de vencimiento de los medicamentos y estado de materiales para cambiarlos en caso que sea necesarios.

VIII. ACTUACION EN CASOS DE EMERGENCIAS

8.1. INCENDIOS

Durante el incendio

En caso que el incendio se produzca se debe evitar que el fuego se extienda rápida y libremente, es decir debe procurarse que cause el menor daño posible.

En caso de incendios, estas son las indicaciones mínimas que se deben considerar:

- Las personas que detecten fuego intentarán extinguirlo (siempre y cuando no sea una fuga encendida o explosión), y/o contener las llamas para que no se expanda, con los medios disponibles como extintores dispuestos en la entidad.
- Los servidores que se encuentre en el área de ocurrencia del incendio pulsará la alarma y dará la voz de alarma, notificando de inmediato al Responsable de Área, a fin que coordine las acciones a seguir en la extinción del fuego.
- Las Brigadas de emergencia deberán coordinar sobre el cierre de llave principal de electricidad y cierre de llave de gas, si las hubiera.
- Se solicitará la presencia de Bomberos, para ello se dispondrá en lugares visibles los números telefónicos de emergencia, a efectos de obtener una pronta respuesta al acontecimiento.
- La Supervisión del área deberá evacuar a todos los servidores ajenos a la emergencia, destinándolo a lugares seguros preestablecidos (Puntos de reunión).
- La brigada de emergencia realizará, instruirá e implementará el plan de respuesta ante emergencias de fuego acorde a las características del área comprometida.

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 al establecimiento.

- Realizar trabajos de remoción o retiro de escombros y limpieza.
- Evaluar los daños ocasionados al entorno, vencidas y medio ambiente así como evaluar las pérdidas sufridas 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.
- Informar a otras autoridades locales o centrales según corresponda.

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, es preferible 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.

8.2. SISMOS

- Si nos encontramos frente a una situación de sismo o terremoto, los servidores deberán a mantener la calma en todo momento, pensar con claridad, es lo más importante en esos momentos.
- Cuando comiencen los temblores los servidores se dirigirán en primera instancia a los puntos de concentración o reunión.
- En caso de no lograrse tal cometido, los servidores deben desplazarse para protegerse en área seguras como: marco de puertas, columnas, al costado de mesas o escritorios fuertes si se está dentro de oficinas, de no existir muebles con esas características, deberán desplazarse hacia una esquina del ambiente o pasillo; son válidas también aquellas zonas abiertas, libres de cables eléctricos o escombros, etc.).
- 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.
- El mobiliario de las oficinas se dispondrán de manera tal que permanezcan estable durante un terremoto.

OFICINA DE ADMINISTRACIÓN Área de Gestión del Desempeño - IRTP -

COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO IRTP PRESIDENTE

- Luego del primer temblor las personas deberán estar preparadas para recibir más sacudidas debido a las ondas del choque que siguen al primero. La intensidad puede ser moderada, pero aun así podría causar daños.
- 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 a consecuencia del hecho.
- Si las condiciones lo requieren, se solicitará asistencia a Bomberos, y a la PNP.
- No deberán accionarse interruptores eléctricos.
- Se tendrá precauciones con la posible existencia de cristales rotos y cables eléctricos derribados e instalaciones dañadas.
- No activar ningún punto eléctrico cercano.
- En caso de producirse incendio o fugas como consecuencia del temblor, se implementará la respuesta en caso de incendios.
- Se inspeccionará con precaución los mobiliarios, estando atentos a objetos que puedan caer súbitamente de los estantes.

8.3. DEL USO DEL ASCENSOR

- En caso de sismo o incendios no se usará el ascensor
- Si se queda atrapado dentro del ascensor, mantener la calma y apretar el botón de emergencias del ascensor, e informar al agente de seguridad de turno a fin de que haga las coordinaciones necesarias.

8.4. VIOLENCIA SOCIAL EXTERNA

- Dar el aviso de la emergencia
- No intentar contradecir o negociar soluciones con gente enardecida.
- Evitar todo tipo de exposición a sufrir agresiones.
- Abandonar lugares particularmente expuestos.
- Seguir instrucciones generales de evacuación.
- Controlar manifestaciones de pánico o desorden de compañeros.
- No correr, no gritar ni causar pánico.
- Seguir los corredores seguros de transito designados en el plan de emergencia
- No volver al puesto de trabajo por ningún motivo, hasta que se haya verificado que no haya disturbios.
- Verificar la ausencia total de personas, antes de abandonar el lugar.

