
	MODA ACTUAL LTDA		CODIGO: MF-AD-01
	DEPARTAMENTO: RECURSOS HUMANOS	JEFE INMEDIATO: PAULA MUÑOZ	VERSION: 1
	CARGO: COORDINADORA DE AREA SGSST		Página 1 de 22

PLAN DE SANEAMIENTO BÁSICO

Elaboro: Paula Andrea Muñoz	Reviso: Eduardo Corrales	Aprobó:
---------------------------------------	------------------------------------	----------------

	MODA ACTUAL LTDA		CODIGO: MF-AD-01
	DEPARTAMENTO: RECURSOS HUMANOS	JEFE INMEDIATO: PAULA MUÑOZ	VERSION: 1
	CARGO: COORDINADORA DE AREA SGSST		Página 2 de 22

El desarrollo con eficiencia de este plan es de responsabilidad directamente del representante legal, estará disponible en medio escrito y magnético, a disposición de la autoridad sanitaria competente, e incluye los siguientes programas los cuales usted de implementar (hacer) y desarrollar (ponerlo en práctica)

- a. Programa de manejo de desechos solidos
- b. Programa de Control de Plagas

PROGRAMA DE RESIDUOS SOLIDOS

INTRODUCCION

Dando cumplimiento a las normas reglamentarias con respecto al manejo de residuos sólidos, damos cumplimiento disponiendo de los mismos de forma adecuada en cada punto ecológico destinado por el mismo centro comercial.

OBJETIVOS DEL PROGRAMA


Objetivo General

- ✓ Realizar un adecuado manejo de los residuos sólidos (orgánicos e inorgánicos)

Objetivos Específicos

- Evitar el deterioro del medio ambiente a través de una correcta disposición de los residuos sólidos generados en el establecimiento.
- Mejorar y optimizar la recolección y almacenamiento temporal de los residuos generados en el local.

Elaboro: Paula Andrea Muñoz	Reviso: Eduardo Corrales	Aprobó:
--------------------------------	-----------------------------	---------

	MODA ACTUAL LTDA		CODIGO: MF-AD-01
	DEPARTAMENTO: RECURSOS HUMANOS	JEFE INMEDIATO: PAULA MUÑOZ	VERSION: 1
	CARGO: COORDINADORA DE AREA SGSST		Página 3 de 22

ALCANCE

El programa de residuos sólidos está orientado hacia lo recolección, almacenamiento y disposición sanitaria final de los desechos que se generan en el local.

DEFINICIONES

Basura: Todo residuo solido o semisólido, putrescible o no putrescible, con excepción de excretas de origen humano o animal. Se incluyen los desperdicios, desechos, cenizas, elementos del barrido de calles, residuos industriales, de establecimientos hospitalarios y de plazas de mercado, entre otros.

Desecho: Cualquier producto deficiente, inservible o inutilizado que su poseedor destina al abandono o del cual quiere desprenderse.

Desperdicio: Todo residuo solido o semisólido de origen animal o vegetal, sujeto a putrefacción, proveniente de la manipulación, preparación y consumo de alimentos.

Disposición sanitaria de basuras: El proceso mediante el cual las basuras son colocadas en forma definitiva, sea en el agua o en el suelo, siguiendo, entre otras las técnicas de enterramiento, relleno sanitario y de disposición al mar.

Enterramiento de basuras: La técnica que consiste en colocarlas en una excavación, alistándolas posteriormente con tierra u otro material de cobertura.


Entidad de Aseo: La persona natural o jurídica, pública o privada, encargada o responsable en un municipio o distrito de la prestación del servicio de aseo, como empresas organismos, asociaciones o municipios directamente.

Residuo solido: es un material que se desecha después de que haya realizado un trabajo o cumplido con su misión. Se trata, por lo tanto, de algo inservible que se convierte en **basura** y que, para el común de la gente, no tiene valor económico.

Residuo solido comercial: Son aquellos residuos generados por la actividad propia del comercio, al por mayor y al por menor, de los servicios de restauración y bares, de las oficinas y de los mercados.

Residuo solido domiciliario: Son las basuras o desperdicios generados en viviendas, locales comerciales y de expendido de alimentos o en cualquier establecimiento.


Elaboro: Paula Andrea Muñoz	Reviso: Eduardo Corrales	Aprobó:
--------------------------------	-----------------------------	---------

	MODA ACTUAL LTDA		CODIGO: MF-AD-01
	DEPARTAMENTO: RECURSOS HUMANOS	JEFE INMEDIATO: PAULA MUÑOZ	VERSION: 1
	CARGO: COORDINADORA DE AREA SGSST		Página 4 de 22

Tratamiento: El proceso de transformación física, química o biológica de los residuos sólidos para modificar sus características o aprovechar su potencial, y en el cual se puede generar un nuevo residuo sólido, de características diferentes.

RECOLECCION DE RESIDUOS SOLIDOS EN LA ZONA DE ALMACENAMIENTO TEMPORAL			
Responsable	Vendedores, administradores, personal de oficina, aseadores en general todo el equipo de trabajo.		
Operación	Frecuencia	Implementos	Procedimiento
ALMACENAMIENTO	Diario y al inicio y final de la jornada	Recipientes de capacidad adecuada para residuos orgánicos con tapa. Recipientes de capacidad adecuada para residuos inorgánicos con tapa.	Almacenar temporalmente en el área. Implementar embalaje de residuos por el personal interno. Disponer al personal externo.
OBSERVACIONES:			

Elaboro: Paula Andrea Muñoz	Reviso: Eduardo Corrales	Aprobó:
--------------------------------	-----------------------------	---------

	MODA ACTUAL LTDA		CODIGO: MF-AD-01
	DEPARTAMENTO: RECURSOS HUMANOS	JEFE INMEDIATO: PAULA MUÑOZ	VERSION: 1
	CARGO: COORDINADORA DE AREA SGSST		Página 5 de 22

PROGRAMA DE CONTROL DE PLAGAS

INTRODUCCION

En los diferentes ambientes presentes dentro del establecimiento se crean hábitats con los que interactúan las especies biológicas (microorganismos, insectos, entre otros) que desencadenan situaciones de riesgo causando desde leves molestias hasta daños severos. Algunas especies de plagas son vectores o transmisoras de agentes infecciosos causantes de enfermedades.

Las plagas más importantes a controlar son los roedores y las moscas domésticas. Las medidas preventivas están orientadas a impedir la aparición y proliferación de estas plagas, por medio de la implementación de programas de control integral que incluyan estrategias de gestión ambiental, porque un ambiente deteriorado presenta las condiciones óptimas para su reproducción.

