Instituto Mexicano de Psicoanálisis A.C. (IMPAC)

Política de Protección Civil

28 de septiembre de 2026

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN 2
2. TIPOS DE CONTINGENCIAS 2
3. QUIÉNES SE RIGEN POR ESTA POLÍTICA 3
4. MAPAS DE LA ZONA 4
5. PLANIFICACIÓN Y FORMACIÓN: BRIGADA DE CONTINGENCIAS 5
6. PREVENCIÓN, MITIGACIÓN Y AUXILIO 11
7. ALERTA Y COMUNICACIÓN 18
8. REHABILITACIÓN Y EVALUACIÓN 20
9. CONCLUSIÓN 21

ANEXO 1 – EJEMPLO CONTACTOS DE EMERGENCIA/CONTINGENCIA 22
ANEXO 2 – EJEMPLO HOJA MÉDICA 23
ANEXO 3 – EJEMPLO FORMATO DE REGISTRO DE UNA CONTINGENCIA 25

1. INTRODUCCIÓN

El propósito de la política de protección civil para el Instituto Mexicano de Psicoanálisis A.C. (IMPAC) es salvaguardar la vida, la integridad física y el patrimonio de las personas, así como proteger el medio ambiente y la infraestructura esencial ante situaciones de emergencia y contingencias. Esto se logra mediante estrategias integrales ante desastres naturales o emergencias. Esta política busca reforzar la protección de la comunidad y salvaguardar los bienes mediante un enfoque coordinado y participativo. Las estrategias principales de la política de protección civil incluyen:

1. **Planificación y Formación: Brigada de Contingencias:** Diseñar planes operativos, protocolos de emergencia y estrategias de respuesta, además de capacitar y entrenar a brigadistas y a la población mediante simulacros
2. **Prevención, Mitigación y Auxilio:** Identificar y evaluar los riesgos potenciales (naturales o humanos) que pueden afectar a la Comunidad IMPAC, además de implementar medidas para evitar que los riesgos se conviertan en desastres. Ejecutar acciones para reducir la vulnerabilidad y el impacto destructivo de un fenómeno. Brindar asistencia inmediata, búsqueda, rescate y atención médica durante el desastre
3. **Alerta y Comunicación:** Informar de manera oportuna a la Comunidad IMPAC sobre peligros inminentes y cómo actuar, además de notificar a las autoridades competentes
4. **Rehabilitación y Evaluación:** Restablecer los servicios vitales básicos, la seguridad y el orden tras la emergencia o contingencia, además de coordinar las labores de rehabilitación a mediano y largo plazo en las zonas afectadas. Evaluar y modificar las medidas de prevención, mitigación y auxilio en caso necesario

2. TIPOS DE CONTINGENCIAS

A. Geológicos
    a. Sismicidad
B. Hidrometeorológicos
    a. Inundaciones
    b. Tormentas eléctricas/Granizos
    c. Incendios
C. Químico-Tecnológicos
    a. Contaminaciones/Derrame de sustancias/Fugas de gas
D. Sanitario-Ecológicos

    a. Contaminación del aire, agua y suelo, por lluvia ácida y ceniza volcánica, así como por plagas
    b. Epidemias
E. Socio-Organizativos
    a. Amenaza de bomba

