MANUAL de PROCEDIMIENTOS para CASOS de EMERGENCIA ESCOLAR

CIUDAD DE MÉXICO

ACTUALIZACIÓN 2025

Con el objeto de incrementar la seguridad potencial de los alumnos, se tienen implementados dos programas:

I. Plan de Evacuación. (P.D.E.)

II. Plan de Acción en Caso de Sismo (P.A.C.S.)

Estos programas funcionan por separado y se instruirá cada año a la comunidad escolar sobre el cómo y cuándo llevar a cabo cada uno de ellos.
En el presente manual se explican detalladamente los pasos a seguir para lograr óptimos resultados en la aplicación de cada uno de ellos.

PLAN DE EVACUACIÓN

(P.D.E.)

El plan de evacuación funciona cuando se detecta un foco de riesgo dentro del plantel y la permanencia de personas dentro del mismo, resulta riesgosa.

Entre las emergencias que podrían motivar la evacuación del plantel educativo se encuentran: incendios, las fugas de gas butano, los atentados terroristas, etc.

El proceso de evacuación está dividido en cuatro etapas fundamentales:

REGLAS DE DESALOJO

ler. PASO	AL PRIMER TOQUE, ALISTARSE
2° PASO	AL SEGUNDO TOQUE, SALIR EN SILENCIO DE DOS EN DOS CON EL MAESTRO AL FRENTE
3er. PASO	SEGUIR LA FILA ESPERANDO SU TURNO, ya no existen las líneas marcadas en el piso
4° PASO	LLEGAR AL REFUGIO Y OCUPAR SU LUGAR

PRIMER PASO - AL PRIMER TOQUE ALISTARSE

En el momento en que es detectado un foco de riesgo dentro del Colegio, la Dirección del mismo evalúa la situación y, de considerarlo necesario, ordena la evacuación.

Se da aviso a todo el personal y alumnos por medio de un sonido específico, determinado con anterioridad (campana, silbato o timbre eléctrico). Al escuchar este aviso se procede de la siguiente manera:

Personal Docente

- Suspende las actividades dentro de las aulas, da indicaciones a sus alumnos para establecer un control disciplinario y se encarga de despejar las salidas, puede, si así considera necesario, pedirles a sus alumnos que se pongan en pie, en formación, siempre dentro del salón de clases.

- Si las actividades que se estuvieran realizando fueran en el exterior de los edificios escolares, ordenará la inmediata formación, evitando al máximo interferir con las labores del resto del personal.

Personal de Apoyo y Administrativo

- Se encargan las personas a quienes con anterioridad se les hubieran asignado las funciones que llevarán a cabo.
- Apertura de puertas: es importante que el personal encargado de realizar esta tarea cuente con un juego de llaves del Colegio o que tenga un lugar fijo en dónde encontrarlas.
- Las personas a quienes se hubiera encargado el control de la vialidad en las proximidades del Colegio deberán encontrar en el lugar previamente establecido, la señalización necesaria para cumplir con su función.
- La persona encargada llama a los servicios de urgencia (bomberos, policía o servicios de emergencias médicas) e informa de la situación prevaleciente en el Colegio, con el objeto de evitar pérdidas de tiempo en el transcurso de este reporte, se puede comunicar con una tercera persona para que ésta se encargue de dar aviso. Debe ser alguien a quien siempre se localice .
- La persona encargada de transportar el botiquín de urgencias, lo pone a la mano, listo para ser utilizado en caso necesario.
- El resto del personal que no tiene funciones asignadas, se prepara para abandonar el Colegio, siempre atento para ayudar en lo que fuere requerido.

La Directiva

- Supervisa que las funciones anteriormente descritas se cumplan, permanecer alerta para resolver los imprevistos que se fueran presentando.

SEGUNDO PASO: AL SEGUNDO TOQUE SALIR EN SILENCIO DE DOS EN DOS.

