



¿SABES QUÉ ES EL BUZONEO Y CÓMO EVITARLO?



El **buzoneo** es un ciberataque que consiste en el robo de cuentas de **WhatsApp**, activándose desde otro dispositivo, poniendo en riesgo la información privada de los usuarios.

¿Cómo funciona?

- El estafador obtiene un código de verificación para validar un número de celular en la app de WhatsApp.
- Este código puede ser enviado desde un mensaje de texto o por medio de una llamada automatizada.
-

En caso de que la llamada no sea respondida, el código automáticamente pasa al buzón de voz, siendo la forma más fácil de acceder a él.



¿Cómo evitar el robo de tu cuenta de WhatsApp por buzoneo?

- Ingresa a tu cuenta de WhatsApp
- Da clic en ajustes
- Después en la opción de cuenta
- Da clic en el apartado "Verificación de dos pasos"
- Crea un PIN o contraseña de seis números y confirma.
- Agrega tu correo electrónico como apoyo de recuperación de tu cuenta.
- Cancela el buzón de voz.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





RECOMENDACIONES ANTE EL CAMBIO DE HORARIO

El **cambio de horario puede provocar** algunos desajustes en nuestro organismo como la alteración de nuestras rutinas de sueño o la aparición de fatiga, lo cual puede provocar que estemos más irritables, de mal humor, inquietos o con ansiedad.

Por lo que te damos las siguientes recomendaciones ante el próximo cambio horario

- Una semana antes del cambio de horario puedes ir atrasando o adelantando tus actividades diarias, sobre todo las comidas y la hora de dormir.
- Practica ejercicio físico, te ayudará a disfrutar de un buen estado de ánimo y salud.
- Evita utilizar dispositivos tecnológicos antes de acostarte a dormir.
- Mantén un estilo de vida saludable, sigue una dieta equilibrada y mantén una alimentación sana.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





UNIVERSIDAD DE
GUANAJUATO

CELEBRACIÓN DE DE FIESTAS PATRIAS DE MANERA SEGURA ES MEJOR PREVENIR

Recuerda que para evitar la propagación del virus SARS-CoV-2 es importante seguir todas las recomendaciones sanitarias establecidas.
Si puedes QUEDATE en casa

SI ASISTES A EVENTOS MASIVOS

- 1 Respeta** las recomendaciones sanitarias establecidas (uso de los filtros sanitarios, portar tu cubrebocas en todo momento y de manera correcta cubriendo nariz y boca, mantén la distancia social establecida.)
- 2 Informa a algún familiar** que actividades vas a realizar y las personas con las que asistirás.
- 3 Planea tu regreso a casa,** usa medios de transporte seguros
- 4 Si acuden en grupo,** fijen un punto de encuentro en caso de que alguien se separe y mantengan activa la ubicación en sus dispositivos móviles para poder localizarlos.
- 5 Ubica las rutas de evacuación** y las salidas de emergencia e identifica los servicios médicos y de emergencia.
- 6 Mantén una distancia prudente** de los castillos y lanzadores de pirotecnia colocados en las instalaciones del evento
- 7 Si observas personas extrañas** o con actitud sospechosa, repórtalo inmediatamente al personal de seguridad del evento.
- 8 Reduce los riesgos** de accidentes viales, si llevas automóvil evita consumir bebidas alcohólicas, siempre usa el cinturón de seguridad y vigila que tus acompañantes también lo hagan.
- 9 No subas al auto de un conductor** que haya ingerido bebidas alcohólicas y/o se encuentre en estado de ebriedad.
- 10 Mantente alejado** de riñas entre los asistentes, no caigas en provocaciones.

SI CELEBRAS EN CASA

- 1 Sigue todas las recomendaciones** sanitarias que ya conoces (uso cubrebocas, distancia social, uso de gel antibacterial, filtros sanitarios)
- 2 Reduce el número** de invitados a fin de evitar contagios.
- 3 Realiza la celebración en lugares abiertos,** si es en un lugar cerrado, mantén puertas y ventanas abiertas para tener un mayor flujo de aire.
- 4 Evita el uso de pirotecnia** recuerda el daño que esta causa a los animales.
- 5 Es importante no exceder** el consumo de bebidas alcohólicas



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





CIBERHIGIENE

ES MEJOR PREVENIR

Como usuarios de internet, debemos ser responsables y tomar ciertas medidas de limpieza “**CIBERHIGIENE**”, para mantenernos protegidos de amenazas y riesgos que existen en el ciberespacio.

