



## **PLAN DE AUTOPROTECCIÓN**

**POLIDEPORTIVO ZORROZA**

*BILBAOKIROLAK*

Dirección

 INCOPE



## 1. INTRODUCCIÓN

### LEGISLACIÓN

**Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales – Art. 20**

**RD 393/2007**

*Norma Básica de Autoprotección de los centros, establecimientos y dependencias dedicados a actividades que puedan dar origen a situaciones de emergencia*

**DECRETO 277/2010**

*Por el que se regulan las obligaciones de autoprotección exigibles a determinadas actividades, centros o establecimientos para hacer frente a situaciones de emergencia*



## 1. INTRODUCCIÓN

### DEFINICIÓN

El **PLAN DE AUTOPROTECCIÓN** es un documento que regula las actuaciones que se han de seguir durante una emergencia, con la finalidad de reducir la improvisación en el caso de que se produzca cualquier incidente.

Un **Plan de Autoprotección** da respuesta a las siguientes preguntas:

**¿Qué puede pasar?**

**¿Cómo organizarse?**

**¿Qué hay que hacer y cómo hacerlo?**



# 1. INTRODUCCIÓN

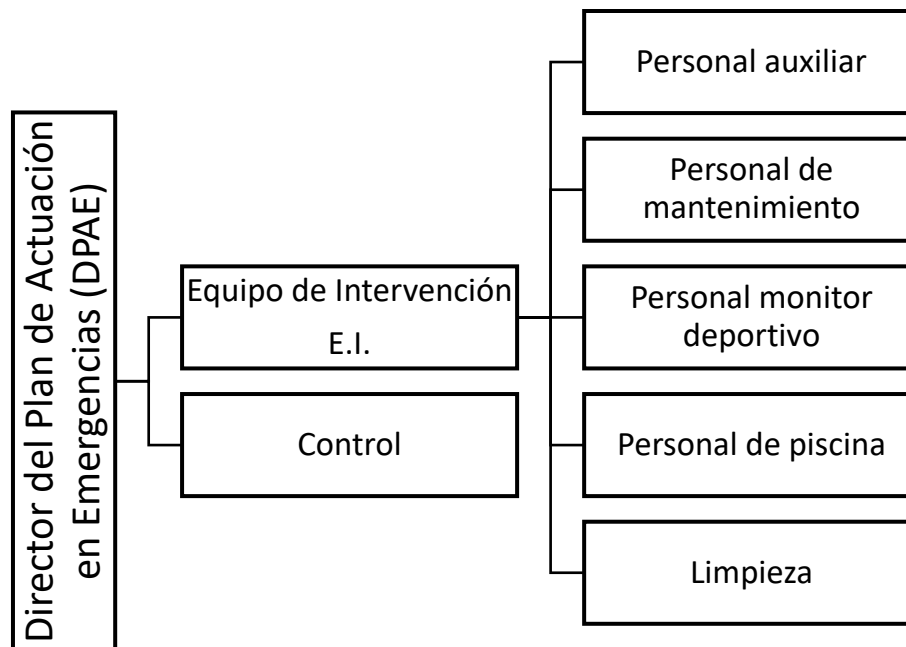
## CONTENIDO

1. Identificación de los titulares y del emplazamiento de la actividad.
  2. Descripción detallada de la actividad y del medio en el que se desarrolla.
  3. Inventario, análisis y evaluación de riesgos
  4. Inventario y descripción de las medidas y medios de autoprotección
  5. Programa de mantenimiento de instalaciones
  6. Plan de actuación ante emergencias
  7. Integración del plan en otros de ámbito superior.
  8. Implantación del Plan
  9. Mantenimiento de la eficacia y actualización del Plan
- Anexos (Planos y listado de teléfonos)



## 2. EQUIPOS Y FUNCIONES

### ORGANIGRAMA GENERAL DE MEDIOS HUMANOS



## 2. EQUIPOS Y FUNCIONES

### ORGANIGRAMA GENERAL DE MEDIOS HUMANOS

EQUIPOS DE EMERGENCIA	
EQUIPO	INTEGRANTES
Director del Plan de Actuación en Emergencia (DPAE)*	Coordinador del centro
<i>*Sustituto</i>	Personal de control
Equipo de intervención	Personal auxiliar
	Personal de mantenimiento
	Personal monitor deportivo
	Personal de piscina
	Limpieza



## 2. EQUIPOS Y FUNCIONES

### FUNCIONES

#### Director del Plan de Actuación en Emergencia (DPAE)

##### Descripción:

La persona DPAE es la responsable de coordinar la actuación.