OFICINA DE ADMINISTRACIÓN - IRTP

COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO - IRTP PRESIDENTE

- Reunirse con las personas en el punto de encuentro, y verificar que la presencia de servidores del área de trabajo.
- Restringir tráfico de vehículos o detener las operaciones cuando la magnitud del evento lo requiera.
- Apagar la energía eléctrica de la entidad.

8.5. PRIMEROS AUXILIOS

Se denomina Primeros Auxilios a las medidas rápidas y eficaces que se adoptan para atender y socorrer adecuadamente a toda persona que ha sufrido un accidente, o que ha sufrido súbitamente una alteración de su salud y en los que se pueda presumir riesgos inminentes contra su vida.

Esta ayuda preliminar se realiza mientras se espera la llegada de un médico para darle el tratamiento de orden profesional, generalmente los primeros auxilios se prestan cuando se presentan heridas seguidas de hemorragias, fracturas, luxaciones, cólicos, shocks, asfixias o atragantamientos etc.

Importancia

La necesidad de conocer y prepararse para brindar los primeros auxilios a un accidentado o a un enfermo son básicos en situaciones y eventualidades que se presentan en desastres, catástrofes o situaciones que por su naturaleza hagan imposible el traslado inmediato a un centro de salud o mientras llega la ayuda de personal médico.

Normas Básicas de los Primeros Auxilios

- 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 a un centro de salud para recibir la atención especializada.
- Utilizar compresas, vendajes o tablillas según sea el caso para inmovilizar al accidentado.
- Tranquilizar al accidentado, manteniendo frente a él la serenidad debida, evitando crear pánico y zozobra.
- Planificar los procedimientos a seguir, teniendo en cuenta el tipo de accidente, emergencia o enfermedad generada.
- Se hace necesario también planificar el uso de los medios y recursos materiales y humanos con los que se dispone en manos de sus familiares

OFICINA DE ADMINISTRACIÓN Área de Administración Personal IRTP

COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO IRTP PRESIDENTE

- El que presta los primeros auxilios no debe extralimitarse más allá de sus conocimientos y capacidad, debe procurar no causar más daño del que ha recibido el accidentado, jamás debe improvisar.
- Al prestar la ayuda, dispondrá la comunicación fluida con el accidentado.

PRIMEROS AUXILIOS EN CASOS ESPECIFICOS

A. Primeros Auxilios en caso de Quemaduras

- Aliviar el dolor de la víctima
- Evitar la infección de la piel cuando esta ha sido destruida
- Sumergir la parte quemada en agua fría o helada durante un tiempo prologado, luego cubrir la parte quemada con vendas estériles o limpias.
- Secar las heridas con cuidado pero sin frotarlas.
- No reventar ampollas porque allí se genera la infección.
- Cuando las quemaduras han afectado los miembros inferiores o superiores del cuerpo, se buscará tenerlos en alto y sin contacto con agentes infecciosos.
- Trasladar al accidentado al centro de salud más cercano.

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 humano.
- Cuando se produce una hemorragia debe procederse de inmediato a cortar el fluido sanguíneo, los métodos de presión directa de la arteria, elevando el miembro afectado:

  - Método de presión directa.- consiste en presionar con gasa o pañuelo limpio, por un tiempo prolongado la arteria afectada. Puede realizarse con la mano o apretando con una tela o venda. Es preciso cuidar que no se desprendan los coágulos formados en las heridas.
  - Método de elevación de miembros.- consiste en poner en alto los miembros superiores o inferiores lesionados, luego de ser vendados, el brazo debe elevarse a una altura mayor que el corazón del accidentado.
  - Si la presión no resulta debe buscarse la ubicación del trayecto de la arteria sangrante y presionarle fuertemente contra el hueso

OFICINA DE ADMINISTRACIÓN Área de Administración Personal - IRTP -

COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO IRTP PRESIDENTE

- 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 de pliegue de la ingle, ahí se cruza con el hueso pelviano.

- Trasladar al accidentado al centro de salud más cercano.

C. Primeros Auxilios en Asfixias.

Cuando nos encontramos frente a un asfixiado es preciso aplicar la respiración artificial (RCP) hasta que comience a respirar sin ayuda o hasta que sea atendido por un especialista médico, o en su caso declarado clínicamente fallecido por un médico.