Se da un minuto después de la llamada 1, con el objeto de dar tiempo a que las funciones se cumplan, en el momento en que se dé esta segunda llamada (de la misma forma como se procedió a dar la primera) se efectúa lo siguiente:

Personal Docente

- Procede a abandonar el salón con sus alumnos, siempre al frente de los mismos y con el grupo formado en doble hilera.
- Debe llevar consigo la lista actualizada del grupo, los maestros no deberán llevar bolso de mano ni portafolios.
- Debe controlar estrictamente la disciplina de su grupo, seguirá la ruta previamente señalada y aprendida, alternando en caso de que fuera necesario, con otros grupos, sobre todo en lugares estrechos, como escaleras, pasillos y puertas.

- Debe avanzar rápidamente pero sin correr.
- Debe permanecer muy atento a indicaciones que se pudieran dar por parte de la Directiva.
- Ayuda a sus compañeros a controlar a su grupo.
- Se dirige por la ruta establecida rumbo al refugio ubicado en la Iglesia del Santísimo Redentor ubicada en las Calles de Río Grijalva y Río Poo.

Personal de Apoyo y Administrativo

- El personal encargado del control de vialidad procede a realizarlo, cuidando al máximo su seguridad y la del resto del personal y alumnos, deberá ubicarse provisto de las señales adecuadas en el centro de la calle y detener totalmente a los vehículos, antes de que los alumnos procedan a cruzar la avenida.
- No deberá liberar la circulación vehicular hasta que todos los alumnos terminen de cruzar y estén sobre la acera. Deberá ser enérgico pero respetuoso con los conductores.
- La persona encargada en transportar el botiquín de urgencias avanza con el contingente, pero permanece flotante, es decir, se mueve a lo largo de toda la formación para detectar alguna persona que requiera de atención.

La Directiva

- Se encarga de que proceda la evacuación y se lleve a cabo en el mayor orden posible, se mantiene alerta para colaborar en cualquier imprevisto que surja.
- Es importante que los miembros del cuerpo directivo se separen y se localicen a todo lo largo del contingente.

TERCER PASO: SEGUIR LA FILA ESPERANDO SU TURNO

Debe realizarse en la forma descrita anteriormente, y procurar, en la medida de lo posible, que el contingente avance sobre las aceras. Es importante también tener precaución con la interferencia de personas ajenas al plantel quienes, en su afán de ayudar, a veces confunden y desorientan a los alumnos y al personal.

CUARTO PASO:· LLEGAR AL REFUGIO Y OCUPAR SU LUGAR

Los primeros grupos en llegar se ubicarán en las primeras filas del recinto, hasta cubrirlo, los grupos deben permanecer integrados. El personal realizará las siguientes funciones:

Personal Docente

- Permanece siempre con su grupo, les indica a los alumnos que se sienten y controla la disciplina.
- Procede inmediatamente a pasar lista al grupo, en caso de que resultara incompleto lo notificará a la directiva y permanecerá con sus alumnos.

Personal de Apoyo y Administrativo

- Se concentra con la directiva y ayuda en lo que se les requiera.

La Directiva

- Se asegura de que no falte ningún alumno en los grupos, de ser así, designa a dos personas para buscarlo.
- Notificará a los Padres de Familia acerca de lo ocurrido, para que se recoja a los alumnos en el refugio.
- Es importante que exista una previa coordinación para este efecto, alguna persona de la directiva se debe reportar con las autoridades que acudan al plantel, con el objeto de ayudar en lo que sea necesario y contar con todas las llaves del mismo.
- La situación se declarará controlada cuando todos los alumnos hayan sido recogidos del refugio por sus familiares, debe llevarse un control respecto a los que se han ido, y con qué persona lo han hecho.

PLAN DE ACCIÓN EN CASO DE SISMO

(PA.C.S.)

Se aplica en el momento en que suena la alerta sísmica o es detectado un movimiento telúrico. Se rige por los principios de autoprotección.

El sistema de alertamiento sísmico de la Ciudad tiene determinados criterios de activación.

Si el movimiento es detectado pero no suena la alarma del Colegio, realizar el repliegue en el salón; al terminar el movimiento y si no hay indicaciones del personal directivo, realizar una actividad de relajación y continuar con sus trabajos normales.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Contar chistes.
- Imitar sonidos de animales, de medios de transporte y otros.
- Entonar una canción.
- Hacer mímicas estáticas, etc.