##### Funciones:

- **Gestionar y coordinar** la organización operativa prevista ante las emergencias.
- **Recibir los avisos** y alarmas de emergencia.
- **Analizar y evaluar** la situación, **verificar** la emergencia y **emitir instrucciones** a los equipos de emergencia.



## 2. EQUIPOS Y FUNCIONES

### FUNCIONES

#### Director del Plan de Actuación en Emergencia (DPAE)

##### Funciones:

- **Dirigir y coordinar** todas las actuaciones que se lleven a cabo por el equipo de emergencias, Decidirá, con la ayuda del equipo de intervención, las actuaciones prioritarias en cada caso.
- **Declarar la emergencia general** que conlleva el concurso de la ayuda externa, procediendo a su aviso.
- Ejercer como **interlocutora ante los servicios de la ayuda externa**, a quienes facilitará el ejercicio de sus labores.
- **Recibir e informar** a los mandos de los equipos de intervención exteriores, acerca del estado en el que se encuentra la evacuación, características de las instalaciones, riesgos, etc.





## 2. EQUIPOS Y FUNCIONES

### FUNCIONES

#### Director del Plan de Actuación en Emergencia (DPAE)

##### Funciones:

- **Decidir sobre la necesidad de evacuación o confinamiento** y dar la orden de activar el aviso de evacuación.
- **Ordenar el corte del suministro** eléctrico.
- Será la encargada de dar la indicación del **final de la situación de emergencia**. Esta decisión la tomará de acuerdo con la persona responsable de los servicios exteriores de actuación en caso de que hayan intervenido.

*El teléfono 112 gestionará la información recibida y actuará en consecuencia enviando los recursos que procedan.*



## 2. EQUIPOS Y FUNCIONES

### FUNCIONES

#### Equipo de Intervención (EI)

##### Descripción:

Equipo constituido por personal del centro de trabajo que tiene como misión intervenir ante una situación de riesgo en la zona que tengan asignada, siguiendo las instrucciones y bajo la coordinación de la persona Directora del Plan de Actuación.

##### Funciones:

- **Ser avisado para acudir a la zona en la que se ha detectado la emergencia** para comprobar la situación y *actuar si fuera necesario*. Seguirán siempre las indicaciones de la DPA.



## 2. EQUIPOS Y FUNCIONES

### FUNCIONES

#### Equipo de Intervención (EI)

##### Funciones:

- **Intervención de la zona** donde se haya producido la situación de emergencia.
- **Actuar sobre la emergencia** para intentar su control utilizando los medios que disponga y en función de conocimientos.
- **Poner en marcha los mecanismos de alarma** establecidos.
- **Minimizar los efectos de la emergencia** sobre las personas y cosas.
- **Apoyar los servicios de extinción** en caso de necesidad de ayuda externa.



## 2. EQUIPOS Y FUNCIONES

### FUNCIONES

#### Equipo de Intervención (EI)

##### Funciones:

- **Extinción de incendios** mediante extintores y / o mangueras (en función de conocimientos).
- La ayuda inmediata a posibles personas heridas. **Primeros auxilios** (en función de medios disponibles y conocimientos).

##### En caso de darse la orden de evacuación:

- **Transmitir la orden de evacuación** recibida a las personas del centro de trabajo en caso de observar que no evacuan o tienen dudas. Mostrar seguridad.



## 2. EQUIPOS Y FUNCIONES

### FUNCIONES

#### Control

#### Descripción:

Es el Área que servirá de **apoyo para los avisos y llamadas** internas y externas en caso de emergencia.



## 2. EQUIPOS Y FUNCIONES

### FUNCIONES

#### Control

##### Funciones:

- **Informar** a la persona Directora del Plan de Actuación.
- Seguir las indicaciones de la DPA en cuanto a avisos:
  - Avisar al Equipo de Intervención, etc.
  - Llamar al 112. Realizar las comunicaciones con la ayuda exterior.
- En caso de llamar al 112, esperar su llegada y dirigirlos al lugar de la emergencia.
- En caso de **evacuación, controlar la entrada principal** y evitar que entre nadie.