Los métodos más utilizados son boca a boca o boca a nariz. Compresión toráxica (RCP) o respiración asistida

- Actuar con rapidez y tranquilidad, teniendo en cuenta que la falta de oxígeno al cerebro tiene consecuencias irreparables.
- Verificar, utilizando los dedos que no exista ningún cuerpo extraño dentro de la cavidad bucal, caso contrario extraerlo inmediatamente.
- Inmovilizar a la víctima sobre una superficie plana, con la finalidad de inclinar su cabeza hacia atrás, para que el mentón quede levantado y permita la ventilación de las vías respiratorias.
- Para abrir más la cavidad bucal, empuje la mandíbula hacia delante.
- 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.
- Soplar lentamente pero con fuerza la cavidad bucal de la víctima, a fin de oxigenar los pulmones (dos soplos cada 5 segundos) en cada intervalo realizar 15 compresiones en el extremo inferior del esternón.
- En cada proceso de soplo verificar que el pecho se hincha, esto será indicativo que el aire está ingresando a los pulmones, y prosiga con la etapa de reanimación cardiaca pulmonar.
- Si al insuflar se hincha el estómago es el síntoma que el aire no está llegando a los pulmones.
- Mientras se realiza la reanimación, el personal de apoyo llamará a las unidades de emergencia y personal especializado.

OFICINA DE ADMINISTRACIÓN Área de Personal IRTP

COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO IRTP PRESIDENTE

D. Primeros Auxilios en Fracturas

- Cuando estamos frente a una víctima accidentada con fracturas, es necesario identificar el seguimiento fracturado con una elevación primaria, previamente se

debe haber inmovilizado a la víctima, evitando el movimiento de la parte afectada que se manifiesta con dolor.

- Proteger al accidentado de otras posibles lesiones, estableciendo un perímetro de seguridad y ubicarlo en un lugar seguro y no moverlo.
- Observar su estado de conciencia, la misma nos permitirá realizar una buena evaluación y de ser el caso brindarle primero la respiración artificial.
- Inmovilizar la parte del segmento fracturado mediante entablillado y vendaje, hasta que pueda ser trasladado a un puesto asistencial.
- Nunca debe tratar de colocar los huesos en su sitio, es peligroso y podría causar otros daños.
- Solo movilice al accidentado si hay peligro de explosión, derrumbe, o si existen otros peligros en el ambiente o lugar donde se encuentre la víctima.
- Solicitar con prontitud la asistencia médica o una ambulancia, esto le permitirá no correr riesgos.

E. Primeros Auxilios en caso de Atragantamiento

Puede producirse tanto con alimentos como otros objetos que se llevan a la boca, principalmente los niños. 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 o 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.
- Solicitar con prontitud la asistencia médica o una ambulancia, esto le permitirá no correr riesgos.

F. Primeros Auxilios en caso de Ataque al Corazón

Frente a la persona que ha tenido un ataque cardiaco debe tenerse en cuenta algunas normas importantes

- Ponerlo en una posición cómoda, (sentada o semi-sentada) para no agravar la insuficiencia respiratoria, de lo contrario estabilizarlo sobre una superficie plana (piso) a fin de permeabilizar las vías respiratorias con el proceso correspondiente.

- De ser el caso llevarlo a un área libre y aireada y si es necesario proporcionarle respiración artificial.
- Mientras se practican los primeros auxilios, comunicar de inmediato al médico y a la ambulancia más cercana
- No deberá suministrarse líquido si está en estado inconsciente.
- Si tiene que trasladarse a la víctima a otro lugar debe tenerse en cuenta las indicaciones del brigadista.
- Solicitar con prontitud la asistencia médica o una ambulancia, esto le permitirá no correr riesgos.

VIII. SIMULACROS

Los objetivos principales de los simulacros son:

- Detectar errores u omisión tanto en el contenido del Plan como en las actuaciones a realizar para su puesta en práctica.
- Habituar a los ocupantes a evacuar la edificación
- Realizar prueba de idoneidad y suficiencia de equipos y medios de comunicación, alarma, señalización, luces de emergencia, etc.
- Estimar tiempos de evacuación, de intervención de equipos propios y de intervención de ayudas externas.

Todos los servidores del IRTP, deben participar de los Simulacros que se programen para la institución.

La programación de simulacros será de acuerdo a los programados por INDECI, así como se programarán simulacros inopinados.

