GOBIERNO DE MÉXICO | SALUD SECRETARÍA DE SALUD | SNDIF SISTEMA NACIONAL PARA EL DESARROLLO INTEGRAL DE LA FAMILIA | DIF CHIAPAS DE CORAZÓN | CHIAPAS GOBIERNO DEL ESTADO

MANUAL DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN CIVIL EN ALMACENES MUNICIPALES Y ESPACIOS ALIMENTARIOS



RECOMENDACIONES PARA EVITAR ACCIDENTES EN LAS INSTALACIONES

INDICE

- Introducción
- Instalaciones eléctricas
- Uso de productos químicos de limpieza
- Control de plagas/fumigación
- Organización de espacios de almacenamiento y estibas
- Señalización de seguridad
- Manipulación correcta de la carga
- Incendios
- Primeros auxilios en caso de accidentes
- Botiquín de primeros auxilios
- Otras medidas de prevención de accidentes

INTRODUCCIÓN

La forma de actuar en los minutos iniciales de una emergencia es fundamental para salvar vidas. Por lo que es importante conocer las medidas básicas de seguridad en los almacenes.

Los almacenes, son establecimientos donde en algunos casos se pueden presentar riesgos de accidentes para todas aquellas personas que trabajan y acuden a éstos.

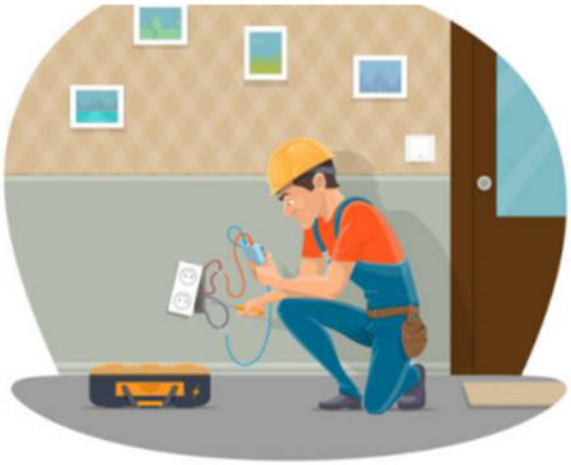
Es importante que en cada uno de ellos, se implementen medidas preventivas avaladas por una autoridad competente en materia de Protección Civil, que permitan evitar y controlar cualquier riesgo.

Almacenar con seguridad garantiza la integridad de los responsables de estas áreas.

RECOMENDACIONES PARA EVITAR ACCIDENTES EN LAS INSTALACIONES

Las condiciones de seguridad y la prevención de accidentes, dependerán del buen estado de conservación en que se encuentren éstas, por lo que es importante tomar medidas básicas de seguridad.

INSTALACIONES ELÉCTRICAS



- Revisar el estado de cables y enchufes, antes de conectar cualquier aparato a la red eléctrica.
- Las conexiones a los enchufes se deben realizar mediante las clavijas adecuadas. Nunca conectar los cables directamente al tomacorriente, sin clavija. Al desconectar, se debe jalar la clavija, nunca los cables de alimentación.
- En caso de que algún aparato eléctrico no funcione correctamente o cuando observe un calentamiento anormal, dejar de utilizar el aparato colocándole un letrero de "fuera de servicio" y dando aviso a la persona responsable.
- Si el contacto o tomacorriente donde está enchufado algún equipo comienza a desprender humo o chispas, bajar inmediatamente la palanca del interruptor general y buscar enseguida a un electricista. Evitar arreglarlo, sin estar capacitado para ello.
- No sobrecargar el tomacorriente, evitando los multicontactos para que no queden enchufados varios aparatos en el mismo contacto.

- No limpiar los contactos o tomacorrientes, ni los aparatos eléctricos cuando estén conectados con trapos mojados. Evitar tocarlos con las manos mojadas.
- Utilizar tapas de plástico para cubrir los enchufes.
- Evitar el uso de "diablitos"

USO DE PRODUCTOS QUÍMICOS DE LIMPIEZA



- Antes de utilizar cualquier detergente, cloro u otro producto químico de limpieza, leer con cuidado la etiqueta y apegarse a las instrucciones de uso y consejos de seguridad.
- Nunca quitar la etiqueta de los envases.
- Evitar salpicaduras de estas sustancias, especialmente en los ojos. Si ocurre, lavarlos con abundante agua y acudir al médico.
- Los envases de estos productos deberán estar bien cerrados. En caso de derrames, limpiarlos inmediatamente. Mantenerlos en sus recipientes originales, nunca se deben pasar a recipientes o frascos destinados para alimentos o bebidas.
- Guardarlos en los estantes inferior eso en un lugar alejado de los comestibles, para que en caso de derrame, no caigan sobre los alimentos.
- Nunca mezclar diferentes tipos de productos de limpieza.
- Nunca inhalar directamente de un recipiente para su identificación.