### 3. EXTINTORES Y BIES

#### EN CASO DE INCENDIO...

#### ¿QUÉ EXTINTOR UTILIZO?

Los extintores de **POLVO POLIVALENTE (ABC)** y los de **CO2** o **NIEVE CARBÓNICA**, son los dos tipos de extintores que vas a encontrar habitualmente. Es fácil distinguirlos, sobre todo por la forma de la lanza:

- **EXTINTORES DE POLVO: (Fuegos A, B o C)** son adecuados para casi todos los tipos de incendio que te puedes encontrar. Por eso es el tipo más difundido.
- **EXTINTORES DE CO2:** son apropiados para incendios en equipos delicados, pero con menos eficacia que los extintores de polvo. Equipos electrónicos, documentación y salas frías (rack).

#### Tipos de fuegos:

**Tipo A:** fuego de materiales sólidos

**Tipo B:** fuego de líquidos inflamables

**Tipo C:** fuego de gases inflamables



### **3. EXTINTORES Y BIES**

#### **EN CASO DE INCENDIO...**

#### **¿CÓMO UTILIZO EL EXTINTOR?**

- 1** Elegir el extintor adecuado.
- 2** Descolgar de la pared y apoyarlo en el suelo.
- 3** Quitar el pasador de seguridad.
- 4** Asegurarse de que existe vía de escape.
- 5** Realizar un disparo de prueba.
- 6** Sujetar el extintor por la boquilla con una mano y, con la otra, dirigir la lanza.
- 7** Presionar la válvula y dirigir el agente extintor a la base de las llamas en zig-zag, avanzando a medida que las llamas se van apagando.





### 3. EXTINTORES Y BIES

#### EN CASO DE INCENDIO...

#### ¿CÓMO UTILIZO UN EXTINTOR?

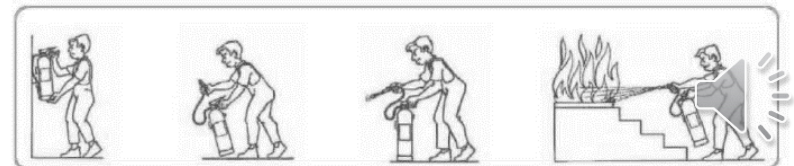
**8** No descargar el extintor a distancia del fuego, desperdiciará su carga.

**9** En caso de utilizar extintores de CO<sub>2</sub>, tener en cuenta su duración, pues cuando se acabe el CO<sub>2</sub>, empezará a salir aire que avivará el fuego.

**10** No despedir la carga del extintor:

- La carga de un extintor de polvo polivalente de 6kg dura entre 12 y 14 segundo.
- La carga de un extintor de 5kg de CO<sub>2</sub> dura entre 20 y 25 segundos.

**11** Asegurarse que el fuego está apagado y permanecer alerta.



### **3. EXTINTORES Y BIES**

#### **EN CASO DE INCENDIO...**

#### **¿CÓMO UTILIZO UNA BIE?**

Una BIE dispone de entrada de agua, válvula de corte y manómetro, dentro de un armario.

Para utilizarlas es necesario una formación previa.

Utilizan agua como agente extintor. Por lo tanto, su utilización en fuegos con presencia de tensión eléctrica no está indicada.

Pueden ser de 25mm (los más usuales) y de 45mm.

#### **BIE de 25mm**

Debe ser utilizada por personas formadas.

No es necesario la extensión total de la manguera.

No presenta dificultades en cuanto a su extensión.

#### **BIE de 45mm**

Requiere de dos o más personas con formación específica en el uso de este tipo de bocas de incendio.

Se debe extender totalmente para su utilización.

Puede presentar dificultades en su extensión.