OFICINA DE ADMINISTRACIÓN Área de Administración Personal - IRTP -

COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO IRTP PRESIDENTE

IX. ANEXOS

1.- DIRECTORIO DE EMERGENCIA

CUERPO GENERAL DE BOMBEROS	Central de Emergencias	**116**
	Estación de Bomberos de Victoria Nº 8- LA Victoria Estación de Bomberos Voluntarios N° 4 - Lince	324-5858 222-0222
SISTEMA DE ATENCIÓN MÓVIL DE URGENCIA - SAMU	Servicio de atención médica en AMBULANCIAS	**106**
POLICÍA NACIONAL DEL PERÚ	Central de Emergencias	**105**
	Comisaría de Petit Thouars	431-7553
	Comisaría CPNP Apolo Comisaría CPNP La Victoria	324-8362 423-3407
	Comisaría CPNP Lince	265-1088
	Comisaría CPNP Jesús María	332-4413
	Escuadrón de Emergencias	231-1585 431-3040
	Robo de Vehículos (DIROVE)	328-0353 328-0207
	Unidad de Explosivos UDEX	481-2901 481-5118
INSTITUTO NACIONAL DE DEFENSA CIVIL –INDECI	Central de Emergencias	**115**
	Central Telefónica	224-2379 241-6833
MINISTERIO DE TRABAJO	Central Telefónica	630-6000 630-6030
SERENAZGO	Municipalidad de Lima Municipalidad de Lince Municipalidad de La Victoria Municipalidad de Jesús María	218-5050 619-1818 330-3731 614-1212
LUZ DEL SUR	Fono sur	617-5000
SEDAPAL	Aquafono	317-8000
OSPITEL	Fonoayuda	0-801-12121 2251313
INDECOPI	Consultas	224-7777

HOSPITALES EN LIMA

Hospital Dos de Mayo	Parque "Historia de la Medicina Peruana" s/n Alt. Cdra. 13 Av. Grau - Lima	328-0028 328-1424
Hospital Guillermo Almenara - ESSALUD	Av. Grau 800, La Victoria.	324-2983
Hospital Edgardo Rebagliati - Essalud	Av. Rebagliati 490 - Jesús María	265-4901 265-4904

OFICINA DE ADMINISTRACIÓN Área de Personal IRTP

COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO IRTP PRESIDENTE

Hospital Arzobispo Loayza	Av. Alfonso Ugarte 848 - Lima	614-4646
Morgue Central	Jr. Cangallo 818 - Lima	328-8590 328-8571
Inst. Nacional de Oftalmología -INO	Av. Tingo María 398 - Lima	202-9060

CLINICAS AFILIADAS A SCTR MAPFRE EN LIMA

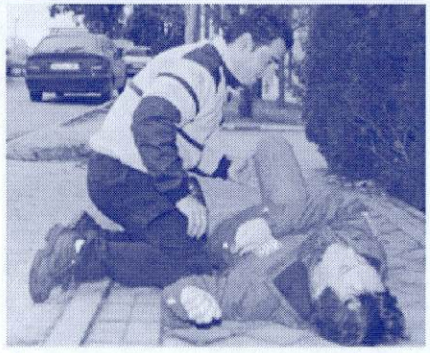
Clínica Limatambo	Av. República de Panamá	San Isidro	6171111
Clínica Javier Prado	Av. Javier Prado Este N° 499,	San Isidro	2114141
Clínica Hood Hope	Malecón Balta 956	Miraflores	6107300
Clínica Montefiori	Separadora Industrial 380	La Molina	4375151
Clínica San Felipe	Av. Gregorio Escobedo N° 650,	Jesús María	219-0000
Centro Médico Ricardo Palma Plaza Lima Sur	Prolog Paseo de la República s/n Urb. Matelini	Chorrillos	6178200
Clínica Maison de Sante del Sur	Av. Chorrillos N° 171 – 173,	Chorrillos	619-6000
Clínica San Gabriel	Av. La Marina 2955	San Miguel	6142200
Clínica Providencia	Calle Carlos Gonzales 250	San Miguel	6606000
Clínica Stella Maris	Av. Paso de Los Andes 923	Pueblo Libre	4636666
Clínica Peruano Japonesa	Av. Paso de Los Andes 675	Pueblo Libre	2088000
Clínica Mundo Salud	Carlos Alberto Izaguirre 1234	Los Olivos	5143528
Clínica Médica Cayetano Heredia	Av. Honorio Delgado 370	SMP	2076200
Clínica Jesús Del Norte	Carlos Alberto Izaguirre 159	Independencia	6134444
Clínica Limatambo	Av. Argentina 3093	Callao	6527974
Clínica Bellavista	Gaviotas 207	Bellavista	2049600
Clínica Limatambo	Av. San Juan de Lurigancho	San Juan de Lurigancho	415 1600
Clínica Nuevo San Juan	Las Flores	San Juan de Lurigancho	6104545

OFICINA DE ADMINISTRACIÓN Área de Personal - IRTP -

COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO IRTP PRESIDENTE

PRIMEROS AUXILIOS BASICO

PRIMEROS AUXILIOS



Es actuar en forma inmediata, oportuna y adecuada dada a las víctimas de accidentes o situaciones de emergencia, antes y hasta recibir ayuda médica.