CONTROL DE PLAGAS / FUMIGACIÓN

1. Inspección e identificación (Instalaciones y transportes)

En esta etapa se realiza un recorrido dentro y fuera de las instalaciones, así como en los en el transporte, a fin de detectar e identificar:



Plagas presentes (en caso de aves podrían ser nidos, excremento, plumas; en caso de roedores podrían ser excremento, pelos, madrigueras, insumos o empaques con roeduras).
Puntos de proliferación (agua están cada, pasto alto, terrenos baldíos, coladeras, aberturas, los propios insumos alimentarios, otros).
Refugio (grietas, coladeras, estructuras o colgantes, espacios entre estantes, otros).
Fuentes de alimentación (restos de o comida, desechos, insumos en mal estado, agua estancada, otros).

Es importante identificar el tipo de plaga presente, de no ser así, se puede llegar a utilizar un método de control equivocado y elegir el plaguicida incorrecto. Con ello, ocasionar daños en vez de soluciones.

2. CONTROL

Una vez conocido el tipo de plaga se deben planificar las técnicas a utilizar para su control, preferentemente deben ser:

Lo menos dañinas para la salud humana, medio ambiente y otros seres vivos que no sean plagas.
De la mayor duración posible para que eviten reincidencia.
Fáciles de implementar, seguros y efectivos.
Económicos a corto y largo plazo.
Adecuado al tipo de plaga.

En algunos casos, se pueden llegar a prevenir siguiendo técnicas que no impliquen el uso de químicos como:

- Eliminando fuentes de alimento agua y refugio.
- Limpieza de las áreas.
- Prácticas de higiene
- Uso de medios mecánicos como la aspiradora para retirarlas.
- Trampas para ratones que se cierran mecánicamente.
- Trampas de luz ultravioleta
- Barreras físicas.



Si los métodos libres de químicos no dan resultados, y se decide utilizar plaguicidas, se debe tomar en cuenta:

- El área que se va a fumigar.
- La frecuencia con la que se aplicará el plaguicida, estableciendo la fecha y hora exacta, ya que en esta fecha no se debe programar la recepción, preparación de alimentos o alguna otra actividad.
- Conocer el responsable de la aplicación. Es recomendable que lo realice **personal que esté capacitado**. En caso de contratar los servicios de una empresa, debe contar con la licencia para brindar dicho servicio, expedida por la Secretaría de Salud.
- Conocer el tipo de producto que se va aplicar, el cual debe estar registrado y autorizado ante la *Comisión Intersecretarial para el Control de Procesos y uso de Plaguicidas, Fertilizantes y Sustancias Químicas*, **CICOPLAFEST.**

- **ORGANIZACIÓN DE ESPACIOS DE ALMACENAMIENTO Y ESTIBAS:**

- El almacén debe estar perfectamente delimitado y señalizado, tratando de no almacenar nada fuera de este espacio.

- Evitar que queden ocultas las señalizaciones, tomas de agua o equipos de primeros auxilios. Siempre deben estar visibles.
- Evitar obstáculos en las puertas, pasillos, vías de evacuación o salidas de emergencia.
- Estibar correctamente, disminuirá las posibilidades de que se caiga un paquete o caja.
- No rebasar la carga máxima que soporta cada nivel o niveles de los estantes.
- Situar los insumos más pesados en las zonas bajas y más accesibles. De esta manera se contribuye a aumentar la estabilidad de los estantes.
-



SEÑALIZACIÓN DE SEGURIDAD:

Para reducir los riesgos de sufrir accidentes es necesario adoptar medidas de señalización tanto en los almacenes como en los comedores, que nos informen y adviertan de los peligros, indicando prohibiciones, recordando normas de comportamiento, indicando salidas de emergencia o medidas de seguridad y localizando los extintores.