1. Cuando se activa el sistema de alerta sísmica de la ciudad, se cuentan con 50 segundos para desalojar, por lo únicamente se evacúan los siguientes espacios, dirigiéndose al punto de reunión más cercano:

    a) Edificio C, completo
    b) Edificio D, planta baja y primer piso
    c) Edificio H, planta baja y primer piso
    d) Edificio G, planta baja

2. El resto de la comunidad educativa permanecerá en sus salones o áreas de trabajo, considerando los puntos siguientes:
    a) Abrir la puerta del salón
    b) Hacer repliegue.

        El repliegue consiste en colocarse pegados a la pared más segura, alejados de cristales y objetos que se puedan caer o romper.

3. Una vez que el movimiento haya terminado se procederá por parte del personal responsable a revisar que no existan daños a escaleras, muros.
4. El profesor(a) estará en la puerta del salón para recibir las indicaciones de la directiva y bajar cuando se les señale.
5. Se procede al desalojo del edificio escolar, bajo la supervisión de la directiva, únicamente un grupo a la vez empezando por los de arriba, y procurando causar la menor vibración posible, sobre todo en el área de escalera.

    Este desalojo debe realizarse en completo silencio, para poder escuchar las instrucciones que se vayan dando.

    El desalojo de los alumnos de las instalaciones, se hará hacia las zonas de protección señaladas en los patios del plantel y lejos de objetos que pudieran caer.

6. Todo el personal administrativo, de servicios y visitas, deben integrarse con los alumnos y maestros en la zona de seguridad
7. Una vez reunida la población escolar, se prestará atención a las indicaciones del conductor quien realizará una actividad de relajación.
8. Al término de la actividad y haber revisado todo el inmueble y determinar que no se corre ningún riesgo, los profesores regresarán a su salón en orden y el personal retornará a su área de trabajo
9. En caso de algún deterioro notable en algún salón, esperará las indicaciones de la directiva.

Las brigadas de emergencia escolar realizarán las funciones que les corresponden.

El personal de seguridad cuidará el control de las puertas del Colegio para evitar que las personas entren o salgan imprevistamente.

Todo el personal de la escuela debe permanecer en ella, hasta que la totalidad de los alumnos se haya retirado, sólo podrán abandonar el plantel quienes cuenten con permiso de la directiva.

PLAN DE CONTINGENCIA AMBIENTAL

Al indicar las autoridades gubernamentales que se activa la contingencia ambiental:

1. Se aplicarán las normas establecidas por las autoridades, que pueden consistir en:
    a. Evitar hacer actividades cívicas, culturales y de recreo, así como hacer ejercicio al aire libre entre las 13:00 y 19:00 horas.
    b. Suspender actividades que se realicen en espacios abiertos entre las 13:00 y las 19:00 horas.
    c. Suspender las actividades escolares presenciales.
2. En cualquiera de los casos anteriores, el personal docente realizará actividades dentro del aula o en línea.

¿QUÉ HACER EN CASO DE TERREMOTO?

La Ciudad de México está localizada en una zona clasificada como de alta sismicidad. Los habitantes debemos aprender a vivir en ella con la mayor seguridad posible. Una preparación adecuada, puede ser la diferencia entre la vida y la muerte en un terremoto.

La preparación para casos de sismo, debe apegarse a la fórmula ADD es decir, Antes, Durante y Después.

ANTES

1. Establezca un plan para reunirse con su familia, es posible que el transporte en la ciudad se vea muy reducido, se debe prever que si se dañaran los caminos, podría tomarle muchas horas o hasta uno o dos días a algún miembro de la familia reunirse con ella.
2. Mantenga en su hogar un equipo para casos de emergencia, éste debe contener:

   a) Un radio de baterías.
   b) Linternas.
   c) Baterías de repuesto.
   d) Algunas botellas con agua, suficiente para cubrir las necesidades de consumo de su familia por 48 horas (3 litros por persona). Estas botellas preferentemente deben ser de plástico, el agua debe hervirse y colocarse en el envase previamente desinfectado, se recomienda sellar las tapas, con cera o cinta adhesiva resistente. Cambie estas botellas cada 6 meses.
   e) Alimentos no perecederos, pueden ser latas, granos y otros. Estos alimentos deben ser cambiados cada 4 meses (no olvide a su mascota, algún saco de alimento deshidratado podría prevenir tener que compartir su ración con su perro).
   f) Abrelatas
   g) Medicamentos de consumo rutinario en la familia (insulina, antihipertensivos, anticonvulsivos, etc.)
   h) Estuche y manual de primeros auxilios.
   i) Llaves y sellador, para cerrar y reparar tuberías de gas y agua (Es importante que usted sepa cerrar correctamente los suministros de gas, agua y electricidad)

