



# SEGURIDAD GENERAL

PLAN DE FORMACIÓN PARA CADETES  
DEL GRADO DE DESCUBRIDOR

REQUISITO 18



Juventud Adventista de España

Nuestro más sincero **agradecimiento** a Javier Unsain por su colaboración en la elaboración de este dossier de formación para los cadetes del Club de Exploradores.

Autor: Javier Unsain Calahorra, Instructor de la Escuela de Bomberos del Ayuntamiento de Zaragoza  
Dirección editorial: Isaac Chía

Marzo 2012: Primera edición

© 2012. DEPARTAMENTO JAE (Juventud Adventista de España). Área del Club de Exploradores.  
Alenza, 6 3º · 28003 MADRID - ESPAÑA  
exploradores@jaeonline.es · secretariajae@unionadventista.es  
www.jaeonline.es

Impreso en España

# SEGURIDAD GENERAL

**NOTA:** Este trabajo trata de dar unas pautas en casos varios de emergencias. Este tema debe ser explicado por un monitor a los chavales para que ellos puedan entender el por qué de estos consejos.

Debe transmitirse a los chavales que la mejor conducta es la preventiva, es decir: Evitar en la medida de lo posible situaciones de riesgo o que nos puedan llevar a él.

## Introducción

Antes de hablar de seguridad, deberíamos hablar de *Prevención*. Palabra con la que tendremos que familiarizarnos si pretendemos buscar seguridad.

La prevención serán pues aquellas precauciones y medidas tomadas para evitar un riesgo. De esta forma podremos hacer los lugares más seguros.

Nosotros como cristianos, tenemos una seguridad espiritual fuera de toda duda, y es así como lo expresa el salmista:

*"Pues tú, Señor, desde mi juventud eres mi esperanza y mi seguridad."* Salmos 71: 5

El tener esta seguridad en nuestro Dios no implica que podamos arrojarnos a un curso de agua sin saber nadar, pues seguramente nos ahogaremos. Es preciso pues saber de algunos de los peligros que este mundo nos depara y como esquivarlos. Haremos una clasificación de algunos de los lugares, más habituales, en los cuales podemos encontrarlos:

- HOGAR
- IGLESIA
- COLEGIOS e INSTITUTOS
- LUGARES DE PÚBLICA CONCURRENCIA
- RELACIONADOS CON EL AGUA
- RELACIONADOS CON EL TRÁFICO
- SEÍSMOS
- FUERTES TORMENTAS

Aunque hay consejos y pautas de comportamiento que sirven para algunos de los casos presentados, los trataremos de uno en uno incidiendo en aspectos genéricos.

# NÚMEROS TELEFÓNICOS DE SERVICIOS DE EMERGENCIA

---



Lo primero de todo será conocer a quién llamar en caso de emergencia, bien por que la vivamos nosotros o seamos testigos de la misma.

## **Bomberos**

Incendios, explosiones, accidentes, atrapamientos, inundaciones, rescates, etc.

**080**

## **Policía local**

Regulación del tráfico, accidentes, orden público, intrusismo, etc.

**092**

## **Policía nacional**

Robos, violencia, terrorismo, asesinatos, drogas, intrusismo, etc.

**091**

## **Guardia civil**

Lo mismo que Policía Nacional pero en zonas rurales y además regulación del tráfico en carreteras, autovías y autopistas.

**062**

## **Emergencias sanitarias**

Traslados en ambulancias medicalizadas.

**061**

## **Centro coordinador de emergencias**

Si olvidamos estos números (sencillos de recordar y que se pueden llevar grabados en el móvil) podemos recurrir al Centro Coordinador de Emergencias de la Comunidad o zona donde nos encontremos.

**112**

## Urgencias toxicológicas

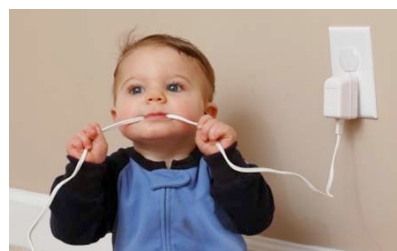
No olvidarse del número de teléfono de Urgencias toxicológicas.

# 91 562 04 20

## MEDIDAS PREVENTIVAS EN EL HOGAR

Estadísticamente los más afectados son los menores de 5 años y los mayores de 65 años.