Por lo que te sugerimos las siguientes recomendaciones:

- 1 Renueva cada cierto tiempo** tus contraseñas y crea diferentes para cada cuenta de correo, redes sociales u otros servicios.
- 2 Protege tu correo electrónico** de ataques como phishing, spam o archivos adjuntos maliciosos. Si facilitas tu cuenta, debes conocer el uso que se le va a dar; lee los términos y condiciones en los formularios de inscripción.
- 3 Elimina o da de baja** los perfiles de servicios que ya no utilices.
- 4 Realiza copias de seguridad** de manera periódica de documentos, fotos o videos. Evita disgustos si tu dispositivo sufre algún percance como robo, pérdida o un fallo de hardware.
- 5 Mantén tus dispositivos** protegidos con algún antivirus y el software actualizado.
- 6 Revisa los dispositivos** o sitios desde donde inicias sesión, asegúrate de cerrar las sesiones cuando ya no utilices los servicios.
- 7 Revisa las opciones** de configuración de privacidad para las redes sociales que utilizas, así podrás controlar quien tiene acceso a tus fotos, quien puede ver tus publicaciones, entre otras.
- 8 Borra el historial** del navegador cuando utilices un dispositivo de uso público.
- 9 Revisa las aplicaciones** instaladas en tus dispositivos y elimina las que no uses, así como aquellas que se traten de versiones sin actualizar u obsoletas.
- 10 Revisa las redes wifi** a las que te conectas y elimina las que ya no utilices, especialmente las de sitios públicos.
- 11 Utiliza un buscador** para comprobar si tus datos personales están publicados en internet.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





CÓMO ACTUAR EN CASO DE SUFRIR ALGÚN PERCANCE CON UN CONDUCTOR/CONDUCTORA VIOLENTA ES MEJOR PREVENIR

El hecho de conducir conlleva ciertos riesgos, uno de ellos son los accidentes de tránsito, tales como los choques automovilísticos, en los cuales desconocemos la forma en que reaccionará la otra persona, ya que en ocasiones pueden presentarse comportamientos agresivos, ante tal situación te damos las siguientes recomendaciones:

- 1 Reporta el accidente**
de manera inmediata al 911.
- 2 Si consideras que el accidente fue provocado**
deliberadamente o si teme por su seguridad no te detengas ni bajes de tu automóvil.
- 3 Si detectas que el otro conductor/conductora**
se encuentra en estado de ebriedad, no propicies enfrentamiento alguno.
- 4 Evita bajar del automóvil**
a menos que el permanecer en el mismo implique un riesgo mayor.
- 5 Si el otro conductor/conductora baja del vehículo**
manten comunicación desde el interior de su vehículo con la ventanilla abierta parcialmente hasta que llegue alguna autoridad.
- 6 Si la otra persona se comporta**
de manera amenazante, trata de calmarla a través del diálogo.
- 7 Si la persona se muestra agresiva**
a pesar del diálogo, mantente en tu auto con la ventanilla parcialmente abierta.
- 8 Si el otro conductor/conductora se comporta agresiva**
y está acompañado de otras personas, permanece en el vehículo, llama de inmediato al 911.

Ante cualquier situación de riesgo o posible enfrentamiento con otro conductor
PRIORIZA TU SEGURIDAD



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





CUIDADO CON LOS MONTACHOQUES

Los montachoques son personas que fingen impactos, colisiones o percances entre automóviles para obtener dinero a cambio de no dañar físicamente al otro conductor involucrado.

¿Cómo operan los montachoques?

- Identifican a su víctima y se introducen de forma agresiva al carril que ocupa el automóvil seleccionado.
- Persiguen a sus víctimas por varios metros.
- Se acercan bastante al carro con tal de provocar un choque.
- En caso de ir delante de ti pueden frenar de manera imprevista con tal de provocar el choque.
- Al orillarse, se acercan de manera amable para pedirte dinero debido al percance.
- En caso de no llegar a obtener lo que quieren comienzan las amenazas y/o golpes.

Recomendaciones en caso de tener un choque:

- Mantener la calma y permanecer dentro del automóvil.
- Hablar inmediatamente al 911.
- No bajar de tu automóvil y orillarte para no obstruir la vialidad.
- Llamar a la aseguradora (en caso de tenerla) y hacerles saber el hecho.
- Verificar que la persona de la aseguradora cuenta con los documentos que acreditan la empresa para la que trabaja.
- No acceder a acuerdos monetarios por los daños a los vehículos.
- No perder de vista tus pertenencias (llaves, licencia de conducir, teléfono celular, póliza de seguro, entre otros).
- Estar presente en todo momento durante la verificación por parte del personal de las empresas de los seguros.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





■ CUIDADO CON LOS ■ ■ MONTADEUDAS ■



Los **montadeudas** son una nueva modalidad del crimen, los cuales se especializan en delitos como extorsión, fraude y robo, a través aplicaciones digitales o móviles de créditos exprés.