DURANTE

CONSERVE LA CALMA, EL PÁNICO PUEDE SER MORTAL

Si se encuentra en el interior de un edificio permanezca ahí, aléjese de ventanas y cristales, protéjase debajo de una mesa o un escritorio. No se coloque debajo del marco de una puerta; éste no ofrece mayor protección. Si usted se encuentra en el exterior, colóquese en espacios abiertos, tenga cuidado con objetos que caigan de los edificios y con los postes, cables y transformadores eléctricos.

Si se encuentra manejando un vehículo, deténgase, y permanezca dentro de él, protéjase recostándose en el asiento, algún objeto podría golpear el toldo o romper un cristal.

DESPUÉS

Compruebe que todas las personas a su alrededor estén bien. Si encuentra algún lesionado aplíquele los primeros auxilios.

Cierre inmediatamente los suministros de gas, agua y electricidad. Verifique que no existan fugas de gas en ningún punto, si tiene duda, pruebe la tubería con un poco de jabón, nunca con cerillos, una vez que haya revisado la red de gas, restablezca la energía eléctrica y cerciórese que todo esté bien. No vuelva a abrir el gas, hasta que existan condiciones más seguras para hacer una revisión más cuidadosa.

NO abra la entrada de agua, es probable que las tuberías de suministro a su hogar se rompieran o agrietaran y que el líquido se contaminara con aguas residuales, de esta manera mantendrá en condiciones seguras los depósitos de agua de la casa.

Usted tiene agua para consumo de emergencia en:

a) Depósitos y cisternas que contienen suficiente para algunos días. Si no se restablece el sistema eléctrico y el agua requiere de ser bombeada para su distribución en la casa, puede sacar agua de tinacos y cisternas con una cubeta.
b) Un depósito en donde podemos encontrar agua en una emergencia es en el calentador, basta con quitar la tapa de rosca que se encuentra en la parte inferior del mismo y recolectarla en algún recipiente.
c) Los depósitos o cajas de los inodoros contienen varios litros que también pueden ser aprovechados.

d) Al abrir una lata de vegetales no tire el agua puesto que ésta es perfectamente potable. (Para evitar el sabor desagradable utilícela en la cocción de algún alimento como sopa o caldo).
e) Para purificar el agua, si no se cuenta con pastillas especiales, es recomendable hervirla y agregar algunas gotas de solución de hipoclorito de sodio, (misma que conforma la mayoría de los blanqueadores para ropa de uso doméstico). No se debe utilizar ningún producto que contenga algún elemento activo diferente del hipoclorito de sodio.
Para purificar el agua con hipoclorito de sodio:

A un litro de agua añadir :
1 gota si es agua clara
3 gotas si es agua turbia

COLABORE CON LAS AUTORIDADES:

1. No utilice el teléfono *más* que para llamar a los bomberos, a los servicios de emergencia o a la policía.
2. No acuda a las zonas de desastre.
3. Despeje las calles para poder ser utilizadas por los vehículos de emergencia.
4. Permanezca atento a los medios de comunicación oficiales, podrían dar instrucciones importantes.

¿CÓMO REACCIONAN LOS NIÑOS ANTE LOS DESASTRES?

Es muy importante para los adultos que rodean a los niños saber cómo reaccionan, qué sienten y cómo pueden manifestarlo aunque sean muy pequeñitos, ya que de esta forma podemos ayudarlos a sobreponerse al temor y lo más importante, evitar que se conviertan en personitas aprehensivas, llenas de miedos infundados e incapaces de disfrutar de la vida.

El presente folleto ha sido preparado con el objeto de hacer reflexionar a los adultos (padres, maestro, etc.) sobre qué sienten los niños en el momento de un desastre y cuál sería la conducta que ellos desearían de nosotros. La siguiente narración es de un niño de *5* años de edad, los invitamos a ponerse en su lugar y tratar de adivinar sus sentimientos.