OBJETIVOS DEL PROGRAMA


OBJETIVO GENERAL

- Mantener un sistema de vigilancia y control del local, que prevenga y proteja las áreas de ingreso o aparición de plagas y evite daños que puede generar su presencia, creando una herramienta que impida la proliferación de estas (artrópoda y roedora), mediante la implementación de medidas preventivas y controladas de saneamiento ambiental.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Establecer procedimientos documentados sobre el manejo y control de plagas.
- Desarrollar un programa preventivo eficiente que controle la presencia de plagas al interior de las tiendas u oficinas.
- Establecer procedimientos de monitoreo, registro y control del programa.
- Establecer controles químicos, si se requieren, mediante la aplicación de agentes químicos de control.

Elaboro: Paula Andrea Muñoz	Reviso: Eduardo Corrales	Aprobó:
--------------------------------	-----------------------------	---------


	MODA ACTUAL LTDA		CODIGO: MF-AD-01
	DEPARTAMENTO: RECURSOS HUMANOS	JEFE INMEDIATO: PAULA MUÑOZ	VERSION: 1
	CARGO: COORDINADORA DE AREA SGSST		Página 6 de 22

ALCANCE

Este programa se aplica a todas las zonas de las tiendas Azúcar y Azuquita, como también en las oficinas. Para mantener bajo control los vectores de contaminación; configura una serie de procedimientos y parámetros operativos que aseguran alcanzar y mantener condiciones sanitarias y físicas óptimas, previniendo la aparición y multiplicación, dentro de las instalaciones, de artrópodos y roedores.

- **Desratización:** Tiene por objeto la eliminación de ratas y ratones de un determinado ambiente, definida como las técnicas defensivas que impiden que los roedores penetren, vivan y proliferen en los locales o instalaciones.
- **Fumigación:** Es una acción que se lleva a cabo en las casas, departamentos, edificios, otras construcciones y campos y que consiste en la desinfección de esos espacios a partir de gas o humo.
- **Infeción:** Es la presencia de virus, bacterias, rickettsias dentro de un determinado cuerpo.
- **Infestación:** Es la presencia y multiplicación de plagas que pueden contaminar o deteriorar los alimentos y/o las materias primas. Se refiere al número de individuos de deteriorar los alimentos y/o materias primas. Se refiere al número de individuos de una especie considerados como nocivos en un determinado lugar.
- **Medida Preventiva:** Son todas aquellas actividades encaminadas a reducir la probabilidad de aparición de un suceso no deseado.
- **Plaga:** Numerosas especies de plantas o animales indeseables que pueden contaminar o deteriorar los alimentos y/o materias primas.
- **Plaguicida:** Cualquier sustancia o mezcla de sustancias destinadas a prevenir o controlar toda especie de plantas o animales indeseables, abarcando también cualquier sustancia o mezcla de sustancias destinadas a ser utilizadas como reguladoras del crecimiento vegetal, como defoliantes o como desecantes.


Elaboro: Paula Andrea Muñoz	Reviso: Eduardo Corrales	Aprobó:
--------------------------------	-----------------------------	---------

	MODA ACTUAL LTDA		CODIGO: MF-AD-01
	DEPARTAMENTO: RECURSOS HUMANOS	JEFE INMEDIATO: PAULA MUÑOZ	VERSION: 1
	CARGO: COORDINADORA DE AREA SGSST		Página 7 de 22

- **Roedor:** Constituyen el orden más numeroso de ellos mamíferos, dotados de incisivos largos y fuertes de crecimiento continuo, carecen de premolares, son muy prolíficos gregarios y voraces.
- **Vector:** Artrópodo u otro invertebrado que transmite infecciones por inoculación en piel y/o mucosas o por siembra de microorganismos transportados desde una fuente de contaminación hasta un alimento u objeto. El vector puede estar infectado o ser simplemente un portador pasivo o mecánico del agente infeccioso.
- **Zoonosis:** Enfermedades transmisibles en común al hombre y los animales.

CONTROL PREVENTIVO DE PLAGAS			
Responsables:	Vendedores, administradores, personal de oficina, aseadores en general todo el equipo de trabajo.		
Operación	Frecuencia	Implementos	Procedimiento
CONTROL FISICO PREVENTIVO	CADA MES	Lista de chequeo.	Ver ANEXO 1
OBSERVACIONES:			


Elaboro: Paula Andrea Muñoz	Reviso: Eduardo Corrales	Aprobó:
--------------------------------	-----------------------------	---------

	MODA ACTUAL LTDA		CODIGO: MF-AD-01
	DEPARTAMENTO: RECURSOS HUMANOS	JEFE INMEDIATO: PAULA MUÑOZ	VERSION: 1
	CARGO: COORDINADORA DE AREA SGSST		Página 8 de 22

ANEXO 1


- Estado de cada uno de los techos falsos y se protegerán todas las aberturas del establecimiento (puertas, ventanas, compuertas, ductos de ventilación, entre otros) hacia el exterior, con malla y/o cedazo plástico o metálico. Se mantendrán todas las paredes aislantes cubiertas y selladas, se protegerá el espacio que queda entre la pared y el techo, si lo hay, con cedazo (plástico o metálico) o con espuma de poliuretano, se instalaran láminas de metal o de hule en la parte de debajo de todas las puertas que dan al exterior del establecimiento, todas la puertas de ingreso cerraran adecuadamente y en forma automática (brazos de auto cierre); Además recibirán vigilancia y mantenimiento adecuados para que esta condición siempre se cumpla, se mantendrá el orden dentro y fuera del establecimiento todo el tiempo.
- Se aplicara buenas prácticas de almacenamiento en las bodegas de materias primas y producto terminado; Se dejara un espacio de 45 cm de ancho, entre paredes y filas de productos. Es conveniente pintar una banda de color blanco en el piso de 45cm de ancho como mínimo, pegada a la base de la pared a todo el alrededor del área interna del edificio, para poder detectar posibles infestaciones.
- Mantener recipientes de materias primas y/o de productos terminados bien cerrados.
- Limpiar las suciedades inmediatamente
- Tener buena iluminación
- Todos los recipientes recolectores de residuos se taparan adecuadamente y se colocaran en un lugar de piso de concreto y con drenaje, de modo que se pueda lavar y eliminar basura que pueda caer, eliminar lugares aptos para albergar plagas, eliminar las esquinas oscuras, proteger paredes y techos falsos, mantener el equipo alejado de paredes y procurar que exista cierta distancia entre este y el piso para facilitar la inspección, eliminar todo el equipo y tuberías que no se usen, eliminar acumulaciones de basura y/o materiales.
- Los ingredientes comestibles se guardaran en un cuarto inasequible a los roedores, el que puede ser construido con cualquier material resistente a los dientes de los roedores, tal como 0.15cm de pulgada de tela metálica. La parte baja debe ser protegida contra daño mecanico.Esta área se maneja con las mismas medidas que se aplican a cualquier otra bodega.