Modus operandi de los Montadeudas:

- ➤ Otorgan préstamos fáciles e inmediatos, prácticamente sin requisitos, a través de aplicaciones para dispositivos móviles.
- ➤ Una vez instalada la app en el dispositivo móvil, los delincuentes piden "permisos" para tener acceso a contactos, llamadas, galerías y documentos.
- ➤ Solicitan a sus víctimas datos personales o fotos de la credencial del INE, pasaporte, CURP, cuenta bancaria y acta de nacimiento.
- ➤ Solicitan llenar un formulario, para depositar el préstamo, sin embargo, la cantidad solicitada no llega por completo.
- ➤ Los intereses incrementan sin previo aviso hasta volverse impagables y ahí empiezan las amenazas y extorsiones al deudor.
- ➤ Si no acceden al pago, llaman y envían mensajes a los contactos de la víctima; incluso los amenazan con exhibirlos en redes sociales como defraudadores o ladrones.

¿Cómo identificarlos?

- ➤ Son empresas desconocidas que se anuncian en redes sociales y páginas de internet, ofrecen créditos fáciles con solo descargar una aplicación en el teléfono móvil.
- ➤ Muestran cifras récord y de "dudosa procedencia"
- ➤ Tienen opiniones negativas o no hay información disponible.
- ➤ Solicitan datos de tu cuenta.

Las apps más usadas por este nuevo grupo criminal son:

- Cash box
- Peso préstamo
- Jose Cash
- Cash Cash
- Crediti
- Peso fábrica
- Ok crédito
- Fu Money
- Inscash
- Go Peso



entre otras.



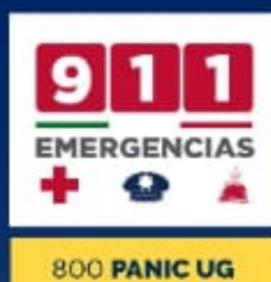
Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





UNIVERSIDAD DE
GUANAJUATO



DÍA DE MUERTOS

SIGUE ESTAS RECOMENDACIONES

para celebrar el **día de muertos**
de manera segura

ES MEJOR **PREVENIR**

AL VISITAR PANTEONES

Respeta

los señalamientos y rutas de circulación establecidas, toma en cuenta las recomendaciones del personal a cargo.

1

Identifica previamente

las rutas de evacuación y puntos de reunión en caso de necesitarlo, así como los módulos de información y auxilio.

2

Utiliza vestimenta y zapatos cómodos

usa bloqueador solar, sombrilla o gorra en caso de necesitarlo, así como ropa abrigadora si las condiciones climáticas lo requieren.

3

Por seguridad evita

caminar sobre lápidas o lozas sueltas, mantente alejado de fosas abiertas a fin de evitar caídas, así como de tumbas que se encuentren acordonadas.

4

Evita sanciones,

no introduzcas ni consumas bebidas alcohólicas.

5

En caso de llevar herramientas

para reparar tumbas como palas, picos o machetes, manéjalas con cuidado para evitar percances.

6

SI COLOCAS **ALTARES**

Evita utilizar

velas comunes, es preferible que utilices aquellas que cuenten con vaso, colócalas sobre un plato con agua y mantenlas alejadas de objetos inflamables como cortinas, alfombras, flores artificiales, manteles, papel picado, etc.

1

Recuerda

apagar las velas y veladoras por las noches y al salir de tu domicilio.

2

Si colocas recipientes

con líquidos evita que puedan derramarse sobre las instalaciones o contactos eléctricos para evitar un posible corto circuito.

3

Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar

800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx



Unidad de Prevención
y Seguridad Universitaria

#SomosAbejasUG

www.ugto.mx/seguridadug



UDEGUANAJUATO



EL SEXTING ¿QUÉ ES? Y ¿CÓMO PREVENIRLO?

ES MEJOR PREVENIR

La palabra "**sexting**" procede de usar las palabras inglesas "sex" (sexo) y "texting" (enviar mensajes) y consiste en enviar o recibir imágenes, fotografías o videos de contenido sexual a través del móvil, redes sociales o cualquier otro medio electrónico de manera voluntaria.

