

MANUAL DE SEGURIDAD INTEGRAL CONSEJOS PRÁCTICOS DE SEGURIDAD

En **UPAEP** nuestro compromiso es con tu salud y bienestar, por ello a través del Departamento de Seguridad, hemos desarrollado este manual en donde te mostramos las acciones que, en comunidad, debemos hacer para cuidarnos.

¡Porta tu credencial!



Tu credencial acredita tu estatus como estudiante, profesor o colaborador. Debes presentarla para ingresar a los diferentes edificios del campus y mostrarla al personal del Departamento del área de seguridad Institucional.

Te cuidas tú, nos cuidamos todos.



La cultura de la prevención es fundamental para el bienestar de la comunidad **UPAEP**. Es importante tener presente los siguientes puntos:

Información + Observación + Comportamiento Inteligente = Prevención

INFORMACIÓN:

Conoce el Reglamentos General de Estudiantes y Usuarios de Servicios Académicos, las normas de estacionamientos UPAEP, las políticas y protocolos del Sistema de Integridad Institucional. Infórmate en: <https://www.upaep.mx/sistemadeintegridad>

OBSERVACIÓN Y COMPORTAMIENTO INTELIGENTE:



En la calle:

- Observa tu entorno y mantente alerta de cualquier situación de peligro (lugares oscuros, individuos con comportamientos erráticos, automóviles sospechosos, etc). Si es necesario regresa y **busca una ruta más segura**.
- Cuando camines por la vía pública hazlo **acompañado** siempre que sea posible, especialmente en horas de poca luz.
- No seas ostentoso, evita llamar la atención con artículos personales como joyería y equipos electrónicos.
- Lleva tu bolso pegado al cuerpo y bajo el brazo.
- Camina con paso seguro, mostrando con tu lenguaje corporal que sabes dónde te encuentras y que tienes el control de tu entorno.
- Al caminar por la vía pública evita aislarte usando celular o equipos de sonido personales.
- Cuídate de los desconocidos que piden que te acerques a su carro.
- Si alguien te sigue, entra en un lugar concurrido y pide ayuda.
- Evita hablar con desconocidos, aléjate de ellos y si la persona es insistente, entra en un lugar concurrido y solicita apoyo.
- Siempre que sea posible, camina en **sentido contrario a la circulación** de los automóviles, de esta forma evitas que alguno se acerque sin darte cuenta.

- Cruza las calles con precaución.
- Nunca prestes a un desconocido tu teléfono celular.
- Reporta inmediatamente cualquier situación, persona o actividad sospechosa.



Al estacionarte:

- Siempre que sea posible evita dejar tu automóvil en la vía pública.
- No te estaciones en lugares solitarios.
- Cerciórate de cerrar tu automóvil y activar la alarma.
- No dejes artículos de valor o bolsas a la vista, utiliza la cajuela.
- No te estaciones en lugares prohibidos, podría ser retirado por una grúa.
- Al dirigirte a tu automóvil, ten a la mano las llaves y abórdalo lo más pronto posible.
- Si detectas alguna avería, pide ayuda a un amigo o personal de la Universidad, los desconocidos deben ser tu última opción.
- Reporta inmediatamente cualquier situación, persona o actividad sospechosa.



En la Universidad:

- Nunca dejes valores y/o equipos electrónicos sin vigilancia en las aulas, biblioteca o áreas comunes, pide a un amigo que los cuide o llévalos contigo.
- Pon cuidado especial en no extraviar artículos personales prioritarios, tales como llaves de la casa, del automóvil; tarjetas de crédito, credencial del INE, entre otros.
- Reporta inmediatamente cualquier acoso, agresión física o verbal que recibas, de parte de los estudiantes, profesores o personal administrativo <https://www.upaep.mx/sistemadeintegridad>
- Utiliza los medios que la Institución pone a tu servicio para el trabajo colaborativo entre compañeros y profesores, como son “Google chat” y “Google Meet”. Puedes acceder a ambas herramientas con tu correo institucional, evitando con ello el mal uso de tus datos personales al usar opciones más vulnerables.
- Memoriza las rutas de evacuación de tu escuela o facultad.
- No te involucres en peleas, no las provoques, ni participes en ellas.
- Reporta inmediatamente cualquier situación, persona o actividad sospechosa.