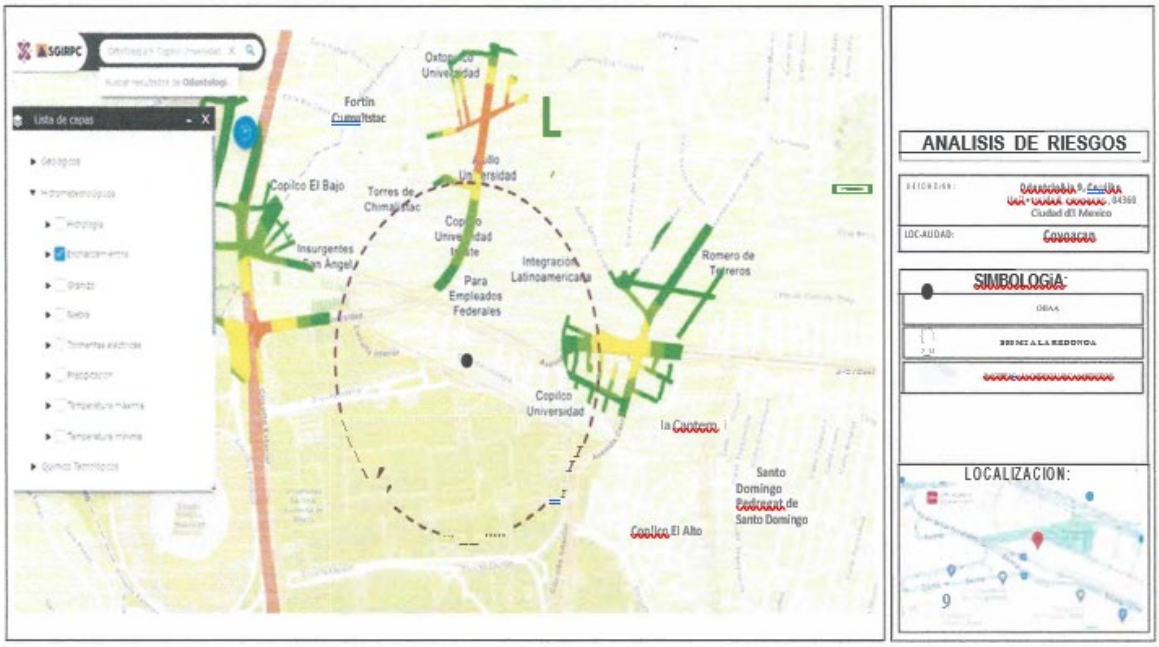
3. QUIÉNES SE RIGEN POR ESTA POLÍTICA

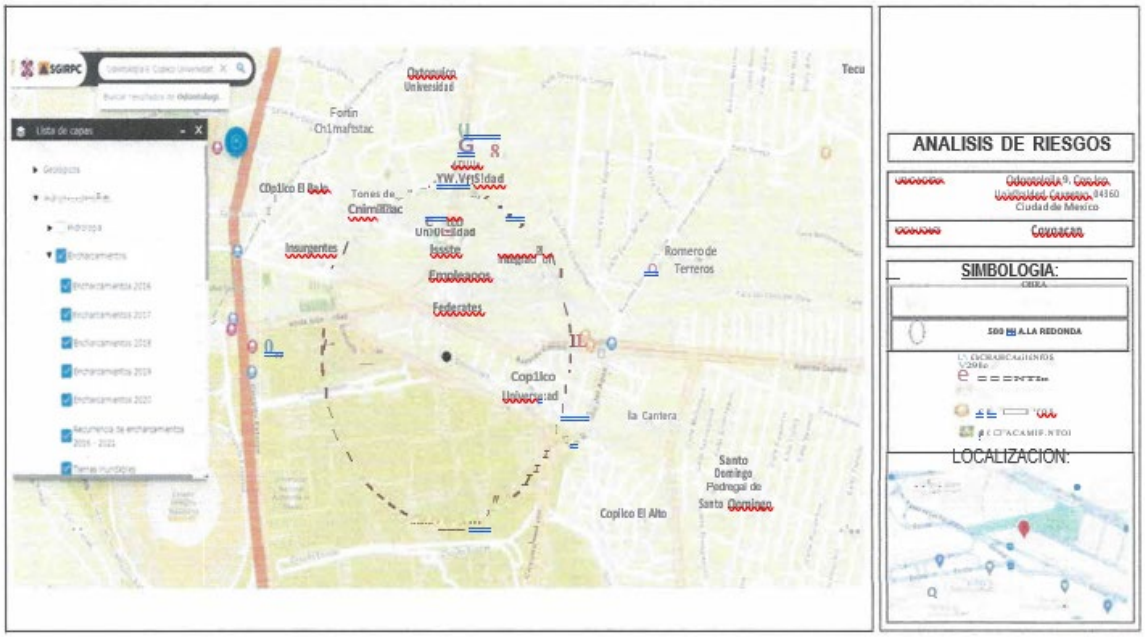
Todas aquellas personas que forman parte de la comunidad del IMPAC son sujetas a esta política, en particular cuando se encuentren dentro o cerca de las instalaciones. Es decir:

- Las personas integrantes de la Asamblea, incluyendo la Dirección y la Mesa Directiva
- Personas docentes, psicoanalistas didácticas y supervisores
- Estudiantes actuales y anteriores de la maestría y del doctorado
- Personas beneficiarias o pacientes
- Las personas trabajadoras del Instituto y personas candidatas a puestos dentro del Instituto
- Las personas trabajadoras de la organización afín que rentan espacio de oficina dentro de las instalaciones
- Las personas que asisten a eventos en el auditorio o los espacios públicos como la biblioteca o cafetería, los consultorios o las salas de junta, además de los proveedores de servicios u otras personas que se encuentran dentro de las instalaciones del IMPAC por cualquier motivo en el momento de una contingencia.

Quienes forman parte de la Asamblea, ingresan a estudiar o enseñar o laboran bajo un contrato en el Instituto deben de recibir una copia del presente documento así como el nombre y la ubicación de cada persona que integra la Brigada de Contingencias que se describe a continuación. También esta política debe de estar disponible para consulta pública para las demás personas que ingresen a las instalaciones.

4. MAPAS DE LA ZONA





5. PLANIFICACIÓN Y FORMACIÓN: BRIGADA DE CONTINGENCIAS

Diseñar planes operativos, protocolos de emergencia y estrategias de respuesta, además de capacitar y entrenar a brigadistas y a la población mediante simulacros.

a. Planificación

El IMPAC debería tener varios documentos preparados y en uso. Incluyen:

- Una libreta de registro al ingresar al Instituto
- Un directorio de teléfonos de los servicios de auxilio y seguridad para emergencias (Bomberas, Policía, Patrulla de la zona, CFE, etc.)
- Una lista de contacto de emergencia para todas las personas del equipo, docentes, analistas y estudiantes (ver anexo 1), además de una hoja médica para dichas personas (ver anexo 2)
- Un árbol de notificación en caso de contingencia fuera de las instalaciones
- Un formato de registro de incidentes de contingencias, para evaluar y verificar los resultados del actuar durante cualquier contingencia y tomar los correctivos necesarios, si es el caso (ver anexo 3).

Además, debe contar con la señalización correcta de evacuación y extintores, una alarma (o megáfono) y un punto de reunión marcado fuera de las instalaciones.

Se tendrá a disposición de las personas ubicadas dentro de las instalaciones el material mínimo necesario para actuar efectivamente en caso de un incidente. Los materiales serán colocados cerca de escaleras y del almacén de residuos peligrosos. Cada tres meses se realizará un inventario de los equipos y materiales manteniendo un stock mínimo necesario. La persona responsable de esta actividad será la Jefa de Brigada de Contingencias (ver punto b abajo). Para controlar un evento, se deberá tener como material y equipo mínimo, el siguiente:

- Bolsas plásticas resistentes para almacenar desechos contaminados
- Extintores ABC[1] con mecanismo de transporte y de fácil acceso
- Herramientas menores (palas, picos, rastrillos, etc.)
- Cubetas

[1] A. Sólidos orgánicos como madera, papel, carbón; B. Líquidos inflamables como gasolina, gas, agroquímicos líquidos, alcohol, éter y otros; C. Eléctricos: todos los materiales donde el voltaje está en sitios como motores y generadores.