- Las sales minerales que lleva disuelta el agua son muy conductoras de la energía eléctrica, por lo tanto tendremos siempre alejados **los aparatos y conexiones eléctricas** de la misma. Esto incluye los cuidados correspondientes a la hora del baño o ducha (no aparatos de música y cuidado con acercar el secador a la ducha o bañera).
- **No dejar aparatos eléctricos** (sobre todo televisores, ordenadores, aparatos de música, etc...) **en stand-by**, sigue entrando energía eléctrica, siguen siendo peligrosos. Durante la noche desconectaremos este tipo de aparatos y cuando salgamos de casa, sobre todo de viaje cortaremos el paso de electricidad a nuestro hogar, a excepción del aparato frigorífico. En caso, claro está, de que nuestra ausencia no se prolongue.
- Cuidado con los **productos inflamables**, sobre todo los líquidos. Tenerlos fuera del alcance de niños pequeños y no manipularlos.
- La **instalación eléctrica y del gas** debe ser manipulada por instaladores autorizados y con su correspondiente carnet de instalador.
- **Ventilar los hogares** al menos una vez al día. Si se nota atontamiento o un sueño excesivo en aquellas casas que tienen gas (ciudad o butano) ventilar rápidamente y salir a una zona de aire fresco. Al año mueren muchas personas por inhalación de CO (monóxido de carbono) procedente de combustiones para calefacciones y calentadores de agua.
- Nunca dejar solos a **niños pequeños en las cocinas**, así mismo no olvidarse de ollas y sartenes puestas al fuego o en vitrocerámicas.
- Tener claro de dónde podemos cortar suministros de agua, gas y electricidad en nuestros hogares.
- En caso de **incendio** no utilizaremos en ningún caso el ascensor. Medida que extenderemos a cualquier caso de incendio en edificios o evacuaciones en los mismos sea por el motivo que sea. Si al salir de nuestro hogar encuentras la caja de escaleras inundada por el humo, nos confinaremos (en nuestra vivienda) y colocaremos toallas húmedas en las rendijas de la puerta de entrada y de las ventanas que den a la fachada afectada por el humo. Avisaremos de alguna manera a los **bomberos** para que posteriormente nos rescaten.
- Si quedamos **encerrados en un ascensor**, pulsaré el botón de alarma para hacerme notar y esperaré con tranquilidad a que me rescaten.



- **Desconectar electricidad, cortar agua y llave del gas** en caso de ausencia prolongada de mi hogar.
- Es recomendable contar con un **extintor en el hogar**, especialmente en unifamiliares o tipo chalet. Uno de agua + AFFF (*Aquos Film Forming Foam*) o de polvo polivalente sería adecuado. En todo caso en las cajas de escaleras debe haber un extintor.
- Tener ideado un pequeño **plan de escape en caso de emergencia** en mi hogar.
- Tener un **seguro que cubra en caso de accidente** o de incendio.
- En el caso de **salir de vacaciones** no comentárselo a nadie que no sea de mucha confianza y encargarle a alguna persona (también de confianza) que nos recoja el correo del buzón.
- Cuidado con **planchas, sartenes** expuestas al fuego con aceite en el interior (los mangos y asa de las mismas no deben sobresalir al exterior de la cocinilla), **sprays, lejía, sulfumán**, etc... mucho cuidado con estas sustancias.



En cuanto a medidas preventivas en el hogar; podríamos citar más, tales como:

- No jugar con cerillas o fuego.
- No fumar.
- No hacer ningún tipo de experimento con sustancias inflamables.
- Cuidado al subirnos a sillas o mesas, pueden ceder.
- Cuidado con sillas, sillones u otros elementos cerca de ventanas abiertas.
- Cuidado con las corrientes de aire si tenemos ventanas abiertas.
- No atravesar la puerta de la vivienda sin las llaves de la misma en la mano, podría cerrarla un golpe de aire y quedarnos fuera, con el consiguiente peligro si estamos cocinando, hay niños pequeños o personas ancianas.

## MEDIDAS PREVENTIVAS EN LA IGLESIA

---

La iglesia a nivel de ocupación está considerado como un lugar de pública concurrencia y de uso religioso.

