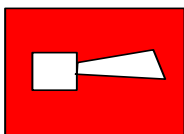


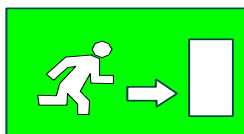
FICHA INFORMATIVA SOBRE ACTUACIÓN EN CASO DE EMERGENCIAS

FUNDACION DEPORTIVA MUNICIPAL

La FUNDACION DEPORTIVA MUNICIPAL DE VALENCIA dispone de un Plan de Emergencia/Plan de autoprotección en cada uno de los centros polideportivos, dirigido a establecer un método que permita a los empleados y ocupantes abandonar el edificio de una forma rápida y segura en el caso de que se produzca una emergencia. Si tiene dudas ante las pautas de actuación en caso de emergencia y necesita consultarlo, solicítelo al responsable del Polideportivo.



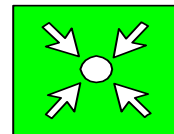
1- SEÑAL DE ALARMA DE REUNIÓN



2- SALIDA DE EMERGENCIA



3- PUERTA DE EMERGENCIA



4- ZONA

¿Cual es la señal de alarma?

Si existe una instalación de alarma acústica, la señal de alarma será un **aviso mediante el timbre o un aviso verbal**, transmitido a través de la instalación, por la persona que detecta la emergencia, con la finalidad de comunicar la misma al Jefe de Emergencias.

Actuación en caso de incendio

Si detecta un incendio:

- 1 **Comunique la emergencia inmediatamente al responsable del Polideportivo**
- 2 **Si se encuentra capacitado y la intervención no entraña peligro, intentar extinguir el fuego. Si no desaloje la zona, cerrando puertas y ventanas y desconectando aparatos y maquinaria a su cargo, si la magnitud del fuego lo permite.**
- 3 **Atienda la instrucciones del personal designado para emergencias.**

Señalización de Extinción:



Si se encuentra atrapado por el fuego:

- 1 **Gatee, retenga la respiración y cierre los ojos cuando pueda**
- 2 **Interponga puertas entre usted y el humo. Tape las ranuras alrededor de las puertas y aberturas, valiéndose de trapos y alfombras. Mójelas si tiene agua cercana.**
- 3
- 4 **Busque una zona con ventana. Si puede ábrala levemente.**
- 5 **Señale su ubicación desde la ventana, si encuentra un teléfono llame a los bomberos e indíqueles donde se encuentra.**

¿cómo usar un extintor?

1 Seleccionar el extintor adecuado

↓TIPOS DE EXTINTOR	CLASES DE FUEGO			
	A SÓLIDOS	B LÍQUIDOS	C GASES	D METALES
Agua a chorro	⊗⊗			

En el equipo encontrará un recordatorio de cómo usar el extintor

Es importante tener conocimiento de la ubicación de los extintores.

Mantener libres los accesos a los extintores

Si se usó un equipo o se observó que hay uno vacío, avisar para su recarga

No combata un incendio que se está esparciendo mas allá del lugar donde empezó


Antes de abandonar la zona de incendio, una vez extinguido el mismo, verifique que no haya posibilidades de reignición

Agua pulverizada	⊗⊗⊗	⊗		
Polvo polivalente	⊗⊗	⊗⊗	⊗⊗	
Anhídrido carbónico	⊗	⊗⊗		
Específico para fuego de metales				⊗
⊗⊗⊗ Muy adecuado ⊗⊗ Adecuado ⊗ Aceptable				

2	3	4	5
Tire del seguro.	Colóquese a una distancia de 3 m., en la dirección del viento y apunte la boquilla del extintor hacia la base de la llama.	Apriete el gatillo mientras mantiene extintor en posición vertical.	Mueva la boquilla de lado a lado lentamente, atacando por la base toda la parte frontal del fuego antes de avanzar, para evitar quedar atrapado atrás.
			

Recuerde	
Combatir fuegos originados por <i>escape de gas</i> , colocarse de forma tal que coincida la dirección del escape del gas con la del agente extintor.	Fuegos que involucran <i>filtraciones de productos del petróleo</i> , deben ser extinguidos desde el área inflamada hacia la fuente de ignición.
<i>Fuegos clase "A"</i> , dejar una buena capa de polvo sobre los escombros para evitar la reignición.	<ul style="list-style-type: none"> - Si su camino de escape se ve amenazado (por llamas o bloqueos). - Si se le acaba el agente a su extintor. - Si no se puede seguir combatiendo el fuego de forma segura. <p style="text-align: center;"><i>¡Abandone inmediatamente el área!</i></p>