En el transporte público

- Planea tu ruta con anticipación. Determina en dónde abordarás y en dónde descenderás.
- Selecciona estaciones o paradas que no estén desoladas o mal iluminadas.
- Evita utilizar las paradas de autobús ubicadas en áreas conflictivas.
- Prepara la cuota por anticipado.
- Lleva pegado tu bolso al cuerpo y bajo el brazo. Cuida tu cartera o celular.
- Mantente alerta y toma el control de tu entorno.
- Toma las rutas que conoces, si necesitas experimentar con una nueva ruta, hazlo de día y/o acompañado.



En la oficina:

- Siempre que salgas, ciérrala con llave.
- Nunca dejes dinero u otro tipo de valores en tu escritorio, esté cerrado o no.
- Al retirarte, cierra tu oficina, apaga por completo tu computadora y regulador.

- Apaga y desconecta todos los demás equipos que puedan sobrecalentarse y provocar un incendio.
- Si nos visita alguien ajeno a la comunidad universitaria asegúrate de referirlo únicamente al lugar que busca.
- Recuerda reportar inmediatamente cualquier situación, persona o actividad sospechosa.



Evita el secuestro:

El miedo a ser secuestrado no debe convertirse en una obsesión, pero es recomendable prepararse. Pon en práctica las siguientes recomendaciones:

- Estar siempre alerta y desconfiado. No ignores circunstancias extrañas o inusuales, repórtalas a la autoridad.
- Trata de no establecer rutinas. Cambia rutas y horarios en la medida posible.
- Asegúrate de tener una manera de comunicarte en caso de emergencia.
- Registra, actualiza y verifica los datos completos de tu personal doméstico, empleados y demás servicios.
- No comentes en lugares públicos ni con gente extraña tus logros económicos o los de tu familia. Evita que conozcan tu liquidez y capacidad financiera.
- No seas ostentoso, vístete con accesorios modestos.
- No proporciones a desconocidos datos personales o los de tu familia, usa con precaución y responsabilidad el Internet y las redes sociales.

- No hagas citas con desconocidos y menos en lugares poco frecuentados o muy apartados.
- Informa a tus familiares, amigos, compañeros de trabajo o empleados sobre el lugar hacia donde te diriges o con quién vas a reunirte.
- No manejes tu dinero en una sola cuenta bancaria, lleva contigo poco efectivo y una sola tarjeta de crédito.



En caso de extorsión telefónica:

- Si alguien te llama y dice que uno de tus familiares ha sido secuestrado o detenido; mantén la calma, escucha con atención al extorsionador y no intercambies palabras, cuelga cuando lo creas conveniente.
- En la medida de lo posible anota el número, día y hora de la llamada.
- Intenta localizar inmediatamente al familiar involucrado y comunícale lo sucedido.
- Si lograste establecer comunicación con tu familiar y recibes una nueva llamada, cuelga. Si no logras comunicarte, escucha y cuelga.
- En caso de que la llamada haya sido realizada a tu domicilio, descuelga el teléfono por un par de horas.
- Si la llamada fue hecha a tu celular, evita contestar en caso de no reconocer el número entrante.
- Marca al 911

Las modalidades de extorsión más lucrativas son:

- Familiar secuestrado o detenido.
- Amenaza de secuestro o muerte.

**Consejos prácticos sobre el uso responsable del Internet y las Redes Sociales:**

- Cuando te registres en alguna red social, procura no proporcionar toda tu información personal y socioeconómica.
- Procura no incluir fotos de tus familiares y seres queridos, la seguridad comienza por uno mismo.
- Utiliza con responsabilidad los dominios personales destinados para tus familiares, conservando la privacidad de los mismos.

