STRATERRA
PREPARACION FAMILIAR | SISMOAYUDA COLOMBIA

PLAN

PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIAS

Formato practico para reconocer riesgos, asignar roles, comunicarse, evacuar cuando corresponda y mejorar.

GUIA ORIGINAL Y LISTA PARA IMPRIMIR

Version 1.0 | Septiembre de 2026

Cómo construir el plan

Organizarse antes reduce la improvisación

Reúnan a todas las personas del hogar. Incluyan a niñas, niños, personas mayores, personas con discapacidad, visitantes frecuentes y animales bajo cuidado. Completen el plan con información real, pero guárdenlo en un lugar protegido.

CICLO DEL PLAN	Reconocer riesgos - Decidir acciones - Practicar - Evaluar - Mejorar. No todos los escenarios requieren evacuar.

Identificación del hogar

Nombre del hogar o grupo _____	Municipio / barrio o vereda _____
Dirección o referencia _____	Número de personas _____
Responsable del plan _____	Fecha de elaboración _____
Próxima revisión _____	Lugar donde se guarda _____

Acuerdos iniciales

[ ] Todas las personas conocen las salidas.	[ ] Se definieron dos puntos de encuentro.
[ ] Hay un contacto fuera del sector.	[ ] La mochila de emergencia está accesible.
[ ] Se incluyeron animales y apoyos especiales.	[ ] El plan se revisará al menos dos veces al año.

Paso 1

Reconozca amenazas y condiciones

Considere amenazas naturales, tecnológicas y del entorno. Observe también factores que podrían aumentar el daño: muebles sin asegurar, redes de gas, vidrios, escaleras, accesos estrechos, inundación local o cercanía a laderas y cuerpos de agua.

Amenaza o situación	¿Dónde puede ocurrir?	¿Quién requiere apoyo?	Acción preventiva

RECUERDE

Consulte mapas, rutas y orientaciones del municipio. Un sismo, una inundación, un incendio o una fuga pueden requerir respuestas diferentes.

Paso 2

Reduzca riesgos dentro del hogar

[ ] Asegurar estantes, televisores y objetos pesados.	[ ] Mantener salidas, escaleras y pasillos despejados.
[ ] Identificar llaves de agua, gas y tablero eléctrico.	[ ] Revisar instalaciones eléctricas y de gas con personal competente.
[ ] No ubicar objetos pesados sobre camas o zonas de permanencia.	[ ] Contar con detector de humo cuando sea viable.
[ ] Revisar extintor y aprender su uso seguro.	[ ] Proteger vidrios o alejar zonas de descanso.
[ ] Identificar lugares de protección frente a sismo.	[ ] Mantener la mochila de emergencia accesible.
[ ] Preparar apoyo para movilidad, visión, audición o comunicación.	[ ] Definir cómo transportar o contener animales.

Acciones prioritarias del hogar

Acción	Responsable	Fecha límite	Estado

Paso 3

Defina roles y apoyos

Los roles deben ajustarse a las capacidades reales. Nadie debe exponerse para cumplir una tarea. Prevea reemplazos por si alguna persona no está en casa.

Función	Responsable	Reemplazo	Qué debe hacer
Coordinar			Activa el plan, verifica información y mantiene la calma.
Comunicaciones			Envía mensajes breves y contacta al enlace externo.
Apoyo prioritario			Acompaña a quien requiere movilidad, medicación o cuidado.
Animales			Usa correa, guacal o elemento definido.
Mochila y cierre			Toma la mochila y verifica la salida solo si es seguro.

Personas que requieren apoyo

Persona / animal _____	Apoyo requerido _____
Quién apoya _____	Equipo necesario _____
Persona / animal _____	Apoyo requerido _____
Quién apoya _____	Equipo necesario _____

Paso 4

Prepare comunicación y encuentros

Durante una emergencia las llamadas pueden fallar o congestionar las redes. Acuerden mensajes breves, un contacto fuera del sector y qué hacer si no logran comunicarse.

Contacto principal _____	Teléfono _____
Contacto fuera del sector _____	Teléfono _____
Institución educativa / trabajo _____	Teléfono _____
Administración / vecino de apoyo _____	Teléfono _____
Servicio médico / EPS _____	Teléfono _____
Veterinario o apoyo animal _____	Teléfono _____

Puntos de encuentro

Punto cercano _____	Cómo llegar _____
Punto alterno fuera del sector _____	Cómo llegar _____

MENSAJE ACORDADO	Ejemplo: "Estoy bien. Voy al punto alterno. No llames; responde por mensaje". No comparta públicamente direcciones, documentos o información médica.

Paso 5

Trace rutas y decisiones

Dibuje un plano sencillo del hogar. Marque salidas, escaleras, llaves de servicios, botiquín, extintor, mochila, zonas de protección y obstáculos. Añada una ruta principal y otra alternativa.

[ ] Ruta principal comprobada.	[ ] Ruta alternativa comprobada.
[ ] Punto cercano identificado.	[ ] Punto alterno identificado.
[ ] Llaves de servicios localizadas.	[ ] Accesibilidad verificada.

Importante: evacuar no siempre es la acción correcta. Defina previamente las medidas apropiadas para cada amenaza y siga las instrucciones oficiales.

Paso 6

Practique un simulacro seguro

[ ] Definir objetivo y escenario.	[ ] Avisar a todas las personas participantes.
[ ] No usar fuego, humo ni objetos peligrosos.	[ ] No bloquear vías ni generar alarma pública.
[ ] Cronometrar solo si no induce conductas riesgosas.	[ ] Probar comunicación y puntos de encuentro.
[ ] Registrar dificultades sin datos personales públicos.	[ ] Finalizar con evaluación y acciones de mejora.

Registro del ejercicio

Fecha y hora _____	Escenario practicado _____
Objetivo _____	Participantes _____
Tiempo de respuesta _____	Observador/a _____

¿Qué funcionó?	¿Qué debe mejorar?

Paso 7

Convierta hallazgos en mejoras

Hallazgo	Acción correctiva	Responsable	Plazo	Verificado

Calendario

Próximo simulacro _____	Próxima revisión de mochila _____
Próxima revisión del plan _____	Responsable de convocar _____

Fuentes y uso responsable

El plan se adapta al territorio

EN UNA EMERGENCIA REAL

Proteja la vida, llame al 123 cuando sea seguro y siga las instrucciones de las autoridades. No ingrese a estructuras dañadas ni realice rescates para los que no está entrenado.

Fuentes oficiales consultadas

• UNGRD - MAGMA. Plan Familiar de Emergencias: herramienta para reaccionar y organizarse ante emergencias en el hogar.
https://portal.gestiondelriesgo.gov.co/magma/Paginas/recursos.aspx

• UNGRD. Simulacro Nacional de Respuesta a Emergencias 2026: enfoque validar, decidir y mejorar; preparación familiar y comunitaria.
https://portal.gestiondelriesgo.gov.co/simulacro

• Servicio Geológico Colombiano. Información de preparativos ante un sismo.
https://www.sgc.gov.co/sismos

Practique con SismoAyuda Colombia
Cree un simulacro, use grupos privados y ensaye el estado "Estoy bien". La plataforma es un piloto ciudadano: no predice sismos, no reemplaza al 123 y no genera atención oficial.

https://sismo.straterracol.com

Elaboración editorial: STRATERRA S.A.S. Recurso educativo original, versión 1.0, septiembre de 2026. Puede compartirse sin modificar y conservando la atribución.