Elaboro: Paula Andrea Muñoz	Reviso: Eduardo Corrales	Aprobó:
--------------------------------	-----------------------------	---------

	MODA ACTUAL LTDA		CODIGO: MF-AD-01
	DEPARTAMENTO: RECURSOS HUMANOS	JEFE INMEDIATO: PAULA MUÑOZ	VERSION: 1
	CARGO: COORDINADORA DE AREA SGSST		Página 9 de 22

CONTROL QUIMICO DE DESINSECTACION Y DESRATIZACION			
Responsables:	Vendedores,adminsitradores, personal de oficina,aseadores en general todo el equipo de trabajo.		
Operación	Frecuencia	Implementos	Procedimiento
DESINSECTACION Y DESRATIZACION	Semestral	Empresa aplacadora de plaguicidas y rodenticias quien debe estar certificada y calificada para realizar la actividad	Ver ANEXO 2
OBSERVACIONES:			

Elaboro: Paula Andrea Muñoz	Reviso: Eduardo Corrales	Aprobó:
--------------------------------	-----------------------------	---------

	MODA ACTUAL LTDA		CODIGO: MF-AD-01
	DEPARTAMENTO: RECURSOS HUMANOS	JEFE INMEDIATO: PAULA MUÑOZ	VERSION: 1
	CARGO: COORDINADORA DE AREA SGSST		Página 10 de 22


ANEXO 2

- Cada empresa debe garantizar la efectividad de la actividad, suministrar ficha técnica de los insumos y productos y determinar las medidas preventivas, en la aplicación se colocaran trampas con cebo en la parte interna. La compañía experta en control de plagas deberá determinar la frecuencia de dichas fumigaciones dependiendo del tipo y grado de infestación.
- Todos los pesticidas son considerados venenosos, por lo tanto en caso que se deban mantener en el establecimiento, deben guardarse en lugares cerrados, totalmente separados del área de proceso, bien identificados, para evitar un error en su uso. Todo el equipo que se use para la aplicación de estos venenos, debe ser retirado completamente una vez usado. En caso que algún equipo deba ser adquirido por la empresa y por lo tanto guardarse dentro de las instalaciones, deberá ser lavado inmediatamente después de su uso y guardarse en un lugar específico. Podrán efectuarse fumigaciones para el control de insectos, procurando que los productos de carácter residual sean aplicados en las áreas externas y en las puertas y ventanas. En el interior podrán utilizarse insecticidas de efecto inmediato.
- Después de efectuarse una fumigación se deberá lavar todo el equipo y los pisos antes de iniciar el procesamiento de alimentos. Para el control de moscas pueden colocarse cintas adhesivas o trampas de feromonas en el interior de la planta, las mismas deberán ser remplazadas con frecuencia.

Nota:


Para el abastecimiento de agua, se informa que en la mayoría de los locales de los almacenes azúcar será la suministrada por cada Centro Comercial. Esto para consumo humano como para el aseo de cada tienda.

Elaboro: Paula Andrea Muñoz	Reviso: Eduardo Corrales	Aprobó:
--------------------------------	-----------------------------	---------

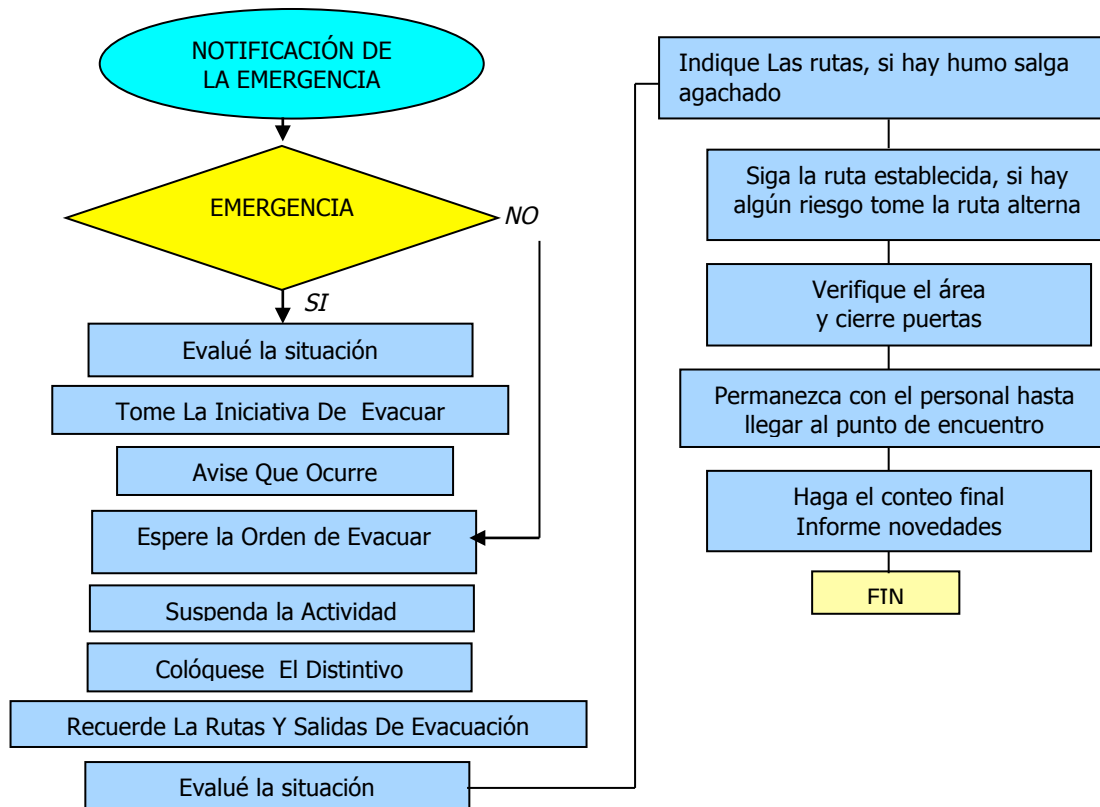
	MODA ACTUAL LTDA		CODIGO: MF-AD-01
	DEPARTAMENTO: RECURSOS HUMANOS	JEFE INMEDIATO: PAULA MUÑOZ	VERSION: 1
	CARGO: COORDINADORA DE AREA SGSST		Página 11 de 22