## 4. EVACUACIÓN

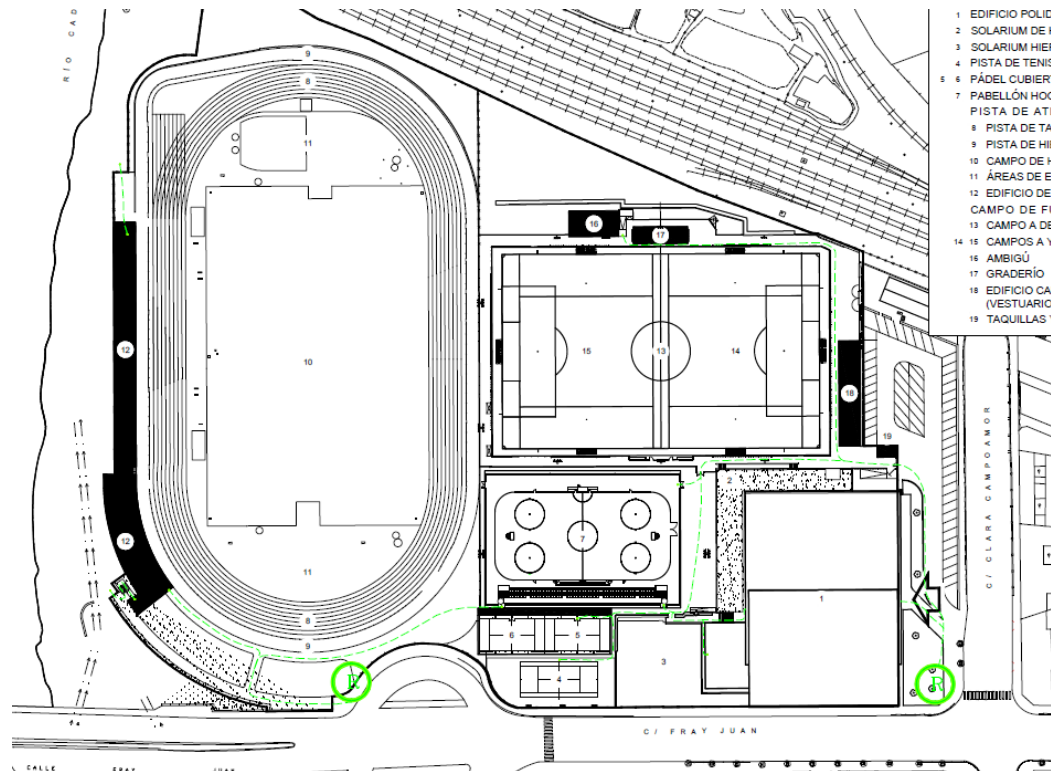
### PAUTAS BÁSICAS

- **Respete en todo momento las indicaciones** de los integrantes de- los “Equipos de Emergencia” de su zona de trabajo.
- **Evacúe por la salida más próxima** al lugar donde se encuentre.
- Si sabe de alguna persona que se encuentra en algún lugar donde no pueda percatarse de la emergencia, **comuníquelo a los integrantes de los “Equipos de Emergencia”**.
- Si las condiciones de seguridad lo permiten, **desconecte sus equipos eléctricos** antes de abandonar su puesto de trabajo.
- **No vuelva sobre sus pasos a recoger objetos personales** o a buscar a otras personas.
- **Cierre puertas y ventanas al salir de una estancia** para evitar la expansión del fuego. Al terminar de evacuar una sala, colocar un objeto frente a la puerta cerrada para que se sepa que no hay nadie.
- **No utilice los ascensores.**
- No se quede parado en las vías de evacuación. **Diríjase hacia el “Punto de Reunión Exterior”** y, una vez allí, comunique que ha salido sin incidentes. Traslade también cualquier otra incidencia que hubiera observado durante su evacuación.