En función del mensaje que pretenden transmitir, se agrupan en cinco clases:

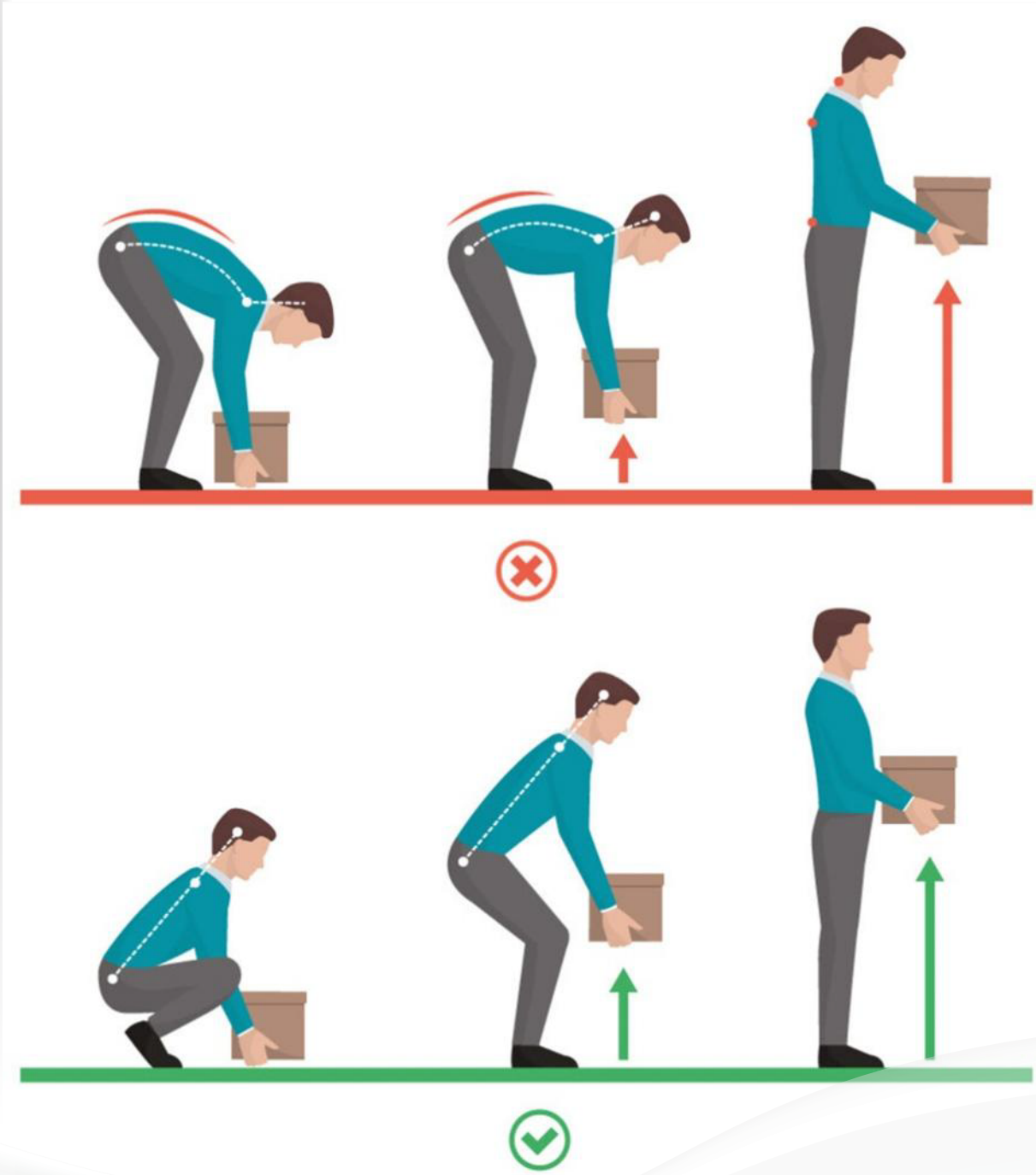
- Señales **informativas de precaución:** Son las que advierten a la población sobre la existencia y naturaleza de un riesgo. Ejemplo: Señal de riesgo eléctrico.
- Señales **prohibitivas o restrictivas**: Son las que prohíben y limitan una acción susceptible de provocar un riesgo. Ejemplo: Prohibido fumar.
- Señales **informativas de emergencia**: Son las que indican a la población la localización de equipos e instalaciones para su uso en una emergencia. Ejemplo: Extintor.
- Señales **informativas**: Son aquellas que facilitan a la población, la identificación de condiciones seguras. Ejemplo: Salida de emergencia, espacio para discapacitados.
- Señales de **obligación**: Son las que imponen al observador, la ejecución de una acción determinada, a partir del lugar en donde se encuentra la señal y en el momento de visualizarla. Ejemplo: Uso de cofia y cubre boca.