PLAN DE EMERGENCIA


Elaboro: Paula Andrea Muñoz	Reviso: Eduardo Corrales	Aprobó:
---------------------------------------	------------------------------------	----------------

	MODA ACTUAL LTDA		CODIGO: MF-AD-01
	DEPARTAMENTO: RECURSOS HUMANOS	JEFE INMEDIATO: PAULA MUÑOZ	VERSION: 1
	CARGO: COORDINADORA DE AREA SGSST		Página 12 de 22

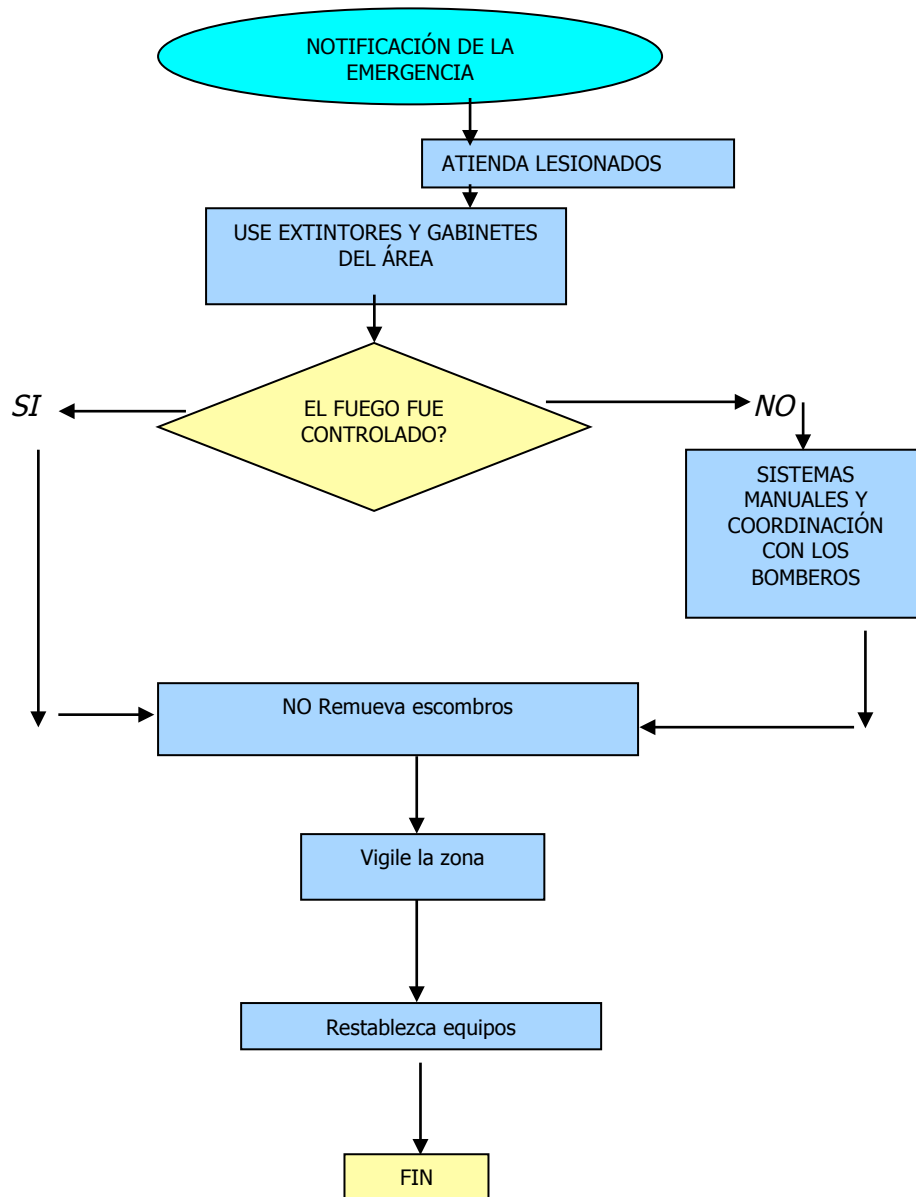
PROCEDIMIENTO OPERATIVO NORMALIZADO EVACUACIÓN




Elaboro: Paula Andrea Muñoz	Reviso: Eduardo Corrales	Aprobó:
--------------------------------	-----------------------------	---------

	MODA ACTUAL LTDA		CODIGO: MF-AD-01
	DEPARTAMENTO: RECURSOS HUMANOS	JEFE INMEDIATO: PAULA MUÑOZ	VERSION: 1
	CARGO: COORDINADORA DE AREA SGSST		Página 13 de 22