Emergencia: Es la situación de salud que se presenta repentinamente, requiere inmediato tratamiento o atención y lleva implícito una alta probabilidad de riesgo de vida.

Ejemplos: Pérdida de conocimiento, heridas con abundante pérdida de sangre, dificultad respiratoria prolongada, dolor intenso en pecho, electrocución, accidentes de tránsito, reacción alérgica, caídas alturas, fracturas, etc.

Urgencia: Es una situación de salud que también se presenta repentinamente, pero sin riesgo de vida y puede requerir asistencia médica dentro de un período de tiempo razonable (dentro de las 2 o 3 horas).

Ejemplos: Accidentes leves, heridas cortantes pequeñas, quemaduras leves en el cual las personas pueden controlarlos debidamente.

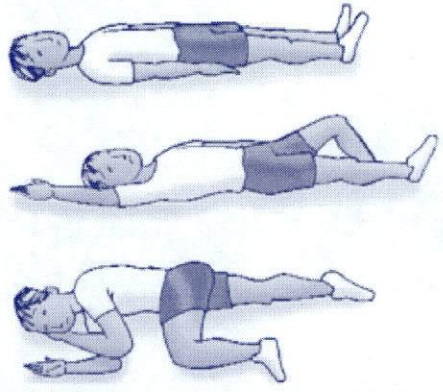
* El **BOTIQUÍN** es un recurso básico para prestar primer auxilio, en el cual se encuentran los elementos indispensables para dar atención satisfactoria a víctimas, en muchos casos pueden ser decisivos para salvar vidas

Principios Generales:

1. Mantener la calma, evite el pánico.
2. **Solicitar con prontitud la asistencia médica o una ambulancia.**

BOMBEROS VOLUNTARIOS DEL PERÚ	116
SISTEMA DE ATENCIÓN MÉDICA MÓVIL DE URGENCIA (AMBULANCIAS SAMU)	106

3. Evaluar y asegurar la escena.
4. Verificar los signos vitales como respiración, conciencia.
5. Evitar aglomeraciones que puedan entorpecer la acción del socorrista.
6. No mover al lesionado, si presenta heridas y/o fracturas (si ha sufrido caídas o golpes fuertes). Si esta inconsciente y respira, colocar en **PLS** para prevenir con vomito.
7. Tranquilizar al herido si esta consiente y taparlo con manta.
8. No medicarlo, si no es Médico.



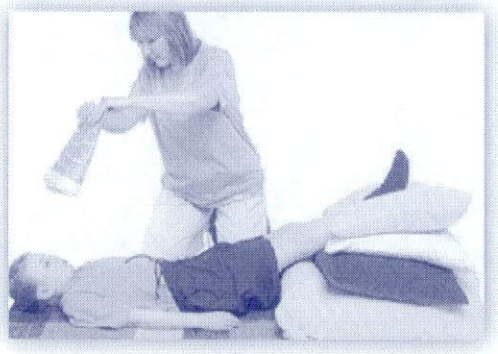
PLS: POSICIÓN LATERAL DE SEGURIDAD

Es muy importante que la persona que auxilia tenga en cuenta la **Bioseguridad** y se proteja cuando ayude al accidentado, utilizando guantes, mascarillas y/o lentes.

¿CÓMO ACTUAR ANTE UN ACCIDENTE?

1.- DESMAYOS:

- Echar al accidentado con las piernas en alto para facilitar que la sangre llegue al cerebro.
- Aflojar las prendas de vestir que compriman el cuello, tórax o cintura.
- Aportar aire abriendo ventana, hoja de papel, etc.
- Si no se recupera, colocar en posición lateral de seguridad.
- Solicitar asistencia médica.



2.- INTOXICACIONES:

Son aquellas situaciones donde ingresa un toxico en nuestro organismo.
Pueden ser: Por Inhalación, ingestión o a través de la piel.

- Revise el lugar y aleje a la víctima de la fuente de envenenamiento
- Revise el estado de conciencia, hágale preguntas.
- Afloje la ropa si está apretada.
- Si presenta quemaduras en la boca, aplique agua fría.
- Si presenta vómitos recoja una muestra, mantenga las vías aéreas libres.
- Coloque al paciente en posición de seguridad
- Llevar el envase del producto que ocasiona la intoxicación al centro médico, en caso se pudiera identificar.