## 4. EVACUACIÓN

### VIAS DE EVACUACION

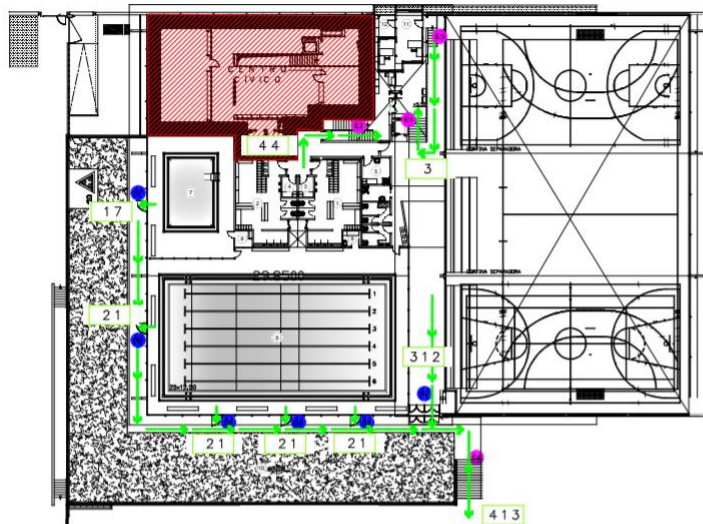


RECINTO



## 4. EVACUACIÓN

### VIAS DE EVACUACION



- 1, 2 VESTUARIOS 01 Y 02 (Y Y)
- 3, 4, 5 VESTUARIOS 11, 12 Y 13
- 6 PISCINAS CUBIERTAS:
- 7 PISCINA GRANDE
- 8 PISCINA RECREATIVA
- 9 BOTIQUÍN
- 10 ALMACÉN
- 11 SOLARIUM CESPED ARTIFICIAL
- 12 OFICINA
- 13 ALMACÉN

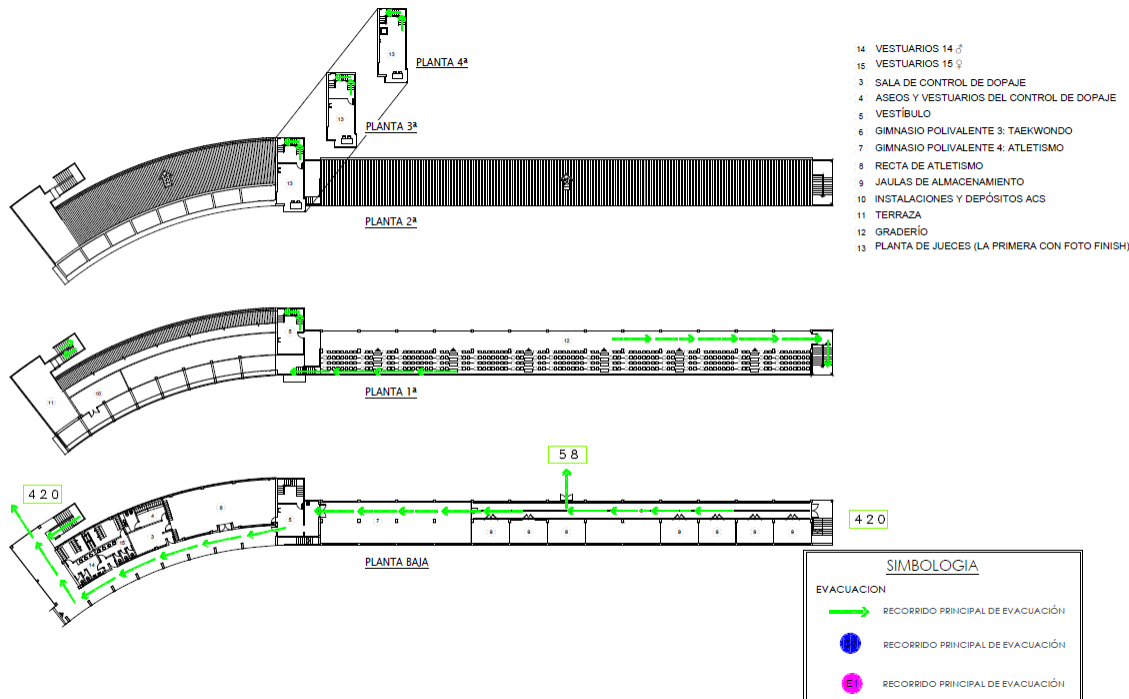
PLANTA  
PRIMERA



## 4. EVACUACIÓN

### VIAS DE EVACUACION

### PISTAS DE ATLETISMO



## 4. EVACUACIÓN

### PUNTO DE REUNIÓN EXTERNO

**PUNTO DE REUNIÓN 1:**  
**JUNTO A LA FACHADA PRINCIPAL**

**PUNTO DE REUNIÓN 2:**  
**JUNTO A LA PUERTA EXTERIOR DE LA PISTA DE ATLETISMO**



El punto de reunión se situará junto a la fachada principal del edificio polideportivo, en la esquina entre la calle Clara Campoamor y la BI-634.

