

PREVENCIÓN

Electricidad:

- No sobrecargue los enchufes
- Compruebe antes de dejar su puesto de trabajo que los equipos eléctricos que utiliza están apagados. En caso de tener que desconectarlos tire del enchufe no del cable.
- No instale equipos o fuentes de calor sin autorización.
- Avise al Servicio de Mantenimiento o Responsable de Instalaciones si observa
 - ◆ cables deteriorados o cajas de enchufe rotas.
 - ◆ olor a plástico quemado.
 - ◆ fallos repetidos de suministros debidos a cortes en los dispositivos de protección automáticos o diferenciales.
- No utilizar enchufes intermedios dobles o triples (ladrones), esta clase de enchufes sobrecargan la línea y pueden representar un grave peligro. Solicite que sean cambiados por enchufes individuales.
- Los cables de prolongación (alargaderas), deben tener tres hilos, uno de ellos de puesta a tierra.
- No manipule ni trate de reparar objetos, aparatos o instalaciones que tengan que ver con la electricidad, a no ser que sea un experto.



Tabaco:



- Recuerde, la Universidad es un “espacio sin humo”.
- En general:
 - ◆ Fume solamente en los lugares expresamente destinados para ello.
 - ◆ Deposite las colillas y cerillas en ceniceros, compruebe que quedan bien apagados. No tire papeles en ellos.

Orden y limpieza:

- Mantenga limpio y ordenado su lugar de trabajo.
- Los pasillos y puertas que forman parte de las vías de evacuación, deben estar en todo momento libres de obstáculos. No colocar en ellos ningún tipo de mobiliario, material o aparato, ni siquiera con carácter provisional.



Laboratorios:

- Evite en lo posible trabajar sólo en el laboratorio.
- Si deja algún proceso durante la noche debe advertirlo.

- Almacene los productos químicos en lugares adecuados y respetando las incompatibilidades entre ellos.
- Etiquete correctamente los envases con productos químicos.
- Conozca y respete las normas de seguridad generales para los laboratorios.

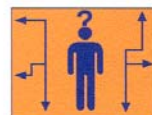
Otros:

- No maneje sustancias ni instalaciones que no conozca
- Almacene los productos inflamables lejos de fuentes productoras de chispas.

NORMAS DE PROTECCION CIVIL ADVICE ON CIVIL DEFENSE



• **Prevengase:** Localice las salidas de urgencia.
• **Take precaution:** Make sure that you know where the emergency exits are.



• **Estudie las vías para la evacuación.**
• **Make yourself familiar with the emergency exits.**



• **Si detecta humo o fuego avise a conserjería.** Evite corrientes de aire.
• **If you detect smoke or a fire, contact reception.** Do not cause draughts of air.



• **Al abrir una puerta, compruebe que no está caliente y protéjase tras ella.**
• **When you open a door first check that it is not hot and then stay behind it as you open it.**



• **Si hay humo fuera de la habitación, no salga si no está seguro de poder cruzarlo.** Cierre la puerta.
• **If there is smoke outside do not leave the room unless you are sure you can get through it.** Close the door.



• **Tapone las rendijas con telas húmedas.** No abra ventanas.
• **Block grids with damp cloths.** Do not open windows.



• **Si ha de salir y hay humo, respire a través de un pañuelo húmedo.**
• **If you must leave the room and there is smoke, breathe through a wet handkerchief.**



• **No utilice los ascensores; puede haber un corte de fluido eléctrico durante el incendio.**
• **Do not use the lifts; the electrical current may be cut during the fire.**



• **Avance agachado a gatas (el humo es más denso arriba).**
• **Crouch or crawl forward; smoke is denser higher up.**



• **De pie o agachado, avance pegado a la pared.**
• **Walk or crawl as close as possible to the wall.**



• **Si su camino está invadido por el humo, vuelva por donde ha venido.**
• **If the exit is blocked by smoke, go back the way you came.**



• **Al evacuar no recoja nada y no vuelva atrás nunca.**
• **When leaving the building do not waste time picking up your things and never go back.**



• **Si alguien la necesita deberá prestarle ayuda.**
• **Provide help for anybody who needs it.**



• **Una vez fuera, reagrupese y busque a quienes conozca para detectar si alguien quedó dentro.**
• **Once outside, regroup and check if anybody is missing.**



• **Si el fuego prende sus ropas, no corra. Tírese al suelo y ruede sobre sí mismo.**
• **If your clothes are on fire, do not run. Lie on the floor and roll over.**



• **Si el fuego prende a otro, cúbralo totalmente con una manta.**
• **If someone else is on fire, wrap a blanket around them.**

Actúe con orden y serenidad. No corra ni grite. **Recuerde que con sangre fría puede salvar su vida y la de los demás.** Demuestre que tiene sentido común y sensatez, y, si es necesario, **imponga su autoridad a los demás.**