3.- ASFIXIA POR ATRAGANTAMIENTO/CUERPO EXTRAÑO:

- Dejarlo toser para que pueda conseguir la expulsión del cuerpo extraño.
- No golpear nunca la espalda mientras este tosiendo porque podría ingresar más el cuerpo extraño.
- Debe tratarse de extraer el objeto si es posible con los dedos, pero con mucho cuidado.
- Cuando no puede toser, aplicar 05 palmadas secas en la mitad de la espalda entre los omoplatos, y aplicar:

  MANIOBRA DE HEIMLICH: coger al accidentado por detrás y por debajo de los brazos. Colocar el puño cerrado y la otra mano encima (04 dedos por encima de su ombligo, en la línea media del abdomen), echarlo hacia adelante y realizar 05 compresiones abdominales (hacia adentro y hacia arriba

Señal universal para el ahogamiento

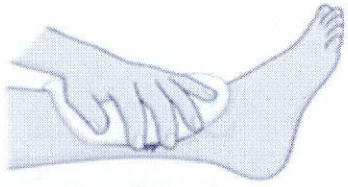
PRIMEROS AUXILIOS BASICO

4.- HEMORRAGIAS:

Se debe actuar rápidamente para evitar la pérdida de sangre del accidentado.

- Echar al accidentado para evitar desmayos.
- Efectuar presión en el punto de sangrado por un tiempo mínimo de 10 minutos, con un apósito (gasa, pañuelo, etc.) limpio.
- Al mismo tiempo, elevar la extremidad afectada a una altura superior a la del corazón del accidentado.

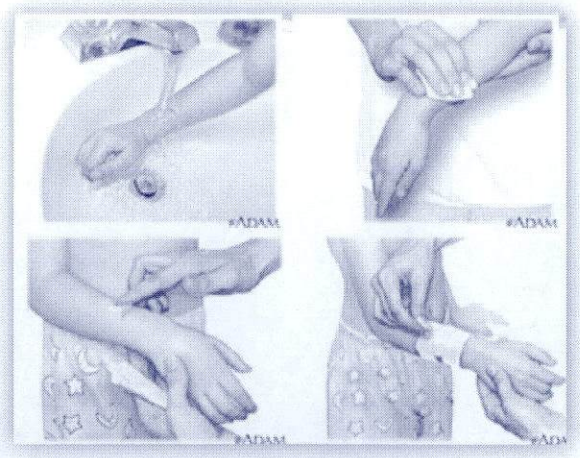
1. Aplicar presión directa sobre la herida con un trozo de tela esterilizada (limpia) y mantener la presión hasta que el sangrado cese.



NOTA: nunca se quitará el apósito, para detener el sangrado se procederá a vendar la herida, encima del apósito, y se trasladará al herido al centro de salud

5.- HERIDAS LEVES

- Colóquese guantes.
- Retire la ropa si esta cubre la herida.
- Lave la herida con agua
- Use gasa, no papel ni algodón.
- Aplique un antiséptico (agua oxigenada o yodo povidona)
- Cubra la herida.



No usar yodo povidona en personas alérgicas al yodo

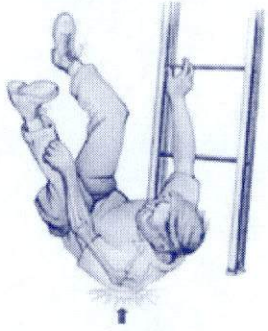
6.- CONVULSIONES:

- Apartar los objetos de alrededor de la víctima para evitar que se lesione durante las sacudidas (el ataque que suele durar unos minutos) y almohadillar la cabeza.
- Aflojar las prendas ajustadas.
- No trate de abrirle la boca, pues puede producirle luxación del maxilar y mordedura. Colocar en la boca algún material duro como un trozo de madera, la billetera u otro material que se tenga a mano, procurando que no sea de metal ni demasiado grande, para evitar que se asfixie por tragarse la lengua.
- No le inmovilice las extremidades porque puede producirle una fractura.
- Abrigue a la víctima.
- Solicitar con prontitud la asistencia médica o una ambulancia.

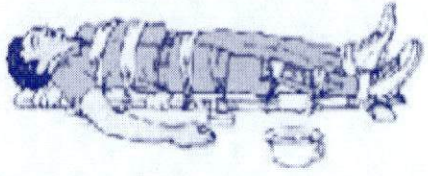
PRIMEROS AUXILIOS BASICO

7.- TRAUMATISMOS:

Si sospecha que hay lesión en un músculo, articulación o hueso INMOVILICE LA PARTE LESIONADA, APLIQUE FRIO LOCAL y traslade a la víctima a un centro hospitalario.



- Proteger al accidentado de otras posibles lesiones, estableciendo un perímetro de seguridad y ubicarlo en un lugar seguro y no moverlo.
- Solo movilice al accidentado si hay peligro de explosión, derrumbe, o si existen otros peligros en el ambiente o lugar donde se encuentre la víctima.
- Antes de movilizar o transportar al accidentado debe almohadillar e inmovilizar (empaquetar) la lesión adecuadamente y colocar frio local.