Si la emergencia afecta al graderío de Atletismo, pabellón de Hockey o pistas de Padel y Tenis, el punto de reunión puede situarse junto a la puerta exterior de la pista de Atletismo.



## 4. EVACUACIÓN

### INSTRUCCIONES DE ACTUACIÓN – CONTROL

En caso de decretarse la evacuación, desbloquear de forma manual los tornos y activar las sirenas interiores.

Transmitir por megafonía la orden de evacuación con el siguiente mensaje:

***SEGURTASUN ARRAZOIENGATIK EGOITZA HAU UTZI BEHAR DA. ARDURADUNEN  
ADIERAZPENAK JARRAITU ELKARGUNE ETA ELKARTZE PUNTURA IRITZI ARTE.  
ATENCIÓN, ATENCIÓN, POR RAZONES DE SEGURIDAD VAMOS A PROCEDER A LA  
EVACUACIÓN DEL EDIFICIO. SIGAN LAS INDICACIONES DEL PERSONAL RESPONSABLE  
HASTA LLEGAR AL PUNTO DE REUNIÓN.***

Repetirla TRES VECES y dirigirse al Punto de Reunión al igual que el resto de personas.





## 4. EVACUACIÓN

### INSTRUCCIONES DE ACTUACIÓN – EQUIPO DE INTERVENCIÓN

Si se decreta la **evacuación**:

- Ir a la **zona o punto** que tenga **asignado**.
- **Indicar** la necesidad de abandonar el edificio y la **vía que se debe seguir**.
- **Eliminar** cualquier **obstáculo** que exista en las vías de evacuación.
- Antes de abandonar la zona que se encuentra a su cargo, efectuará un “**BARRIDO**” de la misma, comprobando que no queda nadie.
- Atenderá a todas las personas que le informen de la ausencia o desaparición de acompañantes tras la evacuación, concentrándoles en el **PUNTO DE REUNIÓN** previsto a tal fin, e informe de dichas ausencias.



## **5. PROCEDIMIENTO GENERAL EN EMERGENCIAS**

Ante cualquier situación de emergencia, el puesto de recepción se convierte en el centro de comunicaciones, asumiendo la responsabilidad de las mismas las personas situadas en el control de accesos al recinto.

Se deberán seguir en todo caso las indicaciones del DPAE.



## 5. PROCEDIMIENTO GENERAL EN EMERGENCIAS

### INSTRUCCIONES DE ACTUACIÓN – CONTROL

- Cuando se le explique la situación de emergencia que se ha producido, **asegúrese de que lo ha entendido bien y confírmelo.**
- Sobre todo, asegúrese de cual es el lugar exacto donde ha sucedido.
- En caso de que se active la **alarma de incendios compruebe la zona en el panel.**
- Deberá **informar al E.I. sobre la localización** de la emergencia para que puedan acudir y verificar esta y atajarla en caso necesario.
- **Llame a los servicios externos** de emergencias si así se lo indica el DPAE, para ello dispone del **Directorio de Comunicación.**



## **5. PROCEDIMIENTO GENERAL EN EMERGENCIAS**

### **PAUTA GENERAL EN CASO DE INCENDIO**

<b>R</b>	RESCATE	Debemos rescatar a las personas en grave peligro. No procederemos al rescate si podemos ponernos en peligro nosotros mismos.
<b>A</b>	ALARMA	Debemos avisar a compañeros y al Director del Plan de Actuación para que ponga en marcha los mecanismos de actuación oportunos.
<b>C</b>	COMPARTIMENTACIÓN	Cerraremos puertas y ventanas para retrasar la propagación del incendio.
<b>E</b>	EXTINCIÓN	Una vez llevadas a cabo las acciones anteriores, intentaremos extinguir conatos de incendio.



## 5. PROCEDIMIENTO GENERAL EN EMERGENCIAS

### PAUTA GENERAL EN CASO DE INCENDIO

#### ¿QUÉ HAGO SI DETECTO UN INCENDIO?

- **Avisar** al DPA + El de esa zona de la situación de la emergencia.
- Comenzará a **atacar el fuego** por medio de los medios que se encuentren a su alcance.
- Una vez **conseguida la extinción**, esperará en el lugar del siniestro a DPA.
- En caso de **no lograr la extinción**, evitar en lo posible la propagación.
- Una vez personados el resto de miembros del E.I., y si no es precisa su ayuda, permanezca a la espera de instrucciones desde lugar seguro y con vía de escape inmediata.