- Tener **extintores** y medidas de seguridad puestas al día y legalmente.
- Tener un **seguro que cubra en caso de accidente** o de incendio.
- Las **salidas** al exterior así como los pasillos (vías de evacuación) deben estar **libres de obstáculos** para desalojar el lugar sin problemas.
- Debe evitarse colocar sillas adicionales en los pasillos así como carritos de niños.
- Los diáconos deben tener claro qué hacer en caso de tener que desalojar el local, corte de luz, etc...
- No dejar abierta la puerta de la iglesia sin que nadie controle quién entra en la misma. Asegurarse de que no queda nadie en el interior antes de cerrar, así como desconectar todo, excepto aquello que no sea viable.
- **Vigilar a los niños pequeños.** No dejarlos salir corriendo a la calle o a solas. Si algún "desconocido" se acerca a ellos asirlos de la mano y llevarlos con sus padres. Seguidamente y en función de la gravedad avisar a la Policía.

- Tener **números de emergencia** junto al teléfono.
- En caso de que alguien entre en la iglesia con malas intenciones, avisar rápidamente a la Policía.

## MEDIDAS PREVENTIVAS EN COLEGIOS E INSTITUTOS

---

- En caso de evacuación del centro, seguir las indicaciones de los profesores o de los Servicios de Emergencia que se hagan cargo de la emergencia.
- **No aceptar ningún tipo de sustancia**, pastilla que se nos ofrezca, y mucho menos consumirlo.
- En caso de seísmo, los sitios más seguros los encontraremos junto a las paredes, marcos de las puertas o debajo de mesas con cierta resistencia.
- **Evitar las malas compañías** que pueden causarnos serios problemas. Tener muy claro con quién nos relacionamos.
- En caso de **acoso** violento o de carácter sexual avisar a Policía Nacional.

## MEDIDAS PREVENTIVAS EN LUGARES DE PÚBLICA CONCURRENCIA

---

Consideraremos lugares de pública concurrencia aquellos donde el número de ocupantes es considerable, bien su uso sea comercial, religioso, hospitalario, espectáculos, etc...

- Evitaremos en lo posible los locales y centros de espectáculos. Son lugares en los que podemos ser víctimas de agresiones o robos. Son lugares en los que hay facilidad para que se pierdan los niños.
- Evitaremos en la medida de lo posible acudir a Centros Comerciales a **horas punta y vísperas de días festivos**, cuando la ocupación de los mismos está al máximo.
- En **caso de emergencia no utilizar ascensores, ni escaleras mecánicas**. Tampoco bajar al garaje a por el automóvil, muchos intentarán lo mismo y se colapsarán las salidas.
- En el caso de **encontrar** en los servicios o en otro lado de zonas comunes alguna **mochila, maletín o bulto, no tocarlo**. Avisar a los servicios de seguridad del Centro y salir rápido de allí.
- Si tienes que desalojar un edificio por **amenaza de artefacto explosivo** no cierras las puertas e intenta dejar las ventanas abiertas. Esto facilitará la labor de los Equipos de Desactivación de Explosivos (TEDAX)
- No dejarse llevar por la gente si es presa del pánico. Apartarse en espera de que pase la avalancha humana.

# RELACIONADOS CON EL AGUA

---

Este tema es vasto y extenso, daremos unas líneas básicas.

## PISCINAS

- Si no sabemos nadar no utilizaremos la **zona profunda** de la piscina.
- No me **lanzaré de cabeza** en zonas poco profundas (profundidad mínima 2 metros).
- No haré “**ahogadillas**” a nadie.
- **No empujaré** a ninguna persona hacia la piscina.
- Si detecto algún problema avisaré rápidamente al socorrista y en su defecto a una persona adulta.
- No saltar al agua sin saber la **profundidad**.
- **No correr** alrededor de la piscina.
- **No usar flotadores** para nadar.
  - ▶ Un niño que usa un flotador puede **darse la vuelta en el agua** por un movimiento, un empujón de otro niño, la fuerza de una ola u otras razones. Si este niño no sabe girarse o alguien se percata de ello se puede ahogar.
  - ▶ Pueden ser **arrastrados** con facilidad por el viento o la corriente del agua.
  - ▶ Teniendo en cuenta la fragilidad de estos artículos de playa, lo más fácil es que **se pinchen** y se pierda la flotabilidad positiva del niño.
- Siempre en presencia de adultos.