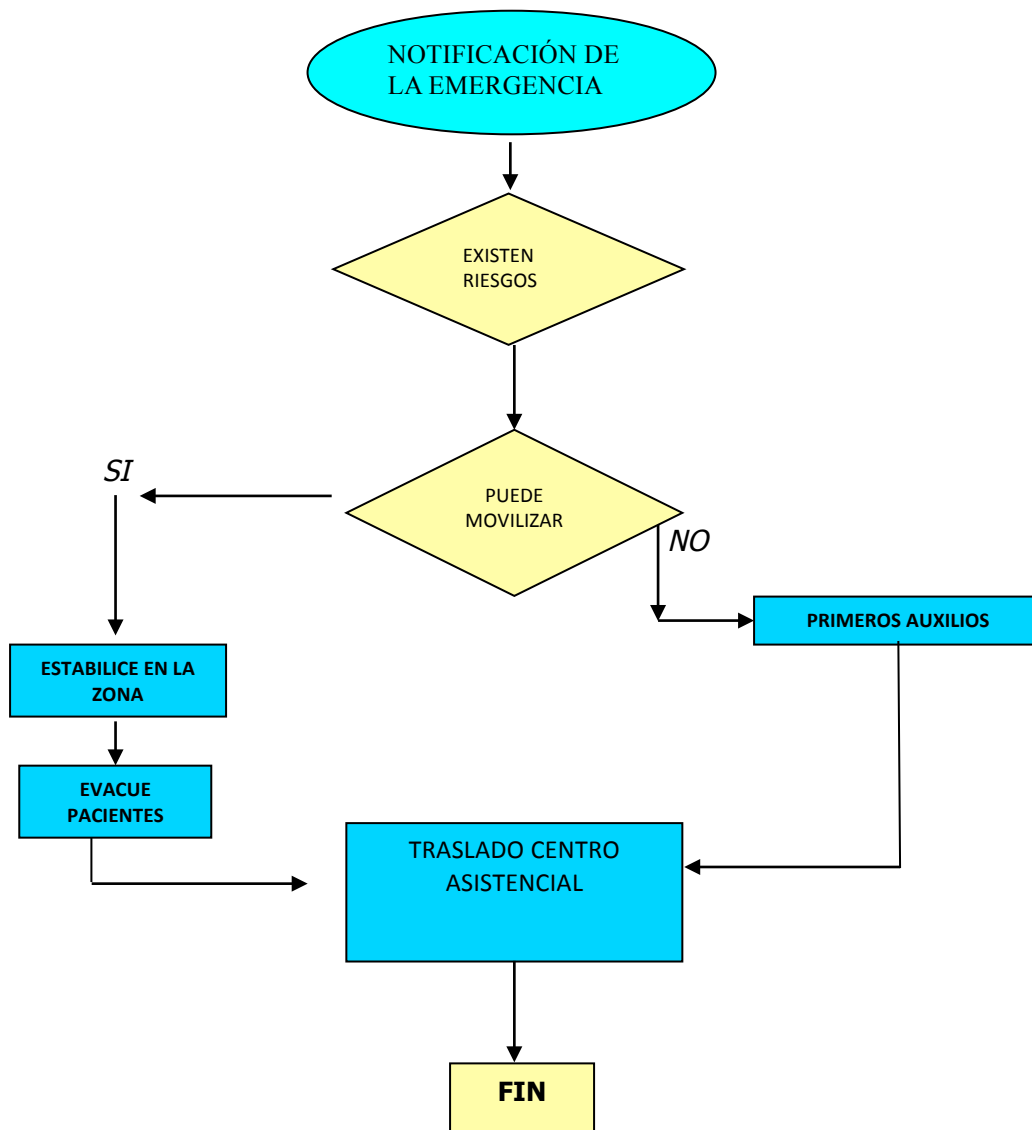
PROCEDIMIENTO OPERATIVO NORMALIZADO INCENDIO




Elaboro: Paula Andrea Muñoz	Reviso: Eduardo Corrales	Aprobó:
--------------------------------	-----------------------------	---------

	MODA ACTUAL LTDA		CODIGO: MF-AD-01
	DEPARTAMENTO: RECURSOS HUMANOS	JEFE INMEDIATO: PAULA MUÑOZ	VERSION: 1
	CARGO: COORDINADORA DE AREA SGSST		Página 14 de 22

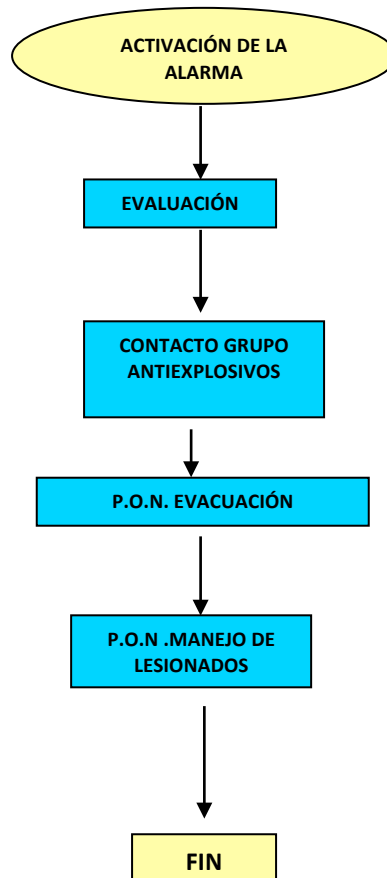
**PROCEDIMIENTO OPERATIVO NORMALIZADO
MANEJO INICIAL DE LESIONADOS**




Elaboro: Paula Andrea Muñoz	Reviso: Eduardo Corrales	Aprobó:
--------------------------------	-----------------------------	---------

	MODA ACTUAL LTDA		CODIGO: MF-AD-01
	DEPARTAMENTO: RECURSOS HUMANOS	JEFE INMEDIATO: PAULA MUÑOZ	VERSION: 1
	CARGO: COORDINADORA DE AREA SGSST		Página 15 de 22