- Panos absorbentes
- Un botiquín de primeros auxilios en un lugar accesible
- Linternas, radio a pilas, y pilas
- Algunas provisiones básicas como agua embotellada y alimentos no perecederos

b. Formación

La finalidad de la Brigada de Contingencias del IMPAC es la de ser el órgano operativo del inmueble, cuya responsabilidad es la de desarrollar y dirigir las acciones de protección civil, así como de implementar, coordinar y operar el plan interno y sus correspondientes programas de prevención, mitigación y auxilio con el objeto de prevenir o mitigar los daños que puedan ocasionar los desastres o siniestros en las personas, patrimonio y/o entorno dentro de sus instalaciones.

La Brigada tiene la responsabilidad de verificar el cumplimiento de las medidas de seguridad establecidas en el presente programa, actuar de manera preventiva y reactiva ante la eventualidad de un suceso que altere la actividad normal de la empresa. La Brigada recibe capacitación en la materia, con lo cual se establece de manera preventiva y reactiva que las personas se encuentran preparadas para responder ante un riesgo que ponga en peligro la integridad de las personas que se encuentran en el edificio.

El IMPAC contará con una Brigada de Contingencias, que deberá:

- Ser integrada por personal contratada, conocedores de sus lugares de trabajo y las instalaciones
- Usar durante el trabajo distintivos especiales de identificación
- Tener pleno conocimiento de la ubicación y funcionamiento de los equipos para control de contingencias

Objetivos

- Que el personal conozca de la importancia y responsabilidad de su participación en la brigada para el control de incidentes
- Que el entrenamiento teórico-practico sea aprovechado de la mejor forma
- Definir funciones y responsabilidades a cada brigadista
- Aplicar en forma ordenada y coordinada los procedimientos elaborados en esta política durante las contingencias
- Utilizar la experiencia, conocimiento y habilidades de las personas integrantes de la brigada para que la operación sea efectiva

- Cumplir con las Normas de seguridad industrial, salud ocupacional y medio ambiente establecidas

Se aclara que, debido a que el IMPAC cuenta con cuatro personas que laboran de manera diaria dentro de las instalaciones, cada persona tendrá un papel específico. La administradora será la **Jefa de Brigada**, y tendrá la responsabilidad de la capacitación y educación, la infraestructura y equipamiento, simulacros y evaluación, así como la responsabilidad de **Comunicación**, mientras las otras personas serán responsables de: **Rescate y Primeros Auxilios** (Asistente de Enseñanza), **Evacuación y Retaguardia** (Bibliotecaria, por estar ubicada en el quinto piso del edificio, con el apoyo del Conserje), y **Extinción de Incendios** (Conserje). Dado que son pocas las personas que laboran dentro de las instalaciones, cada integrante de la Brigada recibirá capacitación en las cuatro áreas de responsabilidad.

Las personas integrantes de la Brigada deberán recibir **anualmente** cursos de capacitación y actualización.

Jefa de Brigada

La Jefa de Brigada que maneja las contingencias debe estar capacitada en los siguientes temas:

- Evaluación y pronóstico del riesgo
- Selección y uso correcto del equipo de protección individual en caso de contingencia
- Saber evaluar la necesidad de recursos humanos y materiales adicionales, tomando en cuenta cuándo y cuántos elementos son necesarios para controlar el peligro
- Conocimientos generales de lo que son las sustancias peligrosas y los riesgos que estas pueden presentar cuando se derraman, y la ubicación de los recursos a su alcance inmediato
- Capacidad para identificar, en breve y dentro de sus posibilidades, las sustancias nocivas para la salud

La Jefa de Brigada también fungirá como la encargada de comunicación, con las siguientes responsabilidades:

- Saber cómo iniciar y usar los sistemas de comunicación de contingencia
- Dará la voz de alarma, haciendo sonar la alarma destinada o el megáfono para este fin
- Procederá de inmediato al llamado de las instituciones de auxilio que se

necesiten según sea el caso (bomberos, ambulancias, compañía de luz, etc.)
- Se informará de las personas que se encontraban dentro de las instalaciones en el momento de ocurrir el siniestro
- Pasará lista de asistencia que proviene de la libreta de registro al ingresar a las instalaciones de las personas para verificar que no haya quedado nadie en el inmueble
- En caso de existir heridos o decesos deberá recabar los datos generales de las víctimas; cuando los heridos sean transportados a algún lugar para su atención, se encargará de informarse al lugar que los llevaron, características del vehículo que los transporta, nombre del responsable, institución, estado que guarda el paciente, heridas o daños que sufrió, etc.
- Informará a las personas de contacto de las víctimas de todos los datos recabados

Persona responsable de rescate y primeros auxilios

- Atenderá de inmediato a las personas lesionadas e improvisará un campamento en la zona de seguridad cercana al inmueble
- Se dará prioridad a las lesionadas que presenten lesiones más graves tales como: hemorragias importantes, quemaduras, traumatismos y, en general, los que presenten lesiones que pongan en peligro su vida; tratará de mantener los signos vitales dentro de los parámetros normales, con el objeto de que sean destinadas a un centro de atención especializado
- En segundo lugar, serán atendidas las personas lesionadas en menor grado y se atenderá traumatismos donde no exista una lesión ósea evidente y aquellas lesiones que sean posibles tratar en el lugar
- Se verificará las listas que contienen las anotaciones de las enfermedades crónicas del personal, otras enfermedades o lesiones que padezcan y medicamentos que estén tomando o que no puedan tomar
- Se investigará con las personas lesionadas si sufren de alguna enfermedad o lesión, si pueden tomar cualquier tipo de medicamento o alguna otra recomendación para evitar que se pueda poner en riesgo su vida
- En caso de que la persona esté inconsciente se procederá a verificar si cuenta con alguna información complementaria
- Elaborará un listado de las personas lesionadas y tipo de lesión y la proporcionará a las autoridades