## **5. PROCEDIMIENTO GENERAL EN EMERGENCIAS**

### **PAUTA GENERAL EN CASO DE INCENDIO**

#### **DIRECTOR DEL PLAN DE ACTUACIÓN**

**Limitar, en la medida de lo posible la propagación del incendio:**

Alejar el material combustible o inflamable, encerrar el incendio (cerrar puertas, ventanas, etc.).

Cortar los fluidos que puedan alimentar el incendio.

**Analizar la forma de controlar el incendio** con los medios disponibles determinando los medios de extinción adecuados: Extintores portátiles (polvo, CO<sub>2</sub>).

**Decretar y asistir en la evacuación.**

**Esperar la llegada de los servicios externos (BOMBEROS)** y explicarles las características del incendio, del local, de posibles materiales inflamables y de posible personal atrapado.



## **5. PROCEDIMIENTO GENERAL EN EMERGENCIAS**

### **PAUTA GENERAL EN CASO DE FUGA DE GAS**

#### **¿QUÉ HAGO SI DETECTO UNA FUGA DE GAS?**

- Alejar** a las personas no imprescindibles y **acordonar** el área.
- Ventilar** la zona abriendo puertas y ventanas.
- Avisar** a la compañía suministradora.
- Si la fuga ha sido importante destapar los registros de cloacas, conducciones, teléfonos, etc.

*\*Compete al DPAE, decretar el fin de la emergencia cuando la fuga se haya controlado y se haya ventilado adecuadamente el lugar afectado.*



## **5. PROCEDIMIENTO GENERAL EN EMERGENCIAS**

### **PAUTA GENERAL EN CASO DE ACCIDENTE GRAVE**

#### **¿QUÉ HAGO SI OCURRE UN ACCIDENTE GRAVE?**

El DPA + IE se dirigirán inmediatamente al lugar de la emergencia.

**P.A.S.** (1 PROTEGER – 2 AVISAR – 3 SOCORRER):

1.- PROTEGER EL LUGAR DONDE SE HA PRODUCIDO UN ACCIDENTE, O A UN ENFERMO, PARA IMPEDIR QUE SE PROVOQUE OTRO Y ADEMÁS PONGAMOS EN PELIGRO NUESTRA SEGURIDAD.

2.- AVISAR A LOS SERVICIOS DE EMERGENCIA EXTERNOS (TLFNO. 112) PARA LO CUAL DAREMOS LA MAYOR CANTIDAD POSIBLE DE DATOS, LO HAREMOS DE LA FORMA MÁS CLARA Y DESPACIO POSIBLE.

3.- SOCORRER A LA VICTIMA





## 5. PROCEDIMIENTO GENERAL EN EMERGENCIAS

### INSTRUCCIONES DE ACTUACIÓN - PERSONAL DEL PUESTO DE CONTROL

- En el momento en que se active la alarma, **acudir a la centralita** para comprobar la zona de activación de la alarma, y silenciarla pulsando el botón de “**SILENCIAR ZUMBADOR**”.
- Ir a la zona indicada en la centralita de alarma para **comprobar la situación**.
- En caso de una situación de **incendio real**, comenzará a **atacar el fuego**.
- En caso de no lograr la extinción, se **evitará** en lo posible la **propagación** del mismo.
- **Activar la alarma general** del centro para avisar al personal presente.



## 5. PROCEDIMIENTO GENERAL EN EMERGENCIAS

### INSTRUCCIONES DE ACTUACIÓN - PERSONAL DEL PUESTO DE CONTROL

- **Avisar** a los servicios externos llamando al teléfono **112**.
- Antes de abandonar la zona, efectuará un “**BARRIDO**” de la misma, comprobando que no queda nadie.
- Dirigirse al exterior del edificio, concentrando a los evacuados en el **PUNTO DE REUNIÓN** previsto a tal fin, e informe de ausencias.



**La organización interna de la emergencia no pretende que se sustituya a los Servicios Exteriores, sino realizar las actuaciones más inmediatas hasta que éstos lleguen y se hagan cargo de la emergencia.**



GRACIAS POR VUESTRA ATENCIÓN