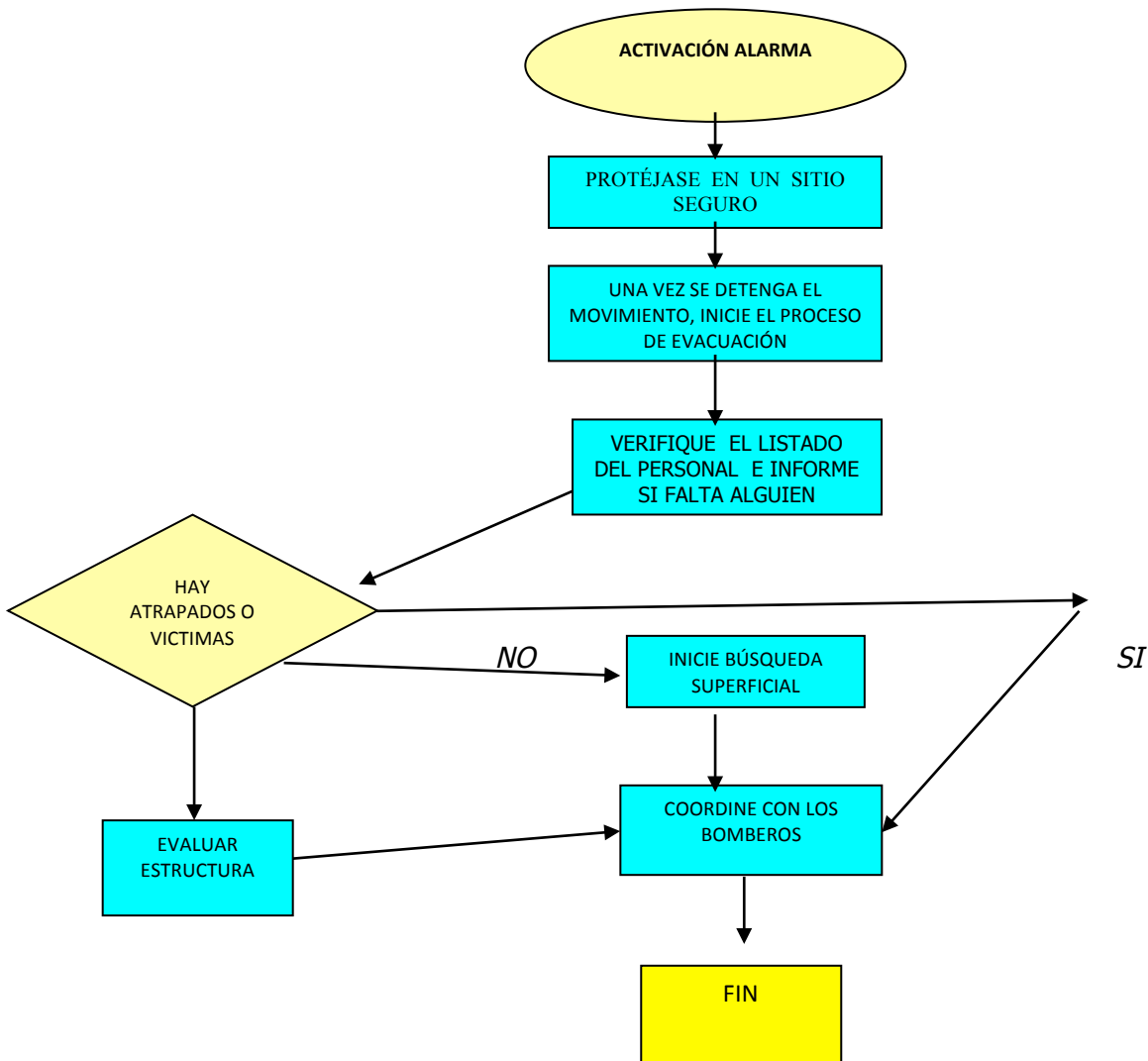
**PROCEDIMIENTO OPERATIVO NORMALIZADO
ATENTADO TERRORISTA**




Elaboro: Paula Andrea Muñoz	Reviso: Eduardo Corrales	Aprobó:
--------------------------------	-----------------------------	---------

	MODA ACTUAL LTDA		CODIGO: MF-AD-01
	DEPARTAMENTO: RECURSOS HUMANOS	JEFE INMEDIATO: PAULA MUÑOZ	VERSION: 1
	CARGO: COORDINADORA DE AREA SGSST		Página 16 de 22

**PROCEDIMIENTO OPERATIVO NORMALIZADO
TERREMOTO**



Elaboro: Paula Andrea Muñoz	Reviso: Eduardo Corrales	Aprobó:
--------------------------------	-----------------------------	---------

	MODA ACTUAL LTDA		CODIGO: MF-AD-01
	DEPARTAMENTO: RECURSOS HUMANOS	JEFE INMEDIATO: PAULA MUÑOZ	VERSION: 1
	CARGO: COORDINADORA DE AREA SGSST		Página 17 de 22

RECOMENDACIONES

EN CASO DE DESASTRES NATURALES

La medida más eficiente contra los desastres naturales es la prevención: Tanto en su casa como en su lugar de trabajo es importante tener un plan de acción claro en caso de cualquier emergencia.

Acordar con anterioridad un punto de encuentro o un procedimiento para reunirse, en caso tal que la familia quede separada en medio del desastre.

Escoja sitios al aire libre, amplios y que probablemente no se vean afectados por los desastres naturales más comunes en su área.

En primer lugar, es importante tener siempre lista una maleta de emergencia. Las autoridades recomiendan que su kit de emergencia contenga, como mínimo, los siguientes artículos:

- linterna y radio a pilas (con pilas de repuesto, y preferiblemente que utilicen el mismo tipo de baterías)
- Un silbato por persona
- Una muda de ropa por persona
- Comida enlatada
- Agua en botella (dos litros diarios por persona)
- Artículos de higiene personal
- Botiquín (incluir medicamentos prescritos allí)
- Mascarilla para polvo
- Fotos de todos los miembros de la familia
- Saco de dormir
- Listado de teléfonos importantes
- Documentos esenciales
- Lápiz y papel

Dos conceptos muy básicos: mantener la calma (tratar de no entrar en pánico, no correr ni intentar proezas difíciles de lograr) y sobretodo pensar en su bienestar primero. Recuerde la regla de oro: primero yo, segundo yo y tercero yo.






EN CASO DE INUNDACIONES

En primer lugar identifique las áreas que generalmente se inundan en su lugar de residencia. Si no tiene la posibilidad de identificarlas usted mismo, pida ayuda a sus vecinos o a las autoridades locales.

1. Si tiene niños pequeños no los deje solos durante las temporadas de lluvia, y de ser absolutamente necesario, pida ayuda a familiares y vecinos para su cuidado.
2. Mantenga los artículos de primera necesidad y el kit para emergencias en lugares lejos del alcance del agua. Mantenga sus documentos esenciales en bolsas plásticas para que no se estropeen en caso de ser alcanzados por el agua.
3. Ubique siempre los elementos tóxicos (venenos, jabones, productos de limpieza, etc.) en sitios bien resguardados y almacénelos en recipientes adecuados y seguros que impidan que se derramen.
4. Conozca de antemano las rutas de evacuación hacia los sitios seguros. Estos se encuentran generalmente en las partes altas de las poblaciones.
5. Nunca desobedezca una orden de evacuación y jamás arriesgue su integridad para salvar cosas materiales. Ponga su vida y la de los suyos siempre primero.

Elaboro: Paula Andrea Muñoz	Reviso: Eduardo Corrales	Aprobó:
---------------------------------------	------------------------------------	----------------

	MODA ACTUAL LTDA		CODIGO: MF-AD-01
	DEPARTAMENTO: RECURSOS HUMANOS	JEFE INMEDIATO: PAULA MUÑOZ	VERSION: 1
	CARGO: COORDINADORA DE AREA SGSST		Página 18 de 22

6. Si está dentro de su casa al momento de la inundación, escuche la radio o televisión para estar informado de la emergencia, y posibles instrucciones de las autoridades. Corte la luz, agua y gas.

7. Si está al aire libre, suba a un lugar alto y permanezca allí hasta que la emergencia pase. Evite caminar por aguas en movimiento, la fuerza del agua es inmensa: 60 centímetros de agua en movimiento son suficientes para desplazar un carro.