Persona responsable de evacuación y retaguardia

- Se encargará de efectuar la evacuación de las personas de las instalaciones, siguiendo el plan previamente establecido y concentrando a ellas en el punto de reunión, verificando que no quede nadie dentro del edificio
- El plan de evacuación se pondrá en marcha en cuanto se presente un alto riesgo o siniestro y de acuerdo al evento que se presente, considerando las actividades que se han practicado en los simulacros

Persona responsable de extinción de incendios

- Procederá de inmediato a atacar y controlar todo incendio que se produzca en las instalaciones
- Deberá estar capacitada en el buen uso del equipo contra incendio e intervendrá exclusivamente en los casos de conato de incendio; en caso de tratarse de un incendio ya declarado, deberán de abandonar las instalaciones, dando aviso a la Jefa de Brigada para que proceda a dar aviso al cuerpo de bomberos

Equipo de protección individual para las personas brigadistas

Es imprescindible la utilización del equipo de protección individual antes de comenzar cualquier operación de contingencia. Este se compone de: protección respiratoria, y de ojos y manos. Antes de empezar a realizar el trabajo, se debe revisar la ropa y el equipo de protección adecuados para las operaciones de limpieza y contención.

El siguiente equipo de protección individual podrá almacenarse en cada lugar de trabajo y será transportado al sitio que se requiera, cuando se presente una contingencia.

- Protectores faciales (mascarillas) y anteojos
- Ropa de protección e identificación (cascos, guantes, brazalete)
- Silbatos

c. Simulacros

Las personas que participan y forman parte de la brigada deberán estar preparadas para efectuar los simulacros con el objeto de ir adquiriendo destreza, eficiencia y seguridad. A medida que se lleven a cabo los simulacros y se evalúe el plan, se le ajustará para un óptimo funcionamiento. El IMPAC participará en el simulacro

nacional del 19 de septiembre de cada año, además de realizar por lo menos dos simulacros adicionales al año, variando el horario de los mismos para incluir una cantidad mayor de las personas que asisten a las instalaciones de manera regular.

d. Activación de la Brigada

Una vez detectada la emergencia, la Brigada entrará en acción, llevando a cabo las actividades que sean necesarias dependiendo del fenómeno perturbador de que se trate o bien la situación que en ese momento se encuentre alterando la actividad normal del Instituto:

- La Jefa de Brigada en coordinación con las demás personas realizaran los procedimientos diseñados con prontitud y eficacia
- Al presentarse una emergencia, la Brigada entrará en acción de manera simultánea, cada una desempeñando las funciones para las que fueron capacitadas y previa práctica en los simulacros
- Cada persona de la Brigada, de acuerdo con sus especialidades, realizará los procedimientos y estrategias diseñadas
- Las eventualidades inesperadas se reportarán de inmediato y la Jefa de Brigada decidirá las estrategias a seguir
- Las personas lesionadas que sean factibles trasladar, serán conducidas a un área segura, la cual estará junto al punto de reunión
- El acopio de recursos materiales y humanos se hará en el punto de reunión
- Solamente la Jefa de Brigada decidirá qué tipo de recursos se deben solicitar
- La ayuda profesional y los servicios de las autoridades serán atendidos en el punto de reunión
- Todas las personas integrantes de la Brigada podrán brindar información y ayuda a las autoridades

Una vez presentada la emergencia y tomadas las medidas pertinentes se deberá notificar a las instituciones y autoridades correspondientes según el caso.

La brigada deberá coordinarse, de acuerdo a los planes previamente establecidos, con las instituciones de emergencia.

6. PREVENCIÓN, MITIGACIÓN Y AUXILIO

Identificar y evaluar los riesgos potenciales (naturales o humanos) que pueden afectar a la Comunidad IMPAC, además de implementar medidas para evitar que los riesgos se conviertan en desastres. Ejecutar acciones para reducir la vulnerabilidad y el impacto destructivo de un fenómeno. Brindar asistencia inmediata, búsqueda, rescate y atención médica durante el desastre.

Abajo se describe el actuar necesario ante algunos de los tipos de contingencias más importantes.

A. Geológicos

a. Sismicidad

Antes:

- Tener preparados un botiquín de primeros auxilios, linternas, radio a pilas, pilas, etc. y algunas provisiones en sitio conocido
- Saber cómo desconectar la luz y el agua
- Prever un plan de actuación en caso de emergencia y asegurar el reagrupamiento de las personas en el punto de reunión
- Tener un directorio telefónico para, en caso de necesidad, poder llamar a la Protección Civil, Bomberos o Policía
- Identificar las salidas de emergencia y los lugares de menor riesgo como columnas, trabes o muros de carga.
- No colocar objetos pesados encima de muebles altos, asegurarlos en el suelo
- Fijar bien a las paredes muebles como armarios, estanterías, etc. y sujetar aquellos objetos que pueden provocar daños al caerse, como cuadros, espejos, lámparas, contenedores de productos tóxicos o inflamables, etc.
- Revisar la estructura del inmueble y la condición de las instalaciones eléctrica, hidráulica, y especiales como el elevador

Durante:

- Poner en práctica el plan de acción ensayado previamente. Será importante que cada persona mantenga la calma, para actuar de manera segura, ordenada y rápida. Aunque se debe actuar rápido, hay que evitar el pánico (**No grito, No corro, No empujo**)
- Estar atentas y preocupadas de las personas más expuestas al riesgo, como son los adultos con discapacidad o personas embarazadas