Sin embargo, esta práctica se ha convertido en un riesgo para la información personal ya que esta actividad ha evolucionado junto al desarrollo de la tecnología y la conexión a internet.

RIESGOS DEL "SEXTING":

Extorsión:

Al compartir este tipo de mensajes, las personas que reciben este contenido en un momento de intimidad pueden amenazar con reenviarlo a cambio de dinero o cualquier otra cosa.

Viralización

Existen un gran número de casos de personas cuyos mensajes privados han sido difundidos públicamente con graves consecuencias personales, laborales, familiares, entre otros.

Edad:

Resulta más común que los menores de edad y los adolescentes se introduzcan en estas prácticas a través de las redes sociales construyéndose una imagen distorsionada de la sexualidad, asumiendo riesgos innecesarios.

Al respecto, se recomienda seguir los siguientes consejos para prevenir el sexting:

- 1 Evita compartir** imágenes o videos íntimos por cualquier tipo de medio.
- 2 Si tienes conocimiento** de algún contenido de índole sexual no lo compartas.
- 3 Si te envían alguna imagen** de contenido sexual hazle saber a la persona que te lo compartió que está cometiendo un delito.
- 4 Si conoces a la persona afectada,** comunícale la situación.
- 5 Instala antivirus certificados** a tus dispositivos móviles y/o computador y mantenlos actualizados para evitar hackeos.
- 6 Crea contraseñas seguras** en tus dispositivos para que, en caso de pérdida o robo, otras personas no puedan acceder a tus archivos.
- 7 En caso de ser víctima** de esta situación presenta tu denuncia ante las autoridades correspondientes.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





EVITA CAER EN RETOS VIRALES ES MEJOR PREVENIR

Los retos virales en redes sociales se han convertido en uno de los mayores peligros en internet, sobre todo para niños, niñas y adolescentes. El impacto social de estos retos implica la necesidad de la supervisión familiar en el ámbito digital.

Estos retos figuran bajo la apariencia de simples juegos entre amigos, sin embargo, en ocasiones suelen convertirse en situaciones de riesgo que producen lesiones graves o incluso la muerte.

Algunos factores determinantes

PARA CAER EN EL JUEGO DE RETOS VIRALES:

- 1 Necesidad de ganar notoriedad** tanto familiar como en el entorno social.
- 2 Representan un camino rápido** para integrarse y adquirir popularidad dentro del mundo virtual y el entorno social.

Una de las mayores responsabilidades ante los riesgos que representan los retos virales, son a cargo de los padres de familia, por lo que les hacemos las siguientes recomendaciones:

- 1 Ser conscientes** de los riesgos que implican dichos retos.
- 2 Crear un clima de confianza** con tus hijos con la finalidad de que seas la primer persona a la que recurran en caso de tener algún problema.
- 3 Dar acompañamiento** para que puedan hacer un uso seguro y responsable de la tecnología.
- 4 Mostrar empatía e interés** por su actividad digital, interactuar con ellos en este ámbito y evitar censurar y prohibir todo aquello que nos parece inadecuado.
- 5 Llevar un control** de los contactos y contenidos a los que tienen acceso los menores.
- 6 Estar al día en nuevas plataformas y contenidos** para estar en la posibilidad de recomendar u orientar de manera adecuada.
- 7 Estar atentos al contenido** que los jóvenes comparten o publican en redes sociales.
- 8 Estar al pendiente de las personas** que **siguen** en sus redes sociales.
- 9 Conocer qué tipo de contenido** comparten sus **influencers**.
- 10 Regular el tiempo de uso** de los dispositivos, especialmente móvil, tablet y consolas.
- 11 Hablar con ellos frecuentemente** sobre prácticas inadecuadas y los riesgos que representa el uso de las redes sociales o bien el internet, tales como son el Sexting, las apuestas online, la falta de privacidad, el Cyberbullying, o el consumo de pornografía y contenido violento.