MANIPULACIÓN CORRECTA DE LA CARGA

En los almacenes, el uso de las técnicas correctas para transportar cajas y otros artículos pesados puede prevenir lesiones, por lo que es de vital importancia:

- Mantener la espalda erguida. Arquear la espalda durante el levantamiento, aumenta la posibilidad de lesionarse.
- Antes de levantar una carga, hay que tener claro dónde se va a depositar; verificar el peso, si es excesivo, pedir ayuda.
- Antes de cargar algo, acercarse al objeto a levantar, para que el centro de gravedad de la carga esté lo más cerca posible del cuerpo. Esto ayudará a conseguir la posición correcta para realizar el levantamiento ya estar más equilibrado, con los pies ligeramente separados.
- Para levantar una carga que está en el suelo, doblar las rodillas como si fuera a ponerse en cuclillas y sin llegar a sentarse en el piso, tomar impulso hacia arriba con los músculos de las piernas y levantar la carga.
- Evite torcer el cuerpo con la carga en las manos. Para girarse, mover los pies hasta que el tronco quede frente al lugar donde va a ser colocada la carga.
- Siempre que sea posible, para transportar cargas, utilizar algún medio que se tenga disponible (montacargas, diablo, patines hidráulicos, carretillas).
- Agarrar fuertemente la carga utilizando completamente ambas manos (palmas y dedos), manteniendo los brazos pegados al cuerpo para que sea éste el que soporte el peso y no los brazos solamente.
- Para trasladar una carga, no obstruir la vista.
- Mantener la carga pegada al cuerpo sujetándola con los brazos extendidos hacia abajo.
- En el descenso de la carga, aprovechar la tendencia a la caída. Evitar tener que vencerla con el esfuerzo muscular. No levantarla, si no limitarse a frenar la caída.

- En caso de utilizar escalera para alcanzar objetos, siempre usar la adecuada. Verificar que la escalera esté en buenas condiciones, que no tenga peldaños rotos, laterales o defectuosos.



INCENDIOS:

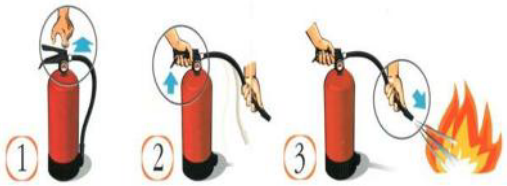
El riesgo de incendio en cocinas y almacenes se debe por una parte, a la presencia de materiales combustibles (gas, aceites y grasas, alimentos, trapos y papeles, entre otros); y por otro lado, las posibles conductas peligrosas o descuidos del personal.

- Eliminar los materiales combustibles innecesarios, manteniendo ordenados y limpios la cocina y el almacén.
- Instalaciones eléctricas y de gas correctas, con mantenimiento continúo, ayudan a evitar riesgos.
- En cuanto se detecte el inicio de un incendio, dar la alarma a las personas que integren el equipo de protección civil o al personal responsable de la cocina o almacén.
- Asegurarse de cerrar las llaves de paso generales de gas y desconectarlos aparatos eléctricos, una vez terminada la jornada laboral.
- Si se utiliza aserrín como mecanismo para absorber líquidos derramados, evitar que este sea cumule debajo de la estufa.
- Informar al personal responsable de la cocina o almacén, las fugas de gas o cualquier desperfecto inmediatamente, por pequeño que sea, nunca intentar repararlos.
- Tener siempre a la mano tapaderas para sofocar fuegos de aceite en sartenes. Éstos se apagan tapando el sartén con una tapadera más grande que el mismo. Nunca utilizar agua.
- No fumar en la cocina o almacén. No arrojar cerillos y cigarros encendidos a los cestos de basura.
- Es necesario contar con los medios de protección adecuados como extintores, conocer su ubicación y capacitar al personal para su uso correcto.
- Identificar las salidas de emergencias y mantenerlas despejadas.
- Ayudar a la evacuación de la gente y a extinguir el fuego manteniendo la calma.