- Cuando suena la alerta sísmica, si está dentro de las instalaciones, hacer uso de las escaleras para bajar de manera ordenada hacia el punto de reunión. Si está fuera, permanecer fuera. El entrar o salir de los edificios puede causar accidentes
- Debe realizar el ejercicio de evacuación en 45 segundos. Solamente podrán bajar los primeros tres pisos por las escaleras, dejando espacio para las personas con alguna discapacidad. Las personas en el cuarto o quinto piso deberían buscar estructuras fuertes, junta a una columna o muro de carga
- Cuando empiece a temblar se dará la voz de alarma a las personas que todavía estén dentro de las instalaciones, se coloquen debajo de las mesas, junto a muros de carga y se alejen de los vidrios y no tomen las escaleras ni elevador
- Está terminantemente prohibido usar el elevador, sólo las escaleras, y descienda tomando todo tipo de precauciones, atendiendo las instrucciones de la persona experta en la evacuación y retaguardia
- Apagar todos los equipos susceptibles a sufrir fallos por el movimiento de tierra y la Jefa de Brigada será responsable de desconectar la energía eléctrica, de considerarse necesario
- Apagar todo fuego. No utilizar ningún tipo de llama (cerillos, encendedor, vela, etc.) durante o inmediatamente después del temblor
- Fuera de un establecimiento, alejarse de cables eléctricos, cornisas, cristales, pretiles, etc.
- No acercarse ni entrar en los establecimientos para evitar ser alcanzado por la caída de objetos peligrosos (cristales, cornisas, etc.). Ir hacia el punto de reunión, no correr y tener cuidado con el tráfico
- Juntarse en el punto de reunión marcado fuera de las instalaciones

Después:

- Una vez que haya pasado el temblor se evacuarán las personas que se hayan quedado dentro de las instalaciones, al punto de reunión dentro del estacionamiento para verificar el estado de las instalaciones
- Guardar la calma y hacer que los demás la guarden. Evitar entrar en cualquier situación de pánico
- Comprobar si alguien está herido, prestarle los auxilios necesarios. Los heridos graves no deben moverse, salvo que se tenga conocimientos de cómo hacerlo; en caso de empeoramiento de la situación (fuego, derrumbamiento, etc.) moverlos con precaución, siempre y cuando no ponga en riesgo su vida
- Comprobar el estado de las conducciones de agua y electricidad, hacerlo visualmente, nunca poner en funcionamiento ningún aparato. Ante cualquier

anomalía o duda, cerrar las llaves de paso generales y comunicarlo a los técnicos o autoridades
- No utilizar el teléfono. Hacerlo solo en caso de extrema urgencia
- Tener precaución al abrir armarios, algunos objetos pueden haber quedado en posición inestable
- Utilizar botas o zapatos de suela gruesa para protegerse de los objetos cortantes o punzantes
- No reparar de inmediato los desperfectos, excepto si hay vidrios rotos o botellas con sustancias tóxicas o inflamables
- Apagar cualquier conato de incendio, si no pudiera dominarlo, llamar inmediatamente a los bomberos
- Alejarse de las construcciones dañadas. Ir hacia el punto de reunión
- Después de un terremoto fuerte siguen otras pequeñas réplicas que pueden ser causa de destrozos adicionales, especialmente en construcciones dañadas. Permanecer alejadas de estas construcciones
- Si fuera urgente entrar en edificios dañados hacerlo rápidamente y no permanecer dentro. En construcciones con daños graves no entrar hasta que reciba autorización
- Tener cuidado al utilizar agua de la red ya que puede estar contaminada. Consumir agua embotellada o hervida

B. Hidrometeorológicos

a. Inundaciones

Antes:

- Llenar recipientes con agua limpia, por si acaso el agua de la llave llega a contaminarse
- Mover al segundo piso o a un lugar alto los elementos de más valor
- Estar preparada para evacuar
- Identificar una ruta de evacuación, y otras vías alternativas
- Investigar si el IMPAC está en una zona de posibles inundaciones o si se ha inundado con anterioridad
- Tener a la mano el botiquín de primeros auxilios
- Establecer un punto de reunión
- La Brigada debe saber cómo actuar, cómo cortar el suministro de luz y agua
- Ubicar los elementos tóxicos en gabinetes cerrados y fuera del alcance del agua
- Guardar en un buen lugar algo de comida y agua
- Colocar documentos importantes en una bolsa de plástico para que no se

destruyan con el agua
- Mantenerse al tanto de la información, escuchar las noticias con atención

Durante:
- Si está dentro: Escuchar las noticias para estar informado de la emergencia, y posibles instrucciones de la autoridad a cargo
- Cortar la luz y agua y evacue si la situación así lo amerita o las autoridades así lo indican lo antes posible
- Si está en el exterior: Subir a un lugar alto y permanezca allí
- Evitar caminar por aguas en movimiento. Si está en la calle, tener precaución al caminar sobre agua, ya que las tapas de las alcantarillas de agua suelen salirse debido a la presión, y puede caer en dicho hueco
- No caminar cerca de donde está el agua, pues el nivel puede subir rápidamente
- Si está en un auto: Si llega a un área inundada, dar la vuelta y tomar otra dirección. Si el auto se detiene o se atasca, abandonarlo de inmediato y subir a un lugar alto
- Estar pendiente de las indicaciones que se dan
- No acercarse a cables ni postes de luz
- Si necesita cambiar de lugar, solo llevar lo necesario.