Por una colmena **SEGURA**

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





ESTAFAS ROMÁNTICAS

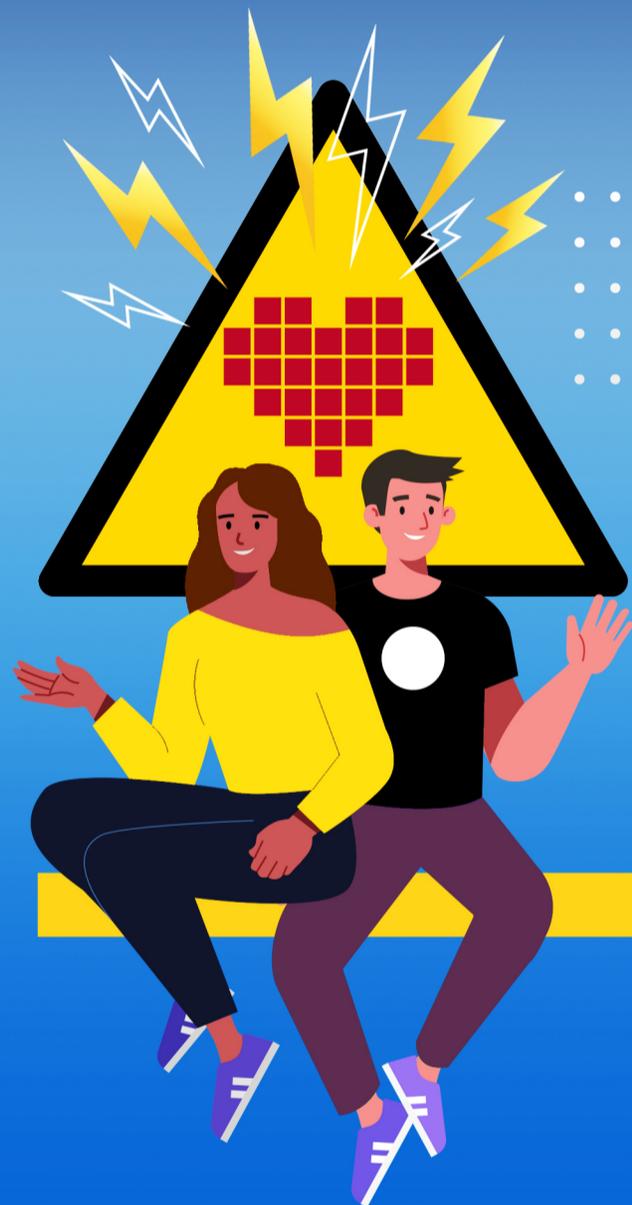
¿Un enamorado virtual te ha pedido dinero?

Actualmente, muchas personas han optado por buscar el amor a través de las redes sociales o en ciertas aplicaciones para conocer gente, sin embargo, y a pesar de que muchos tienen historias exitosas, algunos estafadores también utilizan estos sitios para conocer a sus posibles víctimas.

Una **estafa romántica** es un truco de confianza que consiste en fingir intenciones amorosas hacia su víctima, ganarse su confianza y luego usar esa buena voluntad para que la víctima envíe dinero al estafador bajo cualquier pretexto, o bien, para cometer algún fraude contra la víctima.

Signos de ser una estafa:

- Proponen de inmediato entablar conversaciones en privado a través del correo electrónico, mensajes de texto o teléfono personal.
- Profesan amor rápidamente.
- Suelen pedir dinero y tratan de convencer con engaños.
- Dicen necesitar dinero ya sea para una emergencia, servicios hospitalarios, gastos de viaje, deudas, etc.
- Te solicitan dinero con el pretexto de pagar gastos de transporte para visitarte.
- Una vez que les depositaste el dinero, buscan cualquier pretexto para no poder realizar el viaje.
- Evitan en la medida de lo posible hablar de temas o datos personales.



Si sospecha una estafa romántica:

- Deja de comunicarte inmediatamente con esa persona.
- Habla con alguien de tu confianza, no tomes decisiones apresuradas.
- Nunca hagas transferencias bancarias, envíes dinero o hagas regalos a un enamorado que hayas conocido en las redes sociales o cualquier aplicación.
- Reporta tu experiencia en el sitio de citas web o bien reporta el perfil de dicha persona.