- Para valorar la deformidad de un miembro como consecuencia de una fractura o luxación: comparar siempre con el miembro opuesto.
- Nunca debe tratar de colocar los huesos en su sitio, es peligroso y podría causar otros daños.

→ **NOTA**: En el caso que pierda el miembro (amputación):
Debes guardar el miembro amputado en agua con bastante hielo.

→ **NOTA**: Si el accidentado sufre de enclavamiento de algún objeto,
NO debe tratar de retirar, ni recortar.

8.- QUEMADURAS:

Puede ser producida por agentes físicos, químicos, corriente eléctrica y radiación. Su manejo es:

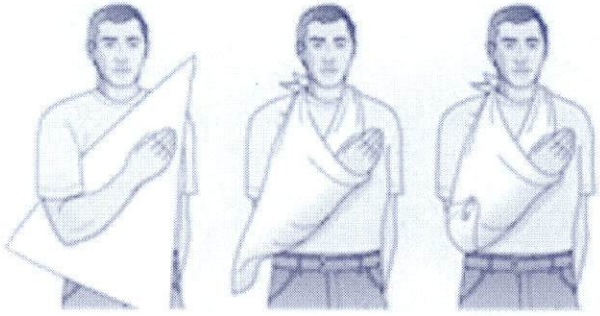
- Tranquilice a la víctima.
- Limpiar con agua fría o helada durante un tiempo prologado (20 minutos).
- Retire cuidadosamente ropa, anillos, reloj, etc.
- Secar las heridas con cuidado pero sin frotarlas, no reventar ampollas porque allí se genera la infección.
- Luego cubrir la parte quemada con vendas estériles o limpias (para evitar la infección en la piel destruida), y practicar vendajes poco voluminosos y no compresivos.
- Cuando las quemaduras han afectado los miembros inferiores o superiores del cuerpo, se buscara tenerlos en alto y sin contacto con agentes infecciosos.
- Solicitar con prontitud la asistencia médica o una ambulancia.

PRIMEROS AUXILIOS BASICO

9.- VENDAJES e INMOVILIZACIONES

Los VENDAJES son las ligaduras hechas con tiras de lienzo u otros materiales, con el fin de envolver una extremidad u otras partes del cuerpo humano lesionadas.

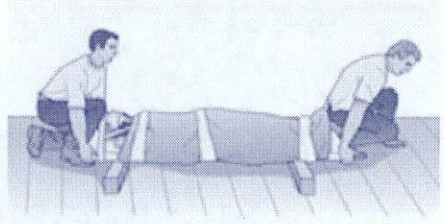
CABESTRILLO (con vendas triangulares) Se utiliza para sostener la mano, brazo o antebrazo en caso de heridas, quemaduras, fracturas, esguinces y luxaciones.

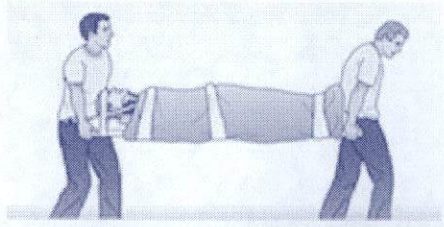


10.- TRANSPORTE DE LESIONADOS

Forma correcta de subir un lesionado a una camilla

1. Llevar la camilla al lugar en que se encuentra el accidentado, y no al revés.
2. Colocar al herido en la camilla con sumo cuidado, respetando siempre el bloque cabeza-cuello-tronco-piernas:
3. Poner la camilla sobre el suelo. Levantar a la víctima hasta colocarla sobre ella lo más suavemente posible
4. Abrigarlo convenientemente, pues el frío perjudica notablemente tanto al chocado como a todo herido. Hay que pensar que la inmovilidad, hemorragia y trauma disminuyen la resistencia al frío.
5. Sujetarle para evitar que se caiga. Debe sujetarse al herido con correas o cintas, pues cualquier movimiento brusco puede despedirle de la camilla, lo mismo si está inconsciente como si no lo está, y en este caso los propios movimientos del herido pueden hacer que se caiga.
6. Levantar la camilla con cuidado. Para el transporte del herido los dos camilleros deberán colocarse de rodillas en cada extremo de la camilla. A la voz del situado en la parte posterior se pondrán ambos en pie. Durante la marcha los camilleros deberán ir con el paso cambiado y manteniendo la camilla siempre horizontal



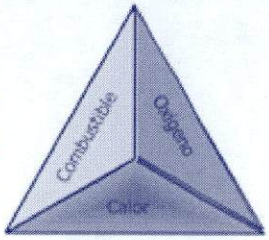


OFICINA DE ADMINISTRACIÓN IRTP
COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO IRTP PRESIDENTE

PREVENCIÓN DE INCENDIOS Y USO DE EXTINTORES

EL FUEGO

Para que se produzca el fuego tendrán que intervenir 3 componentes al juntarse se producirá la **"REACCIÓN EN CADENA"**



TRIANGULO DE FUEGO

METODOS DE EXTINCIÓN

Aislamiento.- Este método impide la propagación del fuego, poniendo barreras para que el fuego no llegue a más materiales combustibles.