Después:
- Si tuvo que dejar las instalaciones, no regresar hasta que las autoridades indiquen que lo pueden hacer
- No acercarse a construcciones que es posible que se derrumben
- No tocar ni pisar cables eléctricos caídos
- No tomar alimentos ni comida que haya sido mojada por el agua de la inundación
- No acercarse a la zona inundada ya que su presencia puede entorpecer el trabajo de las personas que auxilian a otros afectados
- Las personas heridas no se deben mover, es mejor avisar a las personas especializadas para este tipo de ayuda
- Volver al edificio sólo cuando sea seguro o las autoridades así lo indiquen, no si todavía hay agua alrededor

b. Tormentas eléctricas/Granizos

Antes:
- Verificar que no haya árboles en mal estado en los alrededores, ya que pueden caer durante una tempestad y causar daños y heridos

- Tener a la mano el botiquín de primeros auxilios
- Todas las personas integrantes de la Brigada deben saber cómo actuar, cómo cortar el suministro de luz y agua y los números de emergencia a los que pueden llamar de ser necesario

Durante:

Si se encuentra en un establecimiento

- Asegurar las puertas y ventanas
- No tocar equipos eléctricos o teléfonos, porque los relámpagos pueden conducir su descarga a través de los cables
- Escuchar noticias de la emergencia, y posibles instrucciones de la autoridad a cargo
- Apagar y desconectar equipos que puedan verse afectados con las descargas eléctricas o cortes de energía

Si se encuentra en el exterior

- Refugiarse dentro de edificaciones o autos
- Si no hay ninguna estructura disponible, ir a un lugar abierto y acuclillarse cerca del suelo, lo más pronto posible. Estar atento a posibles inundaciones en áreas bajas
- Al acuclillarse hacerlo con los codos en las rodillas y cubrirse los oídos con las manos
- Evitar las estructuras altas como torres, árboles altos, líneas telefónicas o cables eléctricos
- Retirar todos los objetos metálicos que se encuentren cerca

Si se encuentra en un auto

- Estacionar el auto en un lugar abierto donde no haya árboles que puedan caer sobre el vehículo
- Permanecer en el auto y poner las luces intermitentes hasta que pase la lluvia fuerte
- Evitar los caminos inundados

Después:

- Ver si hay personas heridas. Una persona que ha sido impactada por un relámpago no tiene una carga eléctrica que pueda afectar a otras personas. Si la persona ha sufrido quemaduras, buscar ayuda de primeros auxilios y llamar a un servicio de emergencia de inmediato. Las quemaduras pueden estar donde la persona recibió el impacto del rayo. Si el impacto ocasionó

que el corazón de la víctima se detuviera, dele resucitación cardiopulmonar hasta la llegada del servicio de emergencia
- Informar a los servicios de emergencia de caídas de cables
- Manejar el auto sólo si es necesario, ya que los caminos pueden contener elementos que haya arrastrado la tormenta, lo que los hace más peligrosos
- Escuchar noticias para obtener información sobre la emergencia y posibles instrucciones de la autoridad a cargo

c. Incendios

Antes:

- Colocar extintores denominados ABC, en lugares y forma accesible para las personas dentro de las instalaciones, en todas las áreas donde se maneje combustibles y materiales inflamables
- La Jefa de Brigada será responsable de garantizar que los extintores se sometan a mantenimiento y revisión anuales. Es importante que todos los extintores sean revisados para que tengan un buen funcionamiento y con niveles de presión adecuados para una emergencia
- Queda totalmente prohibido fumar o encender fuego dentro de las instalaciones

Durante:

- La persona que atestigua el incidente debe reportarlo a la Jefe de Brigada
- Activar alarma sonora o usar el megáfono
- Restringir el fuego, si es pequeño, utilizando el extintor más cercano de acuerdo al tipo de incendio. Símbolo del extintor por tipo de material:
    - [A] Sólidos orgánicos como madera, papel, carbón
    - [B] Líquidos inflamables como gasolina, gas, agroquímicos líquidos, alcohol, éter y otros
    - [C] Eléctricos: todos los materiales donde el voltaje está en sitios como motores y generadores
- La Brigada será responsable de que se desconecte el sistema de luz del edificio
- La Jefa de Brigada dispondrá un paro en el proceso total o parcial según la magnitud y rango del incidente, con el propósito de proteger las instalaciones y aislar el área afectada. Se restringirá si fuera necesario, el acceso al edificio
- Si el fuego se vuelve incontrolable con los extintores, retirarse y evacuar el área. Dar aviso al cuerpo de bomberos
- De ser el caso dirigir la evacuación de las personas hacia el punto de reunión

y se pasará la lista de asistencia de las personas

Después:

- No ingresar al lugar del incendio, pueden quedar brasas que se prendan nuevamente. Es necesario que los bomberos o personal de protección civil te indiquen cuándo puedes ingresar
- Solicitar la revisión de las instalaciones eléctricas antes de ingresar nuevamente.
- Ventilar bien las áreas siniestradas, usar cubrebocas y lentes al iniciar la limpieza y retira los escombros
- Solicitar que personas técnicas revisen las instalaciones eléctricas antes de volver a usar cualquier contacto
- Desechar alimentos, bebidas o medicinas que hayan estado expuestas al calor, humo o fuego

C. Químicos-Tecnológicos

a. Contaminaciones/Derrame de sustancias/Fuga de Gas

- El personal que va a realizar el control del derrame deberá usar el equipo de protección individual completo
- Despejar el área. Sólo debe estar el personal autorizado en el manejo, transporte y almacenamiento de sustancias químicas

En el IMPAC no se emplea gas, pero:

- Si detecta fuerte olor a gas, asegurar de qué lugar proviene (pipa de gas, mercado, unidad habitacional), dar aviso a las autoridades
- Considerar la posibilidad de evacuar el edificio
- No regresar al edificio hasta que no reciba la indicación por parte de alguna autoridad

D. Sanitario Ecológicos

a. Epidemias

El IMPAC respetará el semáforo sanitario de la Ciudad de México y sus indicaciones respectivas, reconociendo que la situación puede cambiar rápidamente. En el caso de un cambio en el semáforo que recomiende un cambio en cuanto a la presencia física de las personas en las instalaciones, el IMPAC emitirá un comunicado a través del correo.