Es importante tener a la vista de todos, los teléfonos de emergencia y aquellos que se consideren necesarios:

- Policía municipal/Protección Civil
- Bomberos
- Ambulancia
- Centro de Salud
- Sistema Municipal DIF
- Sistema Estatal DIF
- Representante del Comité.

¿CÓMO USAR EL EXTINTOR?



1. Quitar el seguro.
2. Apretarla manija, sujetando la manguera.
3. Dirigir la descarga a la base del fuego.
4. Colocarse a 3 metros del incendio aproximadamente.

PRIMEROS AUXILIOS EN CASO DE ACCIDENTE

En caso de accidentes es muy importante la labor del socorrista (persona que aplíquelos primeros auxilios en el lugar del accidente). El buen desempeño de éste consiste en evitar que el lesionado empeore desde que se accidenta hasta que esa tendido por el personal médico. Para esto es necesario seguir los siguientes pasos:

- Hacerse cargo rápidamente de la situación: tomar el mando, mantenerla calma en todo momento. Buscarlos riesgos que aún existan y eliminar su causa. No hacer más de lo estrictamente necesario para atender al lesionado, no arriesgarse.

- Solicitar ayuda urgente: Llamar uno mismo o pedirle a alguien que lo haga, para dar aviso al personal médico para que atiendan al lesionado.

- Socorrer al lesionado, después de un examen rápido, actuar:

1. Las hemorragias y falta de respiración deben de ser atendidas con prioridad máxima.
2. Los heridos que permanezcan inconscientes deben ser colocados en posición lateral de seguridad. (poner los de lado).
3. Las heridas y quemaduras deben ser protegidas.
4. Las fracturas (huesos quebrados o rotos) deben de ser inmovilizadas.
5. Abrigar ligeramente al lesionado y tratar de tranquilizarlo (seguramente está asustado).
6. No mover violentamente al herido.
7. No darle nada de comer o beber por ningún motivo.
8. No dar ningún medicamento.

BOTIQUÍN DE PRIMEROS AUXILIOS

El botiquín de primeros auxilios es una necesidad dentro de los comedores escolares y comunitarios como en los almacenes. Es indispensable que esté correctamente equipado y que su contenido se mantenga en condiciones adecuadas.

Todas las personas que trabajan en estos establecimientos deben saber dónde se ubica el botiquín y cómo usarlo adecuadamente. Para estos efectos, es conveniente obtener un manual de primeros auxilios y leerlo cuidadosamente.

- El botiquín puede ser una caja limpia, duradera, fácil de transportar, espaciosa, puede ser también un estuche o inclusive una bolsa.
- Los medicamentos se conservarán en sus envases originales y se marcará las dosis recomendadas por el médico.
- Se debe incluir una lista del contenido, los números telefónicos de emergencia, del médico, bomberos, policía, ambulancia.
- Si hay alguna persona que padezca alergias a medicamentos, alimentos, picaduras de abejas, entre otras, debe incluirse una lista de éstas y los medicamentos que ellos usan.
- Los botiquines deben guardarse fuera del alcance de los niños, pero donde los adultos puedan acceder fácilmente.



CONTENIDO DEL BOTIQUÍN DE PRIMEROS AUXILIOS

Una vez que tenemos el maletín, debe equiparse con los elementos indispensables.

- Manual de primeros auxilios.
- Gasa estéril de distintos tamaños.
- Cinta adhesiva.
- Vendas adhesivas en varios tamaños.
- Vendas elásticas.
- Toallas antisépticas.
- Jabón.
- Algodón estéril.
- Tijeras.
- Termómetro.
- Alcoholal70%.
- Guantes quirúrgicos.
- Agua oxigenada.
- Crema analgésica, antiséptica y para quemaduras.
- Antidiarreicos.
- Antihistamínico.
- Antiinflamatorios/Analgésicos.



Otras medidas de prevención de accidentes:

- Los niños no deben entrar a las cocinas y almacenes, sólo los preparadores de alimentos.
- Debe haber un lugar especial para que los niños y el personal que labora, coloquen sus mochilas u otros objetos. Esto evitará que tropiecen con ellas y ocurran accidentes.
- La capacitación y la supervisión constante, ayudarán a hacer de estos espacios, un lugar seguro.
- Guardar ordenadamentelos productos, materiales y utensilios de cocina en los armarios o estantes correspondientes.
- Si existe derrame de agua, secar inmediatamente para evitar caídas.