Act calmly and orderly. Do not run or shout. **Remember that a cool head may save your own life and that of others.** Let people see that you possess common sense and, if necessary, **impose your authority on others.**

NORMAS BÁSICAS DE ACTUACIÓN EN CASO DE EMERGENCIA

UNIVERSIDAD DE CANTABRIA



Unidad de Prevención de Riesgos Laborales

www.unican.es/prevencion

Teléfonos internos: 21046/45

Teléfonos externos: 942 20 10 46/45

ACTUACIÓN URGENTE

Si usted descubre un siniestro:

- Avise al **Servicio de Seguridad**

Teléfono interno: **20999**

Teléfono externo: **942 20 09 99**

Indique claramente:

- ◆ Su nombre
- ◆ Lugar
- ◆ Tipo de incidente
- ◆ Si existen heridos



- Avise al responsable de la instalación presente.



Si se trata de un **incendio**, después de avisar al Servicio de Seguridad:

- Use el extintor de incendios cuando sea seguro hacerlo.

- Si el incendio es grave o amenaza con extenderse o bloquear su camino de escape **ABANDONE EL LUGAR INMEDIATAMENTE**

- Si no puede apagar el fuego abandone la zona cerrando puertas, ventanas y retirando materiales combustibles.

- Si existiera humo abundante, camine agachado y cubra la nariz y la boca con un pañuelo u otro tipo de prenda.

- Si su ropa se prende, no corra, ruede por el suelo.

- Nunca utilice un extintor para apagar a una persona.

- Si no se encuentra en su lugar de trabajo y tiene notificación de una emergencia, acuda al punto de reunión que corresponda a su zona de trabajo (en el Plan de Autoprotección de cada edificio se indicará cuál es el punto de reunión que le corresponde).

- Si el fuego es de origen eléctrico, la primera medida es desconectar, siempre que sea posible, el aparato o el suministro de corriente.

- Si el fuego es de un gas, cierre la válvula de salida.



¿Cómo se utiliza un extintor?

- 1 - Quite el dispositivo de seguridad.
- 2 - Compruebe el manómetro de la presión.
- 3 - Realice un disparo de prueba.
- 4 - Apunte hacia la base de las llamas.
- 5 - Apriete la válvula mientras sostiene el extintor en posición vertical.
- 6 - No apriete de forma mantenida; realice tiros cortos.
- 7 - Extienda el contenido del extintor, moviéndolo de un lado a otro cubriendo de esta manera el área de fuego.
- 8 - Con el extintor de CO₂ debe acercarse al fuego. Con el de polvo mantenga una distancia mayor de seguridad.



En caso de evacuación

- Antes de salir compruebe que no hay humo. Evite cruzar masas de humo. En todo caso agáchese, gatee y cubra la nariz y la boca con un pañuelo u otro tipo de prenda.
- Si no viese la salida debido al humo, espere en sus dependencias taponando las ranuras de la puerta para prevenir la entrada de gases y humo. Haga señales desde la ventana y avise telefónicamente al Servicio de Seguridad.
- Piense en sus compañeros, pueden necesitar ayuda para la evacuación.
- Intente mantener comunicación con el personal cercano.
- Reúnase con el resto en el punto de reunión asignado.



¿Qué puedo hacer en el trabajo diario?

- Bajo ningún concepto deben cambiarse de sitio los extintores. No almacene o sitúe cerca de algún medio de extinción (extintor portátil, boca de incendio, etc.) materiales que puedan dificultar o impedir su inmediata utilización en caso de emergencia.
- Las puertas cortafuegos pueden estar normalmente abiertas, sujetas por su imán retenedor, ningún obstáculo debe impedir su cierre en caso de emergencia. No colocar cuñas u otro freno para mantenerlas abiertas de modo artificial.
- Conozca en todo momento la situación de las salidas de emergencia.
- Asegúrese que tanto los caminos de evacuación como las salidas de emergencia están libres de obstáculos.
- Compruebe que las puertas resistentes al fuego funcionan correctamente, informando de cualquier fallo.
- Si observa anomalías en el estado de mantenimiento de algún medio de extinción (ubicación, tipo, presión, falta de precinto de seguridad, etc.) notifíquelo al Servicio de Mantenimiento o al Responsable de Instalaciones.
- Coloque en un lugar visible la extensión telefónica del Servicio de Seguridad para llamar en caso de emergencia

Teléfono interno: 20999

Teléfono externo: 942 20 09 99

- No actúe nunca sin haber llamado previamente y transmitido:

- ◆ ¿Quién soy?
- ◆ ¿Dónde estoy?
- ◆ ¿Qué estoy viendo?
- ◆ ¿Hay heridos o daños?