Según la normatividad de la Ciudad de México, además de las acciones recomendadas por la Organización Internacional del Trabajo (OIT), el IMPAC implementará múltiples medidas de prevención de riesgos. Estas medidas incluyen desde el tipo de ingeniería (barreras de separación y ventilación, cuando sea posible); hasta medidas organizativas (presencia física escalonada en la oficina), al igual que medidas administrativas (limpieza y desinfección; señalización) y medidas de protección personal (uso de gel antibacterial, cubrebocas, lavado de manos frecuente). También, el IMPAC promueve la aplicación de las vacunas y refuerzos para todas las personas integrantes y colaboradores de la organización según su disponibilidad.

Cualquier persona con sospecha de contagio o que presente dos o más síntomas de alguna enfermedad, deberá cumplir con su responsabilidad de cuidado colectivo y no presentarse por un periodo de por lo menos cinco días naturales, o según las recomendaciones de las autoridades sanitarias. Al mismo tiempo, deberá acudir a tomar una prueba de contagio a la brevedad posible. Esta situación deberá de reportarse, para llegar a un acuerdo sobre una incapacidad, en caso de ser necesario, o de trabajo remoto durante este periodo.

E. Socio-Organizativos

a. Amenaza de bomba

La persona que recibe la llamada deberá:

- Tratar de lograr que quien llama conteste lo siguiente:
    - A qué hora va a estallar
    - En donde se encuentra el artefacto, y de qué tipo es
- Tomar nota de:
    - La hora en que recibió la llamada
    - Si la voz sonaba forzada
    - Que se escuchaba en el fondo
- Llevar a cabo la evacuación de todas las personas que se localicen en las instalaciones. La persona brigadista encargada de evacuación y retaguardia entrará en acción
- Dar aviso a las autoridades para que personal capacitado lleve a cabo la búsqueda

7. ALERTA Y COMUNICACIÓN

Informar de manera oportuna a la Comunidad IMPAC y a las autoridades competentes sobre peligros inminentes.

a. Alerta a la comunidad IMPAC

La actividad de "alertar" es muy importante para la reducción de daños y pérdidas que puede originar un siniestro. El IMPAC determinará activar la alarma o usará el megáfono, porque es fácil que se vaya la luz en caso de una contingencia, o de que se tenga que cortar en caso de un incendio. Al presentarse una emergencia se dará aviso a las personas mediante alarma o megáfono en todo el edificio. La voz de alerta la dará la Jefa de Brigada, en caso de no encontrarse, la dará quien esté en la recepción.

Se hará del conocimiento de todas las personas los nombres y ubicaciones de la Brigada, a efecto de que, al ser detectada la presencia o proximidad de una calamidad, se reporte de inmediato; previendo quienes se encuentran en el Instituto. La Jefa de la Brigada será siempre la responsable de determinar si procede la voz de alerta para la evacuación de las instalaciones. Una vez establecida la veracidad de la emergencia, procederá a evacuar cada área.

b. Notificación a las autoridades

Se debe informar de manera oportuna, precisa y suficiente a las autoridades responsables de participar en las acciones de respuesta y a las personas que se encuentran dentro de las instalaciones del IMPAC, sobre la presencia o impacto de una emergencia o contingencia, con el fin de salvaguardar la vida e integridad de las personas.

En caso de presentarse una contingencia, la Jefa de la Brigada que es la persona responsable de comunicación dará la notificación de inmediato a las autoridades. Para esta finalidad, deberá recolectar y transmitir la siguiente información:

- Ubicación de la contingencia: calle, número, colonia, calles cercanas y cualquier otro dato que permita que se identifique el lugar
- Equipo involucrado
- Tipo de ayuda requerida
- Daños materiales

Cuando se va a pedir ayuda médica se debe:

- Indicar el nombre
- Decir qué es lo que está pasando
- Indicar el tipo de ayuda que se requiere

- Indicar el número de víctimas
- Indicar la ubicación de la contingencia: calle, número, colonia, calles cercanas y cualquier otro dato que permita que se identifique el lugar
- Mencionar el número de teléfono del que está llamando
- Colgar después de que lo haga la persona a la que se le está solicitando la ayuda
- Esperar la ayuda en lugar visible

8. REHABILITACIÓN Y EVALUACIÓN

Restablecer los servicios vitales básicos, la seguridad y el orden tras la emergencia, además de coordinar las labores de recuperación a mediano y largo plazo en las zonas afectadas.

a. Rehabilitación

Cuando la emergencia cause daños, el IMPAC deberá adoptar medidas de rehabilitación, como el restablecimiento de los servicios vitales como agua y luz. Si la contingencia causa daños al entorno, se requerirá de remediación ambiental. Si los daños son causados por situaciones imprevistas tales como incendio, explosión o derrame, se evaluará el caso para determinar las medidas a tomarse por el daño generado como consecuencia de la contingencia. Para el cumplimiento de las medidas de rehabilitación se deberá seguir el siguiente procedimiento:

- Determinar el total de personas y áreas afectadas por el siniestro
- Análisis de costos de la rehabilitación y la remediación ambiental
- Coordinar con los afectados la forma de compensación más adecuada
- Seleccionar alternativas de remediación ambiental
- Coordinar con las autoridades la autorización y permiso para ejecutar las medidas de remediación ambiental
- Llevar un registro de seguimiento de las medidas de rehabilitación y remediación
- Elaborar un informe y manifestar los resultados de la rehabilitación y la remediación ambiental

b. Evaluación

Después de cualquier incidente o siniestro, el IMPAC debe evaluar y verificar los resultados del plan de contingencia y tomar los pasos correctivos necesarios, si es el caso. Para ello en el Instituto se debe crear una herramienta de trabajo para el

control y seguimiento del plan. Este plan deberá ser modificado y retroalimentado de acuerdo a las experiencias adquiridas en el manejo de contingencias durante su aplicación y después de cualquier incidente.