La intimidación por Internet consiste en la propagación de mentiras y rumores acerca de una persona, insultos y ataques a la sexualidad o a la apariencia física, el engaño para revelar información personal que después es publicada, y la publicación de información personal identificable o de fotografías sin el consentimiento de la víctima.

La tecnología utilizada para intimidar a los usuarios incluye teléfonos celulares, programas de mensajes instantáneos, salas de chat, e-mail, redes sociales como Facebook y Twitter, sitios web, encuestas y publicaciones instantáneas en Internet. Por lo tanto, se recomienda lo siguiente:

- Dile directamente a la persona que te esté hostigando: “Déjame en paz, deja de hostigarme. No me vuelvas a contactar”.
- No respondas a ningún otro comentario que el hostigador te haga. No respondas sus e-mails, burlas o mentiras.
- Registra todas sus conversaciones en el chat y mensajes instantáneos e imprime una copia como evidencia. Guarda todos los e-mails y mensajes de texto, así como mensajes o correos de voz. También guarda las pantallas de conversación. Graba todos los archivos en tu disco duro.
- En caso de hostigamiento por correo electrónico, contacta al proveedor de Internet del hostigador y registra una queja. Si un sitio web ofensivo ha publicado sobre ti, contacta al servicio de alojamiento de la página web. Si ha habido publicaciones en foros o carteleras, contacta a los moderadores.
- Recuerda que algunas clases de intimidación son ilegales. Denuncia tales acciones a los agentes locales del orden presentando copias del material recopilado, en la **Fiscalía General del Estado, boulevard 5 de mayo y 31 de oriente, colonia ladrillera de Benítez Tel: 222 211 78 00 y 222 2117900.**



Reportes de Incidentes:

Para reportar algún incidente o problema de seguridad, puedes hacerlo directamente en el **Departamento de Seguridad Institucional** o a través de cualquier área administrativa o a la dirección de tu Unidad Académica.

Área de vigilancia



Genaro Loya Azura



Planta baja del edificio "D" / 13 Poniente #1927



222 2299491 / 222 2299464



genaro.loya@upaep.mx

Módulo de acceso



Responsables: Lic. Ana María Mosqueda Mosqueda, Lic. Ivett Cesar Pérez



21 Sur 1103



Números de emergencia UPAEP:

222 2299464 ó al 222 2299400 Ext. 7464, 7577.



Alertas de Seguridad:

En caso de que exista algún tipo de actividad criminal o peligrosa del que se requiera informar a la comunidad universitaria, el Departamento de Seguridad Institucional es el responsable de hacerlo a través de los medios que considere más efectivos.

Te invitamos a denunciar de manera oportuna en caso de sufrir algún suceso. Utiliza la senda segura para desplazarte a los diversos edificios de la Universidad, mantente alerta. ¡Tú te cuidas, nos cuidamos todos!



Sismos

Sonará una alarma que indica que debes desalojar inmediatamente las instalaciones en las que te encuentres. En esos casos, mantén la calma y sigue las indicaciones del personal de seguridad, identificado con chaleco naranja o amarillo. Participa de forma consciente y activa en los simulacros.

Ante la contingencia de **SISMO** te recomendamos:

Antes

- Localiza los puntos de reunión, salidas de emergencia y rutas de evacuación.
- Identifica los lugares de menor riesgo: pilares, columnas, vigas, travesaños y muros de carga, sin cristales cercanos.

Entre las herramientas de prevención con que cuenta la Universidad, destaca el Sistema de Alerta Sísmica ubicado estratégicamente, el cual recibe la señal del Sistema de Alerta Sísmica de la Unidad de Protección Civil Municipal y emite un aviso que nos previene de 30 a 60 segundos de anticipación de un sismo.