**Consejo:** Intentar ir a cursillos para aprender a nadar.

## RÍOS

- Los ríos son **peligrosos** para el baño.
- Evitar pues el entrar en el cauce de un río.
- Disfrutar del baño en aquellos ríos de agua transparente y con profundidad no superior a un metro y sin corriente fuerte.
- Siempre en presencia de adultos.
- No lanzarse de cabeza.
- Respetar **tiempos de digestión**, sobre todo en aguas inferiores a 20° C.

## EMBALSES

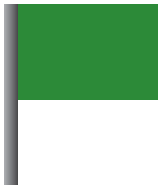
- Los embalses también son **peligrosos** para el baño.
- Evitar el baño en los mismos.
- Si nos bañamos hacerlo en una **zona de playa** (descenso paulatino de la profundidad) y en presencia constante de adultos.
- No lanzarse de cabeza, no sabemos los objetos que hay sumergidos.



## PLAYAS

- No bañarse en playas donde las olas sean peligrosas.
- Respetar las **indicaciones de la bandera** si hubiese.
- Cuidado con las playas a mar abierto.
- Cuidado con las colchonetas, flotadores, etc... Evítalos.
- Siempre en presencia de adultos.

### Banderas reglamentarias para playas:



**Condiciones apropiadas de playa**



**Precaución**



**Prohibido bañarse**

### Recuerda:

- El agua no es un medio en que nosotros nos podamos desenvolver con seguridad.
- Respetar tiempos de digestión (90 a 120 minutos).
- Evitar comidas copiosas cuando tengamos proyectado bañarnos.

## RELACIONADOS CON EL TRÁFICO

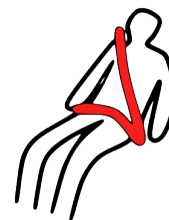
---

### Como peatón

- **Cruzar siempre por donde hay semáforos** (en verde para peatones).
- **Mirar antes de cruzar por un paso de cebra.** No irrumpir en el mismo, hay que darle tiempo a los conductores para vernos y reaccionar. Ser precavidos pues no todos los conductores tienden a ceder el paso en los mismos.
- En zonas con sentido de la circulación por la izquierda (Inglaterra, Australia, etc...) mirar a la derecha antes de cruzar.
- No confiarnos y mirar a ambos lados.
- **En carretera circular por la izquierda** (veremos los vehículos venir) y debidamente equipados (chaleco reflectante).
- En carretera formar una fila de a uno y andar por el arcén.
- Evitar estos trayectos de noche o en horas de poca visibilidad.

## Como ocupante de un vehículo

- Tanto en ciudad como en carretera usaré el **cinturón de seguridad**.
- No sacaré el brazo por la ventanilla.
- Haré lo posible por **no distraer al conductor**.
- No encenderé luces en el interior en horas nocturnas para no deslumbrar al conductor.
- **Los niños pequeños deben viajar** en vehículos turismo con **dispositivos especiales**. Deben estar homologados.



- Si nos vemos envueltos en un **accidente de tráfico** (en carretera), **lo primero que haremos será avisar a Guardia Civil** e intentar dar los datos más aproximados de lo sucedido y sobre todo del lugar del accidente. Mucho cuidado al intentar auxiliar a los heridos, pueden venir otros vehículos y arrollarnos. Si lo hacemos será con precaución y debidamente señalizados (con chalecos reflectantes). Si no tenemos las cosas muy claras nos limitaremos a avisar de lo sucedido.
- Si nuestro **vehículo cae al agua** y empieza a sumergirse y no tenemos posibilidad de salir antes de que esto suceda, tendremos que esperar a que se llene de agua (equilibrar presiones) e intentar salir si tenemos posibilidad de hacerlo. Es difícil y complicado salir de un vehículo en estas circunstancias.
- Lo mejor es tener una conducción tranquila y respetando la normativa de Tráfico.
- No hacer comidas copiosas al conducir.
- Descansar antes de que aparezcan signos de fatiga.
- Mantenerse hidratados.

## SEÍSMOS

---

La actual situación de este planeta tan castigado por las actividades humanas hace que de un tiempo atrás hayan aumentado los movimientos sísmicos, así como las tormentas tropicales, fuertes vientos, sequías, inundaciones debido a fuertes lluvias.