9. CONCLUSIÓN

La implementación efectiva de esta política de protección civil contribuirá a la resiliencia y seguridad del IMPAC, garantizando que se tomen las medidas necesarias para proteger a la Comunidad IMPAC y minimizar los impactos de las emergencias y contingencias.

ANEXO 1 – EJEMPLO CONTACTOS DE EMERGENCIA/CONTINGENCIA

CONTACTOS DE EMERGENCIA/CONTINGENCIA

En caso de emergencia o contingencia, el IMPAC podría necesitar comunicarse con las personas cercanas a las personas colaboradoras. Se usará solamente en caso de que la persona en cuestión no pueda comunicarse por sí sola.

PERSONA COLABORADORA

Nombre completo: _____

Dirección:_____

_____

_____

CONTACTOS AUTORIZADOS

Autorizo se contacte a las siguientes personas en caso de emergencia o contingencia que puedan ocurrir mientras me encuentro en las instalaciones.

Nombre	Relación	Teléfonos	Dirección

Declaro que la información en este formulario es verdadera y correcta. Me comprometo a notificar si esta información requiere actualización.

_____

Fecha, Nombre y Firma

ANEXO 2 – EJEMPLO HOJA MÉDICA

HOJA MÉDICA

Medicinas: ¿Toma alguna medicina regularmente? ❑ No ❑ Sí

Padecimiento	Medicina	Médico Tratante/ Teléfono	Dosis	Horario

Doctor/Proveedor de la salud _____ Teléfono _____

Marca las cajas apropiadas si tienes alguna de las siguientes:

❑ Alergias severas:
- ❑ A comidas/ambientales
- ❑ A picaduras de insectos/avispas
- ❑ A medicinas/drogas
- ❑ Otras

Por favor explique:_____

❑ Asma en el presente.

Si lo marcó: ❑ usa inhalador ❑ toma medicinas a diario

❑ Tiene convulsiones

Si lo marcó ¿toma medicinas? ❑ ❑ Sí ❑ No

❑ Diabetes Tipo _____

¿Depende de la insulina? ❑ Sí ❑ No

¿Consume hipoglucemiantes orales? ❑ Sí ❑ No

❑ Limitaciones de movimiento

_____

❑ Otra (por favor explique):

_____

❑ Enfermedad reciente, hospitalización, cirugía, complicaciones de anestesia.
Si lo marcaste por favor indica fecha y describe:

_____

_____

❑ Condición médica que puede necesitar cuidado o acomodaciones (por favor describe):

_____
_____

_____
Fecha, Nombre y Firma

AUTORIZACIÓN PARA TRATAMIENTO EN CASO DE EMERGENCIA

Ciudad de México a ____ de _____ del 20_____

Yo _____, otorgo mi consentimiento para que me proporcionen el cuidado médico de emergencia, primeros auxilios y traslado hospitalario, en caso necesario, en el entendido de que harán lo posible para contactar a mis familiares y/o contactos de emergencia proporcionados al IMPAC con anterioridad. Entiendo que el IMPAC no provee seguro médico de accidente particular, y entiendo que, en caso de haber solicitado el traslado a un hospital privado, todos los costos relacionados con el tratamiento médico serán mi responsabilidad y no del IMPAC.

Fecha, Nombre y Firma

AYUDA DE VOLUNTAD

Si deseas ofrecer ayuda voluntaria durante una emergencia/contingencia, por favor indícalo aquí.
❑ *Me gustaría ayudar en una emergencia*.
Estudios/Cursos_____
Experiencia_____

_____
Fecha, Nombre y Firma

ANEXO 3 – EJEMPLO FORMATO DE REGISTRO DE UNA CONTINGENCIA

1. Datos Generales de la contingencia

- **Número:** XXX
- **Fecha y Hora del Reporte:** XX de XX de 2026, XX:XX hrs.
- **Fecha y Hora de la contingencia:** XX de XX de 2026, XX:XX hrs.
- **Lugar o Área Afectada:**
- **Reportado por:**

2. Clasificación de la contingencia

- **Tipo de la contingencia:**

- Geológicos
  - Sismicidad [ ]
- Hidrometeorológicos
  - Inundaciones [ ]
  - Tormentas eléctricas/Granizos [ ]
  - Incendios [ ]
- Químico-Tecnológicos
  - Contaminaciones/Derrame de sustancias/Fugas de gas [ ]
- Sanitario-Ecológicos
  - Contaminación del aire, agua y suelo, por lluvia ácida y ceniza volcánica, así como por plagas [ ]
  - Epidemias [ ]
- Socio-Organizativos
  - Amenaza de bomba [ ]

- **Nivel de Severidad / Impacto:**
  - Bajo (Sin afectación grave) [ ]
  - Medio (Afectación parcial) [ ]
  - Alto (Detención total de un servicio crítico) [ ]
  - Crítico (Riesgo para la vida o la continuidad del IMPAC) [ ]

3. Descripción de la contingencia

¿Qué pasó? Detalle claro y objetivo de los hechos.

4. Acciones Inmediatas Tomadas

¿Qué se hizo en el momento para mitigar la contingencia?

5. Recursos Afectados

6. Personas Afectadas

7. Acciones Correctivas y Preventivas (Para evitar que vuelva a ocurrir)

- **Acción 1:**
- **Acción 2:**