En caso de evacuación

1	<u>Señal de aviso de evacuación:</u>	
2	<u>En caso de aviso de evacuación:</u>	3. <u>Señalización:</u> 
a	Desaloje inmediatamente las instalaciones.	
b	Mantenga la calma y no se detenga en las salidas.	
c	Utilice las vías de evacuación	
d	Atienda la instrucciones del personal designado para emergencias	
4	<u>Salidas de Emergencia:</u> Ver plano de evacuación	5. <u>Punto de reunión:</u> Ver plano de evacuación

En caso de accidente

<u>Accidente grave</u>	Accidentado en llamas	<u>Salidas de Emergencia</u>

1	Permanezca sereno	1	Cubrir con una manta o chaqueta.	1 Atienda a los planos de recorrido que se encuentra en cada instalación
2	Solicite ayuda sanitaria en el directorio de telf. de emergencias.	2	Enfriar con agua.	2 Siga las indicaciones de la señalización de evacuación
3	Observe la situación antes de actuar.	3	No retirar ropa	3- Tranquilizar a las personas durante la evacuación, pero actuará con firmeza para conseguir una evacuación "rápida y ordenada"
4	Examine bien el herido sin tocarle innecesariamente.	4	Traslado URGENTE.	4- Ayudará a la evacuación de personas impedidas, disminuidas o heridas
5	Actúe rápidamente pero sin precipitación.			5- No permitirá el regreso a los locales evacuados a ninguna persona que pretenda ir a buscar algún objeto o a otra cosa
6	No mover al accidentado sin saber antes lo que tiene.			
7	Jamás dé de beber a quién esté sin conocimiento.			
8	No permitir que se enfríe.			

1. **Velar por nuestra propia seguridad** y por la del accidentado. Nunca pondremos en peligro nuestra propia vida en una actuación.
2. Pedir ayuda.
3. **Conservar la calma** y actuar con rapidez, tratando a las víctimas sin brusquedad y con precaución.
4. Si se sospecha posible **lesión de columna vertebral** (caídas de altura), intentar no mover, pues se pueden producir lesiones medulares (paraplejia y tetraplejia).
5. Comprobar el **nivel de consciencia**, para ello recurrimos a estímulos verbales (le hablamos), si no responde a estímulos táctiles (le tocamos) y por último a estímulos dolorosos (pellizcamos).
 - A. Si no responde a ningún estímulo, está inconsciente (controlar constantes vitales).
 - B. Si la víctima está consciente tranquilizar a la víctima dándole ánimos.
6. Controlar en todo momento respiración, pulso, color de piel, temperatura y tamaño de las pupilas.
7. Atender preferentemente las **dificultades respiratorias y las hemorragias**, ya que en estos casos el factor tiempo es crucial.
8. Colocar al accidentado en **posición de seguridad** en el mismo lugar del accidente, salvo que sea peligroso permanecer en él.
9. No dar de beber a la víctima si está inconsciente o tiene hemorragias
10. **Tapar a la víctima** para evitar que se enfríe.
11. **Avisar al médico** y en caso de urgencia trasladarlo al hospital.
12. En caso de contacto con la piel o los ojos de ácidos o álcalis se lavarán estos bajo el agua durante 15 minutos. Después se irá al médico.
13. En caso de ingestión accidental:
 - a) Atención médica urgente
 - b) No inducir ni provocar el vómito
 - c) Traslado al hospital

ACTUACIONES EN CASO DE EMERGENCIA

- ✓ Si descubre una posible **emergencia** avise:
 1. a sus compañeros
 2. al responsable del servicio

- ✓ En caso de **fuego** use el extintor si sabe manejarlo:
 1. busque el extintor más cercano
 2. avise antes de actuar a otras personas
 3. nunca actúe solo

- ✓ Si el **fuego no se apaga**:
 1. abandone el lugar
 2. no retroceda
 3. si el humo es abundante camine agachado
 4. cierre todas las puertas
 5. si se le prende la ropa, no corra, tírese al suelo y ruedee.
 6. las sirenas de alarma, la megafonía, o sus compañeros del Equipo de alarma y Evacuación le indicarán que debe realizar.

- ✓ Al realizar la **evacuación**:
 1. mantenga la calma
 2. salga del edificio
 3. no use los ascensores
 4. dirijase al puesto de concentración y espere instrucciones.

- ✓ Conozca las **normas de prevención de incendios** establecidos para este edificio.

- ✓ **Avise** a los responsables de mantenimiento de todas las anomalías que detecte y que a su juicio puedan originar un incendio o cualquier otra situación de emergencia.

Infórmese acerca de las vías de evacuación de que dispone el edificio, así como de sus medios de extinción.