Durante

- Sigue las indicaciones de los brigadistas.
- Utiliza las escaleras principales y de emergencia, al descender evita quedarte en el descanso o al pie de las mismas para no impedir el tránsito de los demás.
- Dirígete a los puntos de reunión identificados en el piso por los círculos en color verde.
- Evacúa las instalaciones de manera ordenada, no grites, no corras y no empujes.
- Mantén la calma, si puedes tranquiliza a las personas que lo requieran.
- Apaga cigarrillos o cualquier objeto que pueda provocar un incendio.
- Retírate de ventanas, lámparas, cancelas, equipo o maquinaria que pueda caer.
- Aléjate de objetos calientes, cables de luz y alta tensión.

Después

- Espera la llegada de las brigadas de emergencia, quienes revisarán los inmuebles.
- Si es posible ayuda a personas lesionadas, no trates de moverlas, a menos que estén en peligro.
- No enciendas cerillos ni equipo que origine alguna flama.
- No realices llamadas de pánico para no saturar las líneas telefónicas.



Incendios

Antes

- No sobrecargues los enchufes con demasiadas clavijas, distribúyelas o solicita la instalación de circuitos adicionales, es mejor usar un multicontacto.
- Desconecta todos los aparatos eléctricos cuando no estén en uso.
- En caso de existir una fuga de gas no enciendas ni apagues las luces.
- Utiliza los líquidos inflamables y aerosoles sólo en lugares ventilados, lejos de fuentes de calor y energía eléctrica, ya que pueden encenderse y provocar quemaduras al instante
- Apaga perfectamente los cerillos y las colillas de cigarrillos, y NO los tires en el bote de basura, utiliza ceniceros o recipientes con arena para depositarlos.

Durante

- Si hueles o ves que existe humo o fuego, activa de inmediato la alarma de contingencia y grita la palabra FUEGO.
- Conserva la calma y procura tranquilizar a tus compañeros o amigos: **NO CORRO, NO GRITO, NO EMPUJO.**
- Dirígete a la puerta de salida que esté más alejada del fuego.
- En caso de que el fuego obstruya las salidas, no te desespere y aléjate lo más posible de las llamas, procura bloquear totalmente la entrada del humo tapando las rendijas con trapos húmedos y llama la atención sobre tu presencia para que seas auxiliado a la brevedad.

- Si hay gases y humo en la ruta de salida, desplázate a nivel de piso y de ser posible tápate nariz y boca con un trapo húmedo.
- Si el incendio afecta al edificio y la densidad del humo te permite salir, respira a través de una prenda mojada y ve a la calle rápidamente, pero sin correr.
- No utilices los elevadores, usa siempre las escaleras para evacuar un edificio.
- Sigue las instrucciones del personal de auxilio, infórmale si dentro hay personas atrapadas.
- Una vez fuera del inmueble, aléjate lo más que puedas para no obstruir el trabajo de las brigadas de auxilio.

Después

- No pases al área del siniestro hasta que las autoridades lo determinen.



Caída de ceniza volcánica

- Evita hacer actividades al aire libre.
- Protege tus ojos, nariz, boca y piel en caso de que debas salir a la intemperie.
- Utiliza lentes de armazón y evita los lentes de contacto para reducir la irritación ocular.
- Utiliza cubreboca, mascarilla de protección, o en su defecto, cubre la nariz y boca con un pañuelo o un paño.

- De ser posible evita salir al aire libre, mantente en espacios cerrados, cierra puertas y ventanas.
- Evita conducir el automóvil, ya que la ceniza reduce la visibilidad y vuelve el pavimento resbaladizo.
- Si padeces alguna enfermedad respiratoria, evita salir, disminuyendo así cualquier exposición innecesaria a las cenizas.



Tormenta

- Evita permanecer en áreas expuestas, como campo de fútbol.
- No te refugies debajo de árboles, sobre todo si están solitarios.
- Protégete del riesgo de las descargas ubicándote en los edificios, aléjate de alambradas, enrejados y otros objetos metálicos.
- Si vas conduciendo, disminuye la velocidad, no te detengas en zonas donde pueda discurrir gran cantidad de agua, no atraveses los tramos que estén inundados.