**Recuerda usar la razón,
antes que tus emociones.**



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx



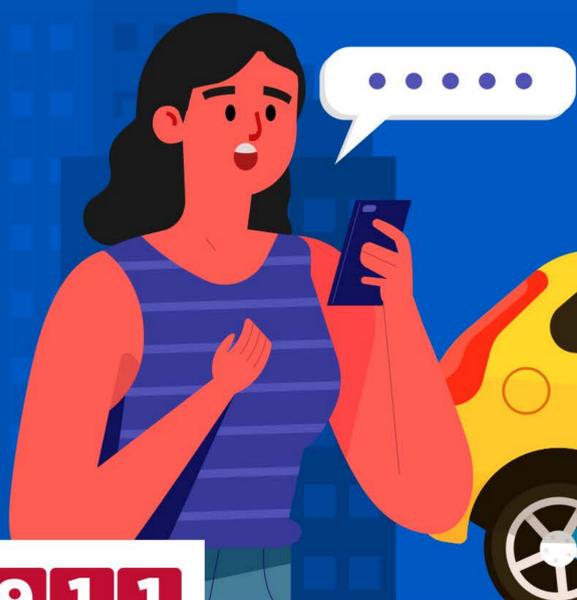


RECOMENDACIONES EN CASO DE ACCIDENTE AUTOMOVILÍSTICO

ES MEJOR PREVENIR

En muchas ocasiones, la tensión o la situación de pánico derivada de un accidente nos hace actuar de manera incorrecta. Por ello, te damos las siguientes recomendaciones que debes recordar en caso de sufrir un accidente automovilístico:

- 1 Mantén la calma**
- 2 Si es posible,** detén tu vehículo en un lugar seguro.
- 3 Apaga el motor** y pon las luces de emergencia
- 4 Llama de inmediato al 911** para reportar el siniestro.
- 5 Comunica el accidente** a tu compañía de seguros lo antes posible.
- 6 Comprueba si tienes algún daño** físico y después verifica si hay heridos de gravedad.
- 7 Si no hay heridos,** no te olvides de intercambiar todo tipo de datos con el otro conductor implicado: nombre, teléfono, dirección, entre otros.
- 8 En caso de que existan pasajeros heridos** en uno u otro coche, es importante que también solicites sus datos o, en caso contrario, los facilites al otro conductor.
- 9 Recuerda todos los detalles** posibles del lugar del accidente.
- 10 De ser posible toma fotos** de la escena y de los daños de ambos coches.
- 11 Si hubo testigos del accidente,** también anota sus nombres y su información de contacto.
- 12 No intente seguir al implicado,** ya que puedes provocar un siniestro mayor. Te sugerimos anotar las placas, marca y color del vehículo. (Esos datos serán de utilidad para levantar un acta ante las autoridades correspondientes).
- 13 Evita cualquier tipo** de confrontación a toda costa.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





ABEJA ARRENDATARIA RESPONSABLE

Sabemos que muchos integrantes de nuestra comunidad universitaria que no son originarios del lugar en donde se encuentra la sede universitaria tienen la necesidad de **alquilar espacios para habitar**, por lo tanto, te damos las siguientes **recomendaciones** con la finalidad de generar consciencia y responsabilidad con los vecinos del entorno:



- Mantén un ambiente de respeto entre tu arrendador y tú.
- Respeta todas y cada una de las condiciones de arrendamiento.
- Sé puntual en el pago de tus rentas.
- Ante cualquier situación de inconformidad, procura el diálogo con tu arrendador.
- Respeta el espacio de tus roomies.
- Respeta las áreas comunes.
- Informa sobre cualquier evento que pudieras tener, no planees fiestas sin previo consentimiento de tus roomies.
- Recuerda que además de las personas con las que habitas, tienes vecinos que te rodean, no hagas actos que puedan generar molestias o incomodidad a los vecinos, *el respeto es primero*.
- Evita ser reportado respetando las reglas básicas de sana convivencia.
- Procura ser lo más ordenado posible en el espacio que habitas.
- El ruido excesivo es uno de los factores que generan conflictos con más frecuencia, procura mantener volúmenes bajos.
- En caso de tener mascotas, hazte responsable de ellas y de sus desechos.
- En caso de contar con estacionamiento, respeta tu espacio destinado para ello.
- No excedas el número de inquilinos permitido en la vivienda.
- No modifiques la estructura del lugar que habitas sin previo consentimiento.
- Participa en la toma de decisiones que beneficie a todos los roomies y a los vecinos del entorno.



Recuerda que arrendar
también conlleva una
responsabilidad.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y AUTOCUIDADO

DURANTE EL FESTIVAL INTERNACIONAL CERVANTINO 2022 ES MEJOR **PREVENIR**

RECOMENDACIONES DURANTE EL FIC

Por su consolidación en el ámbito de las artes escénicas, el Festival Internacional Cervantino ocupa una gran relevancia no sólo internacionalmente sino a nivel mundial, por lo que tiene una gran afluencia de personas, es por ello que te sugerimos algunas medidas de prevención y autocuidado al asistir a eventos o simplemente transitar entre la multitud:

EN EVENTOS FIC:



- Respetar las medidas sanitarias.
- Permite la revisión al ingreso de cada evento, es por tu propia seguridad.
- Evitar llevar mochilas, objetos punzocortantes, bebidas alcohólicas, botellas de vidrio, etc.
- Procura retirarte minutos antes de que finalice el evento a fin de evitar aglomeraciones.
- Deja los accesos y rutas de evacuación despejados.
- No obstruyas pasillos, escaleras o rutas de salida.
- Cuida tus pertenencias.