NORMAS GENERALES DE ACTUACIÓN PARA TODO EL PERSONAL EN LAS DISTINTAS SITUACIONES DE EMERGENCIAS

Medidas preventivas:

1. Si detecta alguna anomalía o disfunción póngala en conocimiento del Responsable del centro
2. No arroje colillas en las papeleras.
3. Haga uso de los ceniceros, no vertiendo su contenido en papeleras, sin constatar previamente la inexistencia de colillas sin apagar completamente.
4. No acceda a recintos donde exista material combustible o se consuma gas, portando focos de calor o elementos susceptibles de producir llama abierta o chispa incontrolada.
5. Al concluir su jornada laboral en el centro, inspeccione su puesto de trabajo y desconecte todos los aparatos y elementos que le hayan prestado servicio, incluido, en su caso, luces de su local de trabajo.
6. En cuanto a este último punto, la persona en funciones, antes de finalizar su jornada desconectará, en recorrido de control, los aparatos de uso colectivo así como el alumbrado en general.

Ante avisos de evacuación parcial o total:

1. Mantenga la calma, no grite.
2. Desconecte equipos eléctricos y de calor.
3. Acompañe al personal ajeno al centro que esté con usted.
4. No retroceda a recoger objetos personales ni a buscar a otras personas.
5. Camine con rapidez pero sin correr. No empuje en las escaleras, espere que la vía quede libre.
6. Utilice aquellas vías de evacuación que, en cada momento, le señalen los miembros de los equipos de evacuación
7. Abandonado el edificio, diríjase al Punto de Reunión.
8. En esa zona, compruebe si falta algún compañero, comuníquelo al EAE.
9. No intente poner en movimiento su vehículo estacionado.
10. Colabore y sepa ser oportuno, no entreteniendo al personal de los equipos de actuación con preguntas capciosas o improcedentes.

Accidente:

En caso de que algún trabajador o trabajadores sufran un accidente, se deberá iniciar el protocolo de actuación PAS (proteger, avisar y socorrer):

- 1) **Proteger:** se deberá proteger la zona, evitando que la situación de riesgo pueda afectar a más personas.
- 2) **Avisar:** una vez protegida la zona se dará la alarma, avisando al jefe de emergencias y al centro de control informando de lo sucedido. Si se considera necesario se avisará al personal sanitario (teléfono de emergencias 112)
- 3) **Socorrer:** el trabajador que cuente con la formación necesaria en materia de primeros auxilios procederá a socorrer a la víctima mientras llegan las ayudas externas.

En caso de contacto con productos químicos peligrosos, deberán seguirse las recomendaciones establecidas en el **Punto 4** "*primeros auxilios*" de las Fichas de Datos de Seguridad (FDS) del producto químico en cuestión. Llamando, si se considera necesario, al Instituto Nacional de Toxicología, Tel. 91 562 04 20.

Derrumbamiento de edificios y explosiones:

Al producirse el siniestro:

1. Procure que el personal no caiga en pánico colectivo, que agravaría la emergencia. Indíqueles que se va a proceder a evacuar el centro inmediatamente y que los equipos de rescate están en camino.
2. Colabore en el rescate de heridos.

Ante la evacuación:

1. Colabore en la evacuación de las personas ajenas al centro, trasladándolas a la Zona de Reunión.
2. Compruebe la accesibilidad de los caminos de evacuación y retire cualquier obstáculo. Indique al personal el camino que deben seguir.

Inundación:

Inundación interna:

1. Si la inundación es producida por escape de agua de un elemento de salida (grifo, manguera, etc.), cortar el escape cerrando la llave del elemento o la llave de paso si es accesible. Posteriormente comunicar el hecho a la Central de Alarmas.
2. Si la inundación es producida por rotura de una tubería, cortar el escape cerrando la llave de paso si es accesible. Posteriormente comunicar el hecho a la Central de Alarmas.
3. Si en uno u otro caso es imposible impedir la fuga de agua, comunicarlo inmediatamente a la Central de Alarmas.
4. Si es posible, tratar de salvar el mayor número de enseres subiéndolos a plantas superiores.
5. El centro de control avisará a al Jefe de Emergencia para que corte el suministro eléctrico de la zona afectada.

Inundación externa:

1. Cuando la inundación es producida por condiciones meteorológicas:
 - Si no puede, no abandone el edificio y no trate de salir con el vehículo propio, a fin de no colapsar la vía pública.
 - Cierre puertas y ventanas y espere noticias del Jefe de Emergencia.
 - Trasládese a plantas superiores y, si es posible, tratar de salvar el mayor número de enseres subiéndolos a estas plantas.