8. Si está en la calle, no camine sobre el agua. Lo irregular del terreno (alcantarillas destapadas, andenes y huecos) pueden hacerlo tropezar o succionarlo bajo la corriente.

9. Si está en un auto y tiene la posibilidad, dé la vuelta y tome otra dirección, alejándose lo más que se pueda de la inundación. Si el auto se detiene o se atasca, abandónelo de inmediato y suba a un lugar alto.

10. Después de superada la emergencia, espere a que las autoridades autoricen la entrada a su casa o a su lugar de trabajo. Asegúrese de protegerse muy bien (pantalones y botas pantaneras). Utilice linternas, camine con cuidado y trate de no incursionar en pozos de agua profundos.

11. Recuerde que un punto fundamental son las infecciones que quedan después del contacto prolongado con el agua. Por esa razón, debe desechar cualquier alimento (incluso enlatados) que haya estado en contacto con el agua.


12. También es importante que repare lo más pronto posible las instalaciones sanitarias para evitar enfermedades y malos olores. Recuerde tomar fotos de los daños que sufrieron sus propiedades para la reclamación del seguro. No olvide, la vida sigue siendo lo más importante.



EN CASO DE SISMO

Los sismos son imposibles de predecir y nunca dan ningún tipo de aviso. Colombia, se encuentra en una zona de alta actividad sísmica, sobre todo en los sectores montañosos que se ubican sobre la Cordillera de los Andes.


- 📍 **Hogar seguro:** Asegúrese de que en su casa no haya elementos colgantes que puedan convertirse en riesgos en caso de un sismo. Relojes de pie, bibliotecas, cuadros grandes, lámparas de cristal, etc.
- 📍 Durante el sismo, lo primordial es no entrar en pánico. Si se encuentra en un edificio no trate de salir a la calle ni por el elevador ni por las escaleras. Es mejor esperar que pase el sismo y después bajar.



- 📍 Si está en un piso bajo o en una casa y se encuentra cerca a la salida trate de llegar a la calle. Si la salida es complicada busque un lugar seguro y espere a que termine. En cualquier caso, debe siempre alejarse de las ventanas o vidrios que puedan romperse.
- 📍 Si está en su vehículo no se detenga bruscamente ni salga del carro. Encuentre un lugar seguro para parquear que se encuentre lejos de estructuras (puentes), postes o árboles. Prenda el radio de su vehículo para estar informado.
- 📍 En todos los casos, asuma posición de "bolita", poniendo la cabeza entre las piernas y protegiéndola con los brazos.
- 📍 Sea considerado con las comunicaciones. No crea ni difunda información que no sea confirmada y utilice su celular solamente si es para reportar una emergencia.


19

Elaboró: Paula Andrea Muñoz	Revisó: Eduardo Corrales	Aprobó:
---------------------------------------	------------------------------------	----------------

	MODA ACTUAL LTDA		CODIGO: MF-AD-01
	DEPARTAMENTO: RECURSOS HUMANOS	JEFE INMEDIATO: PAULA MUÑOZ	VERSION: 1
	CARGO: COORDINADORA DE AREA SGSST		Página 19 de 22



EN CASO DE INCENDIO



Conserve la calma. No grite, no corra, no empuje, evitando provocar un pánico generalizado.

Si el incendio es de poca magnitud y sabe usar el extintor, busque el más cercano y trate de combatir el fuego cuidando que el aire no dirija las llamas hacia usted. Nunca de la espalda al fuego hasta estar seguro de que haya sido completamente sofocado.

Si el fuego es de origen eléctrico, no intente apagarlo con agua. Lea las instrucciones del extintor antes de usarlo.

Hay cinco tipos de extintores que se identifican por una letra y el color del logo:

- **El tipo A (verde)** para incendios de materiales combustibles como madera, caucho, papel, telas o plásticos.
- **El tipo B (rojo)** que se utiliza para fuegos de líquidos combustibles (grasa, gasolina, pinturas).
- **El tipo C (azul)** para incendios de origen eléctrico.
- **El tipo D (amarillo)** para metales combustibles, comunes en fábricas o industrias con este tipo de materiales.
- **El tipo K (blanco)** utilizado en cocinas industriales o restaurantes para sofocar incendios generados por aceites vegetales o animales.

Si no lo puede controlar con un extintor, busque salir del inmueble en llamas. Cierre puertas y ventanas al alejarse del área donde se localiza el fuego para evitar que el fuego se extienda a menos que éstas sean sus únicas vías de escape o de que haya demasiado humo y no pueda respirar.

Utilice una linterna para la evacuación tratando de llevar consigo un extintor para abrirse paso. En su camino, trate de ayudar al máximo a niños o ancianos a evacuar, pero nunca se detenga.

Si sus ropas se prenden, no corra, deténgase de inmediato y tírese al suelo, cubriéndose el rostro con las manos y rodando rápido hacia atrás y adelante hasta extinguir las llamas.


Si sabe que hay personas atrapadas pida ayuda a un rescatista o a un bombero, pero nunca intente usted un rescate.

Cuando resulte con quemaduras, no intente quitarse la ropa que está adherida ni se aplique pomadas. De inmediato consulte al especialista. Aplique agua fría durante 10 minutos y solicite ayuda médica tan pronto sea posible





Elaboro: Paula Andrea Muñoz	Reviso: Eduardo Corrales	Aprobó:
---------------------------------------	------------------------------------	----------------

	MODA ACTUAL LTDA		CODIGO: MF-AD-01
	DEPARTAMENTO: RECURSOS HUMANOS	JEFE INMEDIATO: PAULA MUÑOZ	VERSION: 1
	CARGO: COORDINADORA DE AREA SGSST		Página 20 de 22

GUÍA DE PRIMEROS AUXILIOS



En cualquier momento puede ocurrir un accidente. En su sitio de trabajo o en su casa, las situaciones más simples pueden convertirse en una emergencia médica. Siempre es importante prevenir y estar preparados, y no esperar a que ocurran las cosas para comenzar a pensar en posibles soluciones:

- ★ Identifique a los miembros de las brigadas de seguridad y primeros auxilios en su lugar de trabajo. En su casa, discuta con su familia los consejos que leerá a continuación.
- ★ Tanto en la oficina como en la casa es necesario tener siempre preparado un botiquín con medicamentos básicos y estos elementos: gasa, desinfectante, algodón, vendas, esparadrapo, tijeras, pinzas y guantes desechables.