RECUERDA SIEMPRE:

- Informa a tu familia y/o amigos sobre tu ubicación.
- Mantén cerca tus pertenencias, evita traer demasiado efectivo u objetos de valor a la vista.
- Evita proporcionar información personal a desconocidos.
- No aceptes ningún tipo de alimentos o bebidas de desconocidos.
- Si detectas algún tipo de comportamiento extraño y/o peligroso de alguna persona, repórtalo inmediatamente al 911.
- Si vas con acompañantes, procuren no separarse bajo ningún motivo, usen medios de transporte seguro para dirigirse a su casa.

Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar

800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





GOLPE DE CALOR

¿QUÉ ES EL GOLPE DE CALOR?

Es el incremento súbito de la temperatura corporal por exposición prolongada a altas temperaturas ambientales.

Síntomas más importantes del golpe de calor:

Mareo, confusión, desorientación, sudoración excesiva al principio, después ausencia de sudor, enrojecimiento y sequedad de la piel, fiebre con temperatura desde 39 a 41°C, aceleración del ritmo cardíaco con latido del corazón débil, dolor de cabeza y ataques con convulsiones.

Recomendaciones para prevenir insolación y golpe de calor:

- Evita estar en clima cálido y húmedo mucho tiempo.
- Evita realizar ejercicio extenuante en ambientes muy calurosos.
- Utiliza ropa ligera, de colores claros y manga larga.
- Evita exponerte al sol, especialmente entre las 12 y 16 horas.
- Procura utilizar bloqueador solar, sombrero, gorra, sombrillas, anteojos oscuros y protector solar.
- Consume alimentos frescos como frutas y verduras
- Evita consumir bebidas alcohólicas y con alto contenido en azúcar.
- Evita permanecer dentro de un vehículo estacionado expuesto al sol.
- Procura ingerir suficiente agua (embotellada, hervida o desinfectada) durante el día.
- Procura mantenerte en lugares con sombra o debajo de espacios o estructuras que impidan el paso de los rayos solares.
- Mantén especial cuidado con niños menores de 4 años y adultos mayores de 65, ya que son las personas que no tan fácilmente se adaptan al calor.

¿Qué debemos hacer ante un golpe de calor?

- Traslada a la persona a un lugar fresco o ventilado.
- Ponerle paños frescos y húmedos en la frente, abdomen y axilas.
- Si es posible, usa ventiladores y/o aire acondicionado para refrescarla.
- Evita suministrar medicamentos para la fiebre.
- Evita el alcohol o la cafeína.
- Jamás frotes la piel con alcohol.
- No permitas que alguien que sufre un golpe de calor tome algún tipo de líquido, sobre todo si presenta vomito o está inconsciente.

Considerando los síntomas que se presenten relacionados con la exposición al calor, se sugiere tomar medidas para atender a la persona afectada o bien determinar si es necesario trasladarla a un hospital.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





¿QUÉ ES LA CRISIS CONVULSIVA?

Las crisis convulsivas son afecciones particulares representadas por movimientos impredecibles e incontrolables por el cuerpo.

Existen distintos tipos de crisis convulsivas, la mayoría las asociamos a aquellos donde la persona se cae y sacude descontroladamente, estas son las de tipo tónico-clónica. Ante su presencia, te dejamos las siguientes **recomendaciones:**

- Permanezca con la persona que sufre la crisis.
- Intente calmar a la persona hablando con ella tranquilamente.
- Acueste a la persona en el suelo con cuidado.
- Ayude a la persona a recostarse de lado para que le sea más fácil la respiración.
- Aleje cualquier objeto que pueda lastimar a la persona sufriendo la crisis.
- Ponga algo suave debajo de la cabeza de la persona para evitar que se golpee.
- Si la persona utiliza anteojos, retírelos de inmediato.
- Si la persona utiliza corbata o bufanda, aflójela para facilitar la respiración.
- Tome el tiempo de la duración de la convulsión.