Mantenga contacto con el exterior vía teléfono.

Seísmo:

- ✓ Si se trabaja en una zona de riesgo de sufrir un terremoto, conviene adoptar una serie de medidas preventivas, tales como:

En relación a la estructura del edificio

- Revisar, controlar y reforzar el estado de aquellas partes de las edificaciones que primero se pueden desprender, como chimeneas, aleros o balcones.
- Revisar, asimismo, aquellas instalaciones que pueden romperse: tendido eléctrico, conducciones de agua, gas y saneamientos.

En relación al interior del edificio

- Extremar las precauciones en cuanto a la colocación y sujeción de algunos objetos que pueden caerse, en especial los pesados y los que pueden romperse como lámparas, espejos, botellas, etc.
- Tener un especial cuidado con la ubicación de los productos tóxicos o inflamables, a fin de evitar que se produzcan fugas o derrames.

- ✓ Medidas de autoprotección a adoptar durante un terremoto:

Si se produce un terremoto de una cierta intensidad, intente concentrar la atención en evitar riesgos y tenga en cuenta las siguientes recomendaciones:

Si está en el interior de un edificio es importante

- Buscar refugio debajo de los dinteles de las puertas o de algún mueble sólido, como mesas o escritorios, o bien, junto a un pilar o pared maestra.
- Mantenerse alejado de ventanas, cristalerías, vitrinas, tabiques y objetos que pueden caerse y llegar a golpearle.
- No utilizar el ascensor, ya que los efectos del terremoto podrían provocar su desplome o quedar atrapado en su interior.
- Utilizar linternas para el alumbrado y evitar el uso de velas, cerillas, o cualquier tipo de llama durante o inmediatamente después del temblor, que puedan provocar una explosión o incendio.

Si la sacudida le sorprende en el exterior es conveniente

- Ir hacia un área abierta, alejándose de los edificios dañados. Después de un gran terremoto, siguen otros más pequeños denominados réplicas que pueden ser lo suficientemente fuertes como para causar destrozos adicionales.
- Procurar no acercarse ni penetrar en edificios dañados. El peligro mayor por caída de escombros, revestimientos, cristales, etc., está en la vertical de las fachadas.
- Si se está circulando en coche, es aconsejable permanecer dentro del vehículo, así como tener la precaución de alejarse de puentes, postes eléctricos, edificios degradados o zonas de desprendimientos.

Intente responder a las llamadas de ayuda y colaborar con los Servicios intervinientes, pero no acuda a las zonas afectadas sin que lo soliciten las autoridades..

- ✓ Medidas de autoprotección a adoptar después del terremoto:

- Compruebe si hay heridos. Salvo que tenga conocimientos, no mueva a las personas seriamente heridas a menos que estén en peligro inminente de sufrir nuevos daños.
- Inspeccione el estado de las instalaciones de agua, gas y luz.
- Comunique los desperfectos a la compañía que corresponda, no trate Vd. mismo de solucionar averías. Precaución con la electricidad. Limpie cuanto antes derrames de productos químicos peligrosos.
- No haga uso del teléfono a menos que sea absolutamente necesario, colapsará las líneas que pueden ser necesarias para casos verdaderamente urgentes.
- Si fuera necesario entrar en edificios dañados, permanezca el menor tiempo posible y tenga extremo cuidado con los objetos que toca pues pueden haber quedado en posición inestable, utilice calzado fuerte para evitar dañarse con objetos cortantes o punzantes. Precaución con los líquidos potencialmente peligrosos.
- Esté alerta para posibles sacudidas posteriores denominadas "réplicas". Generalmente son de menor magnitud, pero pueden causar daños.

Derrames:

Las acciones a tomar en caso de derrame de productos químicos dependerá de la naturaleza de los productos derramados, teniendo que aplicar las actuaciones propuestas en el **punto 6** "*medidas en caso de vertido accidental*" de las Fichas de Datos de Seguridad (FDS) del producto químico en cuestión.

Las consignas de actuación generales en caso de derrame serán las siguientes:

- 1) Aislar el área del derrame mediante cinta de balizamiento o sistema equivalente.
- 2) En caso de productos inflamables se deberán eliminar todas las fuentes de ignición (chispas, llamas, fumar...)
- 3) Ventilar la zona del derrame abriendo puertas, portones y/o ventanas.
- 4) Se deberá disponer de los equipos de protección individual necesarios para los productos derramados (protección ocular en caso de salpicaduras, guantes impermeables y mascarillas o equipos autónomos en caso de que sea necesario).
- 5) Para derrames pequeños, deberá secarse la superficie con materiales ignífugos y absorbentes (arena o sepiolita). Como norma general queda prohibido el uso de serrín como material absorbente. Depositar posteriormente en contenedores cerrados para su posterior eliminación.
- 6) Para derrames grandes, evitar la extensión del líquido con barreras.