“...la mejor opción para brindar la ayuda adecuada es llevar al paciente al hospital más cercano...”

Primeros Auxilios:

La regla de oro de los primeros auxilios: “primero yo, segundo yo y tercero yo”. Si la seguridad de quien presta el auxilio está comprometida la situación podría pasar muy rápido de un herido, a dos.


Con estas indicaciones usted puede brindar los primeros auxilios a quien está afectado, pero siempre debe tener en cuenta la ubicación de los centros médicos más cercanos o los números de ambulancias para buscar ayuda especializada en todos los casos.


Esta guía pretende dar algunos consejos mínimos, pero no pretende ser un texto oficial sobre primeros auxilios. Siempre consulte a su médico.



Es importante identificar el entorno, es decir, averiguar con seguridad cual es la situación del paciente, qué fue exactamente lo que ocurrió. Luego, es importante evaluar en qué estado se encuentra la víctima, para medir la gravedad del incidente y conocer el nivel de urgencia en la atención y el tipo de ayuda que se necesita.

Elaboro: Paula Andrea Muñoz	Reviso: Eduardo Corrales	Aprobó:
---------------------------------------	------------------------------------	----------------

	MODA ACTUAL LTDA		CODIGO: MF-AD-01
	DEPARTAMENTO: RECURSOS HUMANOS	JEFE INMEDIATO: PAULA MUÑOZ	VERSION: 1
	CARGO: COORDINADORA DE AREA SGSST		Página 21 de 22




ATORAMIENTO

Los consejos que se brindan aquí son únicamente para casos donde la víctima se esté ahogando por acción de cuerpos extraños (comida u otros elementos que se puedan haber ingerido). Si el ahogamiento resulta de una enfermedad respiratoria o alguna otra eventualidad médica lo mejor es dirigirse inmediatamente a un servicio de urgencias en un hospital.


En caso de ser un atoramiento por cuerpo extraño se recomienda aplicar la *maniobra de Heimlich*.

*Esta maniobra no es recomendable para niños menores de un(1) año, mujeres en embarazo o personas con obesidad.


Maniobra de Heimlich




Primero, se debe abrazar al accidentado por detrás y por debajo de los brazos, inclinándolo hacia adelante.



Segundo, colocar un puño cerrado, 4 dedos por encima del ombligo del afectado y la otra mano, abierta, cubriendo el puño



Tercero, debe efectuar 5 apretones abdominales centrados, hacia adentro, y hacia arriba con fuerza, pero sin lesionar al afectado. De este modo se produce la tos artificial, que terminará por expulsar el cuerpo extraño. En caso contrario, busque ayuda médica profesional.




DESMAYOS

Los desmayos son el resultado de una falta momentánea de irrigación de sangre al cerebro que resulta en la pérdida de conciencia de la persona.

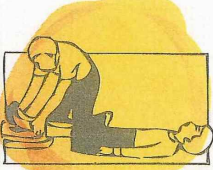
Como síntomas previos al desmayo, el paciente puede presentar:

- Mareos
- Malestar
- Zumbido en los oídos
- Palidez
- Sudoración fría
- Temblores.

Si la persona que se desmayó cayó al suelo, debe revisar primero que no tenga heridas en la cabeza o en otras partes del cuerpo.




★ Debe sentar al accidentado haciendo que agache la cabeza entre las piernas o tumbarlo en el suelo boca arriba, levantándole los pies por encima del nivel del corazón.



★ Ahora, afloje la ropa y procure que tenga suficiente aire.

★ Si no recupera el conocimiento después de unos 5 minutos, llame al servicio de emergencias.

Elaboro: Paula Andrea Muñoz	Reviso: Eduardo Corrales	Aprobó:
---------------------------------------	------------------------------------	----------------

	MODA ACTUAL LTDA		CODIGO: MF-AD-01
	DEPARTAMENTO: RECURSOS HUMANOS	JEFE INMEDIATO: PAULA MUÑOZ	VERSION: 1
	CARGO: COORDINADORA DE AREA SGSST		Página 22 de 22



QUEMADURAS

En todos los casos, si la quemadura es grave debe buscar ayuda médica. Recuerde siempre tener claro donde se encuentran las salidas de emergencia y los extinguidores.

Las quemaduras se dividen en tres tipos:

- Térmicas** (causadas generalmente por fuego o algún elemento que tenga alta temperatura)
- Químicas** (causadas por exposición de la piel a elementos químicos corrosivos)
- Eléctricas** (exposición de la piel o el cuerpo a voltajes eléctricos extremos).


Consulte los números de emergencia en la GUÍA TELEFÓNICA y téngalos siempre presentes.

Lo primero, en el caso de quemaduras térmicas, es tratar de eliminar la fuente de la quemadura (apagar el fuego). Si no es posible, alejar al máximo al afectado de la zona del incendio. Si el cuerpo se encuentra en llamas debe tratar de sofocarlo con telas, o cobijas que no sean inflamables, nunca con agua.



Una vez controlado el fuego, debe refrigerar el área afectada con agua al clima (que no esté helada) y cubrir con vendajes o cualquier otra tela limpia las heridas, sin apretarlas. **En ningún caso debe aplicar pomadas, hielo o remedios caseros a las heridas por quemadura. Si se presentan ampollas en las quemaduras no debe romperlas.**

VARIOS



A continuación algunas recomendaciones muy básicas para distintos tipos de emergencias.

- ✚ Cuando se presente una fractura, nunca trate de mover al paciente.
- ✚ En caso de ser animales de mayor riesgo (escorpiones o serpientes, por ejemplo) debe trasladarse de inmediato a un centro médico y por ningún motivo tratar de cortar o succionar la herida dejada por el animal.
- ✚ Déjelo donde se encuentre y solo en caso de tener fractura expuesta (el hueso sale de la piel) cubra la herida, sin presionarla, con un trapo limpio para evitar el sangrado y la infección.
- ✚ En caso de presentarse mordeduras por gatos o perros es importante capturar al animal para saber si tiene rabia, que puede ser fatal para los humanos.
- ✚ En caso de picaduras comunes como la de abeja o avispa lo primero es preguntarle al afectado si es alérgico a este tipo de picaduras. De ser así, debe buscar ayuda médica inmediata. De lo contrario, retire el aguijón con unas pinzas y aplique agua.



Elaboro: Paula Andrea Muñoz	Reviso: Eduardo Corrales	Aprobó:
--------------------------------	-----------------------------	---------