Resulta complicado “defenderse” ante un movimiento sísmico pues nos puede “pillar” en el interior de un ascensor, pasando por un puente que se desploma o en otras circunstancias que hará inviable que podamos protegernos de sus efectos.

- En el caso de que suceda en un momento más favorable para nosotros, intentaremos **alejarnos de edificios altos, tendidos eléctricos u otros elementos que pudieran caer sobre nosotros**.

- En el **interior de edificios** intentaremos **colocarnos debajo de mesas** con cierta resistencia, **junto a las paredes** o **debajo del marco de algunas puertas**.

- Lo cierto es que si sobrevivimos a un fenómeno de este tipo, lo peor vendrá después: la falta de agua corriente, de alimentos y de atención médica así como el peligro de infecciones y epidemias.

- Durante el seísmo no debemos correr, nos agacharemos, nos cubriremos, nos agarraremos y esperaremos a que pase el movimiento.

- Después del seísmo **no gritaré**, puedo tragar polvo, cuidado con los pequeños incendios que se producen así como los escapes de gas al fracturar las tuberías.

- **No utilizar aparatos elevadores** aun en el caso de que funcionen. **Utilizar las escaleras** y pegados a la pared.

- Si el movimiento sucede en el interior de un vehículo y se puede frenar, bajar del mismo y alejarse de puentes, árboles y cualquier elemento susceptible de caer.

- Esperar **indicaciones a través de la radio**.



## FUERTES TORMENTAS

---

- Una buena costumbre es **consultar** casi cada día la **predicción meteorológica**. Normalmente este tipo de fenómenos son predecibles y se avisan con antelación a la población a través de los medios de información.

- Debemos pues en estos casos tomar medidas de carácter preventivo y seguir las indicaciones de las autoridades.

- En caso de tormentas y fuertes vientos deberemos tener la precaución de evitar desplazamientos largos en vehículos.

- **Tener en casa agua potable, alimentos, linterna a pilas y radio a pilas** por si se cortara el suministro eléctrico.

- **Asegurar toldos y persianas, cerrar ventanas**. Si tenemos terraza en nuestra vivienda asegurarnos de que el desagüe funciona correctamente y colocar tableros en las puertas de acceso a la misma para evitar la entrada de agua a la vivienda.

- Si estamos por la calle o en el campo, alejarnos de árboles, de fachadas en las que nos puedan caer elementos como tejas u otros. Alejarnos de elementos metálicos y altos que puedan atraer la caída de rayos.



# CONCLUSIÓN

---

Para finalizar, vuelvo a insistir en que tenemos que seguir trabajando la "prevención". Al final tiene que ser una pauta de conducta que debemos aplicar en nuestras vidas.

En lo cotidiano nos sirve, ante una gran catástrofe entrarán otros factores, posiblemente ajenos a nosotros.

**Vivamos de tal manera que reduzcamos en la medida de lo posible el porcentaje de posibilidades que tenemos de sufrir un accidente** o de vernos envueltos en el.

No finalizaré sin antes citar el siguiente texto:

*"También debes saber esto: que en los postreros días vendrán tiempos peligrosos. Porque habrá hombres amadores de sí mismos, avaros, vanagloriosos, soberbios, blasfemos, desobedientes a los padres, ingratos, impíos, sin afecto natural, implacables, calumniadores, intemperantes, crueles, aborrecedores de lo bueno, traidores, impetuosos, infatuados, amadores de los deleites más que de Dios, que tendrán apariencia de piedad, pero negarán la eficacia de ella; a éstos evita." 2ª Timoteo 3: 1-5*

Como bien puedes comprobar el Señor también nos da consejos preventivos para este tiempo que estamos viviendo y en relación a nuestra seguridad espiritual y que también debemos cuidar.

# BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA

---

1. "Guía de Prevención de Accidentes en el Hogar." (Protección Civil Municipal, Excmo. Ayuntamiento de Zaragoza).
2. "Guía Hogar Seguro en Tierra de Terremotos" (Earthquake Country Alliance y Californian Earthquake Authority).



**Departamento JAE**

c/ Alenza, 6 3º - 28003 - Madrid

[jae@unionadventista.es](mailto:jae@unionadventista.es) - [secretariajae@unionadventista.es](mailto:secretariajae@unionadventista.es)

Tel.: 91 571 69 34 - Fax: 91 571 69 38

[www.jaeonline.es](http://www.jaeonline.es)