Enfriamiento.- Aquí se intenta bajar la temperatura de los materiales combustibles para que no ardan, en este método se utiliza agua.

Sofocación.- Con este método se pretende eliminar el oxigeno. Para ello se utilizan mantas o se arroja tierra.

¿QUE HACER EN CASO DE INCENDIO?

- Conserve la calma
- Llame a los BOMBEROS al **116**
- Haga evacuar primero a menores y ancianos
- Si no tiene medios con que combatir el fuego o está muy avanzado, no exponga su vida, salga del lugar.
- Si el lugar está lleno de humo salga arrastrándose por el suelo y cúbrase la nariz con sus manos.

- Si su ropa se incendia, arrójese al suelo y dé vueltas o envuélvase en una frazada de preferencia húmeda y protéjase la cara con las manos.

- Utilice extintor adecuado en caso de amago de incendios

PAUTAS PARA LA PREVENCIÓN DE INCENDIOS

- Cuando salga de su lugar de trabajo cerciórese de que nada haya quedado encendido y/o enchufado.
- No recargue las instalaciones eléctricas
- Detectar las instalaciones eléctricas defectuosas e informar a mantenimiento.
- Mantener libre y en buen estado los extintores de mi área de trabajo
- Respetar la señal de NO FUMAR
- Los líquidos inflamables deben estar lejos de las fuentes de calor

OFICINA DE ADMINISTRACIÓN - IRTP -

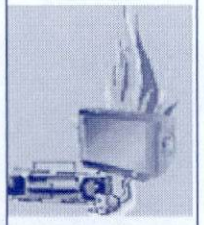
COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO - IRTP PRESIDENTA

TV PERÚ | Radio Nacional irtp

PREVENCIÓN DE INCENDIOS Y USO DE EXTINTORES

COMO USAR UN EXTINTOR PORTATIL

- Si el fuego es tipo A, una vez apagadas las llamas, es conveniente remover las brasas, volviéndolas a rociar con el agente extintor, de modo que queden bien cubiertas a fin que extinga el fuego.
- Después de usar un extintor, hay que recargarlo, aún cuando no haya sido utilizado del todo, ya que pueda haber perdido la presión y no ayude a extinguir el fuego.

CLASIFICACIÓN DE FUEGO	MATERIALES QUE SE CONSIDERAN SEGÚN LA CLASE DE FUEGO		TIPO DE EXTINTOR QUE SE PUEDE USAR DE ACUERDO AL TIPO DE FUEGO A COMBATIR	
A COMBUSTIBLES SOLIDOS ORDINARIOS	**COMBUSTIBLES SÓLIDOS** MADERA, PAPEL, CARTÓN Y PLÁSTICOS, LOS NEUMÁTICOS DE CAUCHO, LAS TELAS Y OTROS		EXTINTOR DE AGUA (H_2O) PRESURIZADA - plateado	EXTINTOR DE POLVO QUÍMICO SECO (PQS)
B LIQUIDOS Y GASES INFLAMABES	**LÍQUIDOS INFLAMABLES** GASOLINA, ACEITE LUBRICANTES, Y DERIVADOS DEL PETRÓLEO Y GASES COMO EL PROPANO Y EL BUTANO (GAS DE COCINA)		EXTINTOR DE POLVO QUÍMICO SECO (PQS)	EXTINTOR DE DIÓXIDO DE CARBONO (CO_2)
C EQUIPAMENTOS ELÉTRICOS	**EQUIPOS ELÉCTRICOS ENERGIZADO** COMPUTADORAS, TABLEROS ELÉCTRICOS, ARTEFACTOS DE COCINA U OTROS EQUIPOS ELÉCTRICOS		EXTINTOR DE DIÓXIDO DE CARBONO (CO_2) -IDEAL-	EXTINTOR DE POLVO QUÍMICO SECO (PQS)

OFICINA DE ADMINISTRACIÓN - IRTP - Área de Personal

COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO - IRTP PRESIDENTE

TV PERÚ

Radio Nacional irtp