Lo que **NO** debes hacer:

- No tratar de detener los movimientos hacia el suelo.
- No colocar objetos en la boca de la persona ya que con ello puede dañar la dentadura o mandíbula
- No de respiración de boca a boca ni empiece la resucitación cardiopulmonar (RCP).
- No ofrezca agua ni comida hasta que la persona esté totalmente alerta



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





¿QUÉ ES EL SECUESTRO VIRTUAL?

El objetivo final de este delito está en engañar a las víctimas para que paguen un rescate por liberar a un ser querido que creen que está siendo amenazado con violencia o muerte.

No te conviertas en una víctima

El éxito de cualquier tipo de secuestro virtual depende de la velocidad del delincuente y el miedo de la víctima. Los delincuentes saben que tienen poco tiempo para exigir un rescate antes de que las víctimas se den cuenta que es una estafa o que llamen a las autoridades.

Como identificar que se trata de un secuestro virtual:

- Las personas que llaman hacen todo lo posible para mantenerte en el teléfono, insistiendo que permanezcas en la línea.
- Las llamadas no vienen del teléfono de la supuesta víctima.
- Las personas que llaman intentan evitar que te comuniques con la víctima "secuestrada".
- Los "supuestos secuestradores" exigen que el dinero del rescate sea mandado por medio de una transferencia electrónica.
- Las demandas de la cantidad del rescate pueden bajar de cantidad rápidamente.

Si recibes una llamada telefónica exigiendo un rescate por un supuesto secuestro, considera lo siguiente:

- En la mayoría de los casos, lo mejor es colgar el teléfono.
- Si estás hablando con el delincuente, no digas el nombre de la supuesta víctima.
- Pide hablar directamente con tu familiar. Pregunta algo como, "¿Cómo sé que está bien?"
- Haz preguntas que solamente la víctima del secuestro pueda responder, como el nombre de una mascota.
- Evita compartir información sobre ti o tu familia.
- Si la presunta víctima habla, escucha atentamente a su voz.
- Intenta contactar a la presunta víctima por teléfono, mensaje de texto o por redes sociales, y pide que te devuelva la llamada desde su propio celular.
- Para ganar tiempo, repite el pedido de la persona que llama y dile que estás anotando lo que pide, o que necesitas tiempo para coordinar el pedido.
- No aceptes pagar un rescate por transferencia electrónica o en persona. Entregar dinero en persona podría ser peligroso.
- Denuncia inmediatamente la situación con las autoridades.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





¿HAS RECIBIDO ALGUNA OFERTA LABORAL POR CORREO ELECTRÓNICO O REDES SOCIALES?

Existen personas que se hacen pasar por reclutadores de recursos humanos de ciertas empresas o compañías con la finalidad de conseguir datos personales que después podrán vender en el mercado negro o para realizar usurpaciones de identidad.

¿Cómo detectar una oferta de trabajo falsa?

- Sospecha de perfiles sin fotografía.
- Desconfía de las ofertas que no dan detalles del puesto que ofrece, perfil que buscan o algún contacto de recursos humanos.
- De ser posible, revisa el tipo de contactos que tiene esa persona o compañía.
- Si no hay referencias de la existencia de esa persona o empresa en internet, lo más probable es que sea falsa.
- Contacta por teléfono u otro medio oficial para comprobar si realmente están ofertando esa vacante.
- Desconfía especialmente de mensajes que califican la oferta de trabajo como "una oportunidad única que no puede dejar pasar".
- Las ofertas de trabajo falsas suelen ofrecer sueldos desorbitados o que no son acordes al perfil solicitado.
- Revisa si la oferta laboral contiene faltas de ortografía o tiene errores en la redacción.
- Comprueba si el texto de la oferta de trabajo es plagiado, por lo que deberás copiarlo y pegarlo en un buscador, con ello es posible encontrar usuarios que hayan sido víctimas del mismo fraude.
- No confíes en ofertas laborales en el extranjero.
- Sospecha si te dan el puesto sin pedir una entrevista previa.
- Desconfía si te piden dinero por asistir a una entrevista o ser candidato a un puesto.
- No confíes en correos o mensajes en redes sociales donde te ofrecen ganar dinero fácil desde casa.

¿Qué hacer si detectas una oferta de empleo falsa?

- No contestes este tipo de mensajes o correos.
- No abras documentos adjuntos.
- No des clic en los enlaces que contenga el mensaje.
- Evita llenar cuestionarios.
- En ningún caso proporciones información personal.
- No realices ningún depósito o transferencia bancaria bajo ningún concepto.
- Reporta el perfil en caso