"El jueves pasado desperté con una fuerte sacudida, toda mi casa rechinaba, pude oír a mi mamá que gritaba y corría por toda la casa. Mi papá me sacó bruscamente de mi cama y corrimos hasta la calle mientras les gritaba a mis hermanos y a mi nana que se salieran rápido. Ya en la calle mi mamá decía que seguramente mi hermana que ya se había ido al colegio estaba *muerta* o *herida.* Los vecinos salían y todos comentaban lo *terrible* que había sido, se alegraban de que estuviéramos *vivos.* Al poco rato se empezaron a oír muchas sirenas y todos decían que seguramente cosas horribles habían sucedido. Mi abuelita insistía en que en cualquier momento podría repetir y ahora sí quién sabe cómo *nos vaya.* Yo me sentía muy asustado, no alcanzaba a comprender "lo terrible", o qué nos podía pasar, ¿Por qué mi hermana no regresaba? *Y todos estaban tan preocupados que nadie me contestaba.* Ese día en la noche mi papá se enojó mucho conmigo porque no quería dormir en mi cama, mamá estaba desesperada porque en todo el día no había querido comer y mis hermanos me decían: por favor ya no llores, pero no entendían que yo quería ver mis caricaturas en la tele y no esas cosas feas que luego volvía a soñar y no me dejaban dormir".

1. CÓMO COMPRENDER AL NIÑO

A medida que el niño crece su experiencia le indica que en su vida hay una sucesión de eventos que se repiten en forma regular. Para los niños en edad preescolar y escolar la vida es casi siempre la misma: cuentan con la presencia de los padres, al despertar en la mañana se alistan para ir a la escuela en donde encontraban a la misma maestra, sus compañeros habituales, juego, etc. A determinada hora llega mamá o se van a su casa en donde la rutina es más o menos constante. Pero cuando hay una interrupción en el curso natural de su vida corriente, el niño se ve invadido por la angustia y el temor y es incapaz de superarlo por él mismo, de ahí la importancia de la actitud de los adultos para ayudarlo a resolver los *tiempos difíciles.*

II. EL MIEDO

El miedo es un sentimiento de inquietud causado por un peligro real o *imaginario.*

Los padres tienen que reconocer que hay temores que tienen su origen en el niño mismo, que son producto de su imaginación o fantasía. Pero también sabemos que hay temores basados en eventos reales. A veces el niño no puede describir sus sentimientos de angustia aún en los casos en que el miedo es intenso el niño puede ser incapaz de expresarlo.

III. A QUÉ TIENEN MIEDO

Lo que más temen es ser dejados solos, perder a sus padres que representan su estabilidad a través de sus cuidados, cariño y alimentación. En un evento catastrófico aún el niño que generalmente se muestra valeroso y competente, puede reaccionar con temor y gran angustia. Como es natural, los adultos que lo rodean también reaccionan con miedo, lo que confirma al niño que *existe un peligro real.* El niño tiene menos experiencia en diferenciar una amenaza real de la que no lo es, pudiendo darse el caso de que llegue a estar plagado de temores sin base real pero que él va a sentir con la misma intensidad que si fueran peligros reales.

El primer paso es reconocer que el niño que siente miedo lo siente de verdad. No está tratando de hacerle la vida difícil a sus padres ni de romper la rutina familiar. Su miedo lo perturba y nada le gustaría más que deshacerse de él. Si, además, siente que los adultos no comprenden lo que está sintiendo, se sentirá avergonzado y quizás hasta rechazado, lo que agravará más su sentimiento de temor. La comprensión y la ayuda de los padres puede reducir la gravedad de los temores y prevenir el desarrollo de problemas más serios.

El niño necesita de la seguridad que proviene tanto de las palabras como *de las* acciones *de sus padres.* El que la familia se mantenga unida infunde confianza inmediata a los niños. El temor de ser abandonado o de no ser protegido se alivia de inmediato, es aconsejable después de una catástrofe no dejar a los niños "en un lugar seguro" en ninguna parte estará mejor que al lado de su familia. Frases como: *Estamos juntos y nada nos ha pasado, no te preocupes, nosotros estamos contigo,* etc., pueden infundir seguridad en el niño, es importante que los adultos digan a los niños que ellos también sintieron miedo, pero que ya lo están dominando y que de esta forma lo animen a hablar de sus temores reales y los imaginarios.