**Secretaría General
Departamento de Seguridad Institucional**

DIRECTORIO

UPAEP

Jefe del Departamento de Seguridad Institucional UPAEP

Genaro Loya Azuara
Edificio D 13 Poniente #1927
genaro.loya@upaep.mx

Módulo de acceso de la 21 sur

Ana María Mosqueda Mosqueda
anamaria.mosqueda@upaep.mx

Ivett Cesar Pérez

ivett.cesar@upaep.mx

Tel. 222 229 94 91, 222 229 94 64 Ext. 7464

Jefe de Prevención de Riesgos Laborales y Medio Ambiente

José Gabriel Fernández Sánchez
Edificio D 13 Poniente #1927 planta baja.
Ext. 7498
josegabriel.fernandez@upaep.mx

EMERGENCIAS PUEBLA

Institución	Teléfono	Dirección
Reporte de Emergencias	911	
Denuncia Ciudadana	089	
Cruz Roja	222 234 0000, 222 235 8631, 222 235 8040	
Urgencias	065	
Rescate y Primeros Auxilios de Puebla	222 222 2130, 222 222 1547	
Bomberos Estación Central	222 245 7392, 222 245 6965, 222 245 7799	Boulevard Valsequillo, calle Corregidora. s/n Col. San Baltazar Campeche, Puebla
Bomberos Estación 68	222 282 6118	Prolongación 16 Oriente s/n Col. México 68.
Bomberos Estación Defensores	222 232 2821, 222 242 3990	Diagonal Defensores de la República e/8 Pte. Col. Amor.
Bomberos Estación Xochimehuacán	222 288 4593	Av. de los Palos s/n Colonia San Pablo Xochimehuacán, Puebla
Bomberos Estación Madero	222 224 5564	Privada Benito Juárez #8 Col. Francisco I. Madero
Bomberos Delegación Zavaleta	222 284 5937	Km. 25 Lateral Sur, Recta a Cholula, Col. Zavaleta
Bomberos Delegación Zapata	222 241 1570	Prolongación de la 11 sur s/n. Col. Lomas de Castillotla
Centro Antirrábico Municipal (SSA) Zona Norte	222 220 1594	62 Poniente #525, Col. Gpe. Victoria
Centro Antirrábico Municipal (SSA) Zona Sur	222 245 0110	Calle Mirasoles #14, Col. Bugambilias
Centro Antirrábico Municipal (SSA) Valsequillo	222 244 9673	
DIF Estatal	222 229 5270, 222 229 5280, 222 229 5290, 222 229 5300	Calle 5 de Mayo #1606, Col. Centro
Policía Auxiliar	222 288 1863, 222 288 1864	
Policía Federal Preventiva	222 268 6809, 222 268 6810, 222 268 6811	Libramiento San Juan #10205, Col. Moratilla

Radio Patrullas de Policía Municipal, Oficinas Centrales	222 404 5578, 222 232 6667, 222 404 5580	
Dirección de Seguridad del Estado	222 228 7768, 222 228 7722, 222 228 7769	
Procuraduría de la Defensa del menor, la mujer y la familia	222 229 5264, 222 229 5263, 222 229 5228, 222 229 5265	Av. 5 de Mayo #1606. Col. Centro
Grupo Humanitario de Auxilio a los Animales "Arca de Noé plus"	222 235 0440, 222 234 0013	18 Nte. #207/ 16 de Septiembre #6319
Incendios Forestales en el Estado de Puebla	222 236 0171	
Christus Muguerza Hospital UPAEP	Conmutador: 222 229 8100 Urgencias: 222 229 8134	5 Poniente #715
Beneficencia Española	222 229 3700	19 Nte. #1001
Hospital para el Niño Poblano	222 404 9004	Carretera Fed. Atlixco Km. 1.5
Hospital Universitario de Puebla	222 229 5500	25 Poniente y 13 Sur
Sanatorio Los Ángeles	249 7778, 249 7909, 249 7473	27 Poniente #3518
Unidad Hospitalaria La Paz	222 248 2710	Reforma Sur #92, Col. La Paz