En ningún caso se tratarán de neutralizar los derrames con otros productos químicos o agua, a no ser que así lo indique en las Fichas de Seguridad, debido al riesgo de reacción violenta o emanaciones tóxicas.

Atracos:

La realización de un atraco, por lo general, sigue tres pautas bien diferenciadas: fase de preparación, de ejecución y de huida. En cada una de ellas nuestra actuación va a

ser fundamental para, o bien frustrar sus objetivos, o en su defecto conseguir una identificación fiable

Actuación durante la fase de preparación:

En esta fase, es muy importante la labor de observación; generalmente el horario elegido para cometer el atraco, suele coincidir con la entrada o salida de los trabajadores para evitar el menor nº de personal ajeno al centro. Por ello, si observamos cualquier conducta sospechosa por parte de un vehículo o transeúnte justo antes de la apertura de la entidad, lo comunicaremos de inmediato a las fuerzas de seguridad (es recomendable tener a mano la relación de teléfonos de interés en la que se incluya tanto el nº de teléfono de la policía local, guardia civil, ambulancias, hospital y centro de salud), indicando:

- Características de los individuos
- Características del vehículo

Seguiremos sus indicaciones y avisaremos al responsable de la entidad.

Actuación durante la fase de ejecución:

En el caso de que se produzca el atraco las pautas a seguir serán:

- Obedecer las órdenes que le den los atracadores
- Mantener la calma
- Tratar de retener en la memoria, la mayor cantidad de datos posibles de los atracadores, edad, estatura, peso aproximado, rasgos físicos visibles, acento, cicatrices, defectos físicos, cabello, vestimenta, etc.). Si son varios los atracadores es mejor fijar la atención en uno solo para asegurar su descripción.
- Fijarse en los lugares donde pudieran haber dejado huellas o en cualquier otra circunstancia que facilite su detención.
- Sobre todo, **NO** actuar ofensivamente, debe prevalecer la seguridad de los clientes y del resto de los empleados.

Actuación durante la fase de huida:

En el momento en que el/los atracadores han conseguido su objetivo nos interesa que abandonen el local lo antes posible, por lo que:

- No debe interponerse en su camino
- Si no ha podido poner en funcionamiento la alarma, debe hacerlo ya.
- Cerrar la puerta rápidamente (puede que necesiten refugiarse en la entidad ante la llegada de la policía)
- Observar si es posible, el medio de huida utilizado, tomando el mayor nº de datos posible del vehículo utilizado
- Si es posible, ver hacia donde se dirigen
- Tranquilizar a los clientes y asistirlos en caso de necesidad, tomar datos de los testigos (cuatro ojos ven más que dos)
- Aislar la zona de actuación hasta la llegada de las fuerzas de seguridad.

Por último, no olvidar que estas recomendaciones son genéricas, ya que es imposible de predecir, ante un atraco, la reacción tanto de los atracadores como la nuestra; recordar simplemente que lo importante ante todo es COLABORAR y MANTENER LA CALMA.

Detección de Legionelosis

Toda sospecha de caso de legionelosis deberá ser notificada de forma urgente e individualizada a las Secciones provinciales de Vigilancia Epidemiológica. En caso de confirmación positiva de la enfermedad, las Autoridades Sanitarias competentes coordinarán las actuaciones de todos los profesionales que intervengan tras la aparición del episodio.

En caso de sospechar que un trabajador pudiese tener un caso de legionelosis se seguirán los siguientes pasos:

1. Trasladar al trabajador a un centro médico, donde le realizarán las pruebas que sean necesarias.
2. Si la confirmación del caso/s es positiva, notificar el caso a las autoridades sanitarias.
3. Recoger toda la información básica que sea posible. La información disponible en los primeros momentos es probable que sea mínima e incluso confusa, pero es de gran importancia para analizar el caso de la mejor manera posible. Se recogerán datos sobre:
 - Tipo de síntomas y fecha de aparición.
 - Número de personas afectadas y expuestas.
 - Características personales de los afectados.
 - Localización espacial del brote.
4. Si como consecuencia de las actividades descritas, se puede asociar un edificio o instalación con los casos notificados, la autoridad sanitaria competente decidirá las actuaciones a realizar por el responsable de la instalación o persona física o jurídica en quien delegue.
5. Una vez realizado el tratamiento, se realizarán controles microbiológicos para demostrar que la instalación ha quedado libre de Legionella.