IV. DIÁLOGO

Escuche lo que los niños le dicen acerca de sus temores y de sus sentimientos. Es importante saber qué piensan acerca de lo ocurrido. Procure explicarles lo más claramente posible qué sucedió y por qué, cuantas veces sea necesario, hasta que les haya quedado claro, permítales preguntar todas sus dudas por absurdas que parezcan. Es probable que no sea capaz de exteriorizar con palabras lo que siente a pesar de que se le anime a hacerlo, en este caso debemos estar alerta a sus actitudes, quizá por medio del juego o en

conversaciones con otros familiares o amigos que han logrado expresar lo que sienten respecto a lo ocurrido.

V. COMPORTAMIENTO RETROGRESIVO

Algunas veces los niños pueden regresar a un comportamiento anterior que ya habían superado, como mojar la cama, chuparse los dedos, no querer estar sólo, negarse a dormir en cama, etc. Los padres deberán tener paciencia, puede ser un comportamiento temporal, una expresión de angustia todavía no superada, en este caso la aceptación de los padres dará seguridad a los niños. Cuando los padres reaccionan violentamente ante estos hechos o le dan demasiada importancia, los síntomas persistirán por más tiempo.

Es muy importante que al niño se le permita participar por pequeño que sea (a la medida de sus posibilidades), en los preparativos familiares para casos de desastre. Es necesario que sepan qué hacer, cómo actuar, en dónde están guardadas las cosas {agua, botiquín, comida, etc.) recuerden que los niños pueden estar solos o lejos de nosotros en el momento de una catástrofe y que se sentirán más seguros, si saben cómo actuar y que en su casa todo estaba preparado para una eventualidad. Durante la catástrofe es muy importante que los adultos conservemos la calma y demos ejemplo al niño de valentía y sensatez. El gritar, correr y exagerar la situación, no sólo no nos ayudará, sino que nos traerá más problemas.

Todos debemos saber qué hacer sin esperar que nos lo indiquen y esto incluye a los niños, ya que en caso de desastre su vida puede depender de ello. Después de que hemos sufrido una catástrofe y que la familia ya se ha reunido, todos juntos deberán valorar la situación y comentarla si hay necesidad de recoger algo dentro de la casa o ayudar a algún vecino, permita que los niños participen, esto hará que se sientan mejor.

VI. EL REGRESO A LA NORMALIDAD

Cuando las cosas empiezan a tranquilizarse, y ha pasado la agitación, es normal que se presente un periodo de aletargamiento en todas las personas. Es necesario que los padres hagan un esfuerzo para evitar esta inactividad y retornar a la rutina diaria.

Los padres deben demostrar al niño que ellos están manteniendo el debido control, deben mostrarse comprensivos pero firmes, al mismo tiempo que dan su apoyo al niño. Después los padres pueden hacerse más tolerantes pero siempre manteniendo la disciplina.

VII. TEMORES ESPECÍFICOS

Cuando ha sucedido un evento traumatizante, tal como una catástrofe, las personas pueden desarrollar temores irracionales en los cuales un objeto o situación específica evoca una angustia tan grande que puede llegar al pánico. El objeto o situación evocadoras de la angustia tratarán entonces de ser evitadas. Puede ser que el niño desarrolle temor a las cosas, a la obscuridad, a ir a la escuela o separarse de sus padres o aún de salir de su casa.

Cuando el niño es pequeño se le puede dar seguridad con palabras haciéndole ver que no hay por qué temer. Cuando ya es mayorcito, además de lo anterior, deberá animársele a actuar, por ejemplo: si rehúsa a ir a la escuela deberá mandársele siendo firme, el niño debe saber que se espera que vaya a la escuela, de esta forma se dará cuenta que no hay por qué temer o en el último de los casos es un riesgo que tiene que correr porque no puede "esconderse" y la vida tiene que seguir.

Y recuerde que siempre el ejemplo es la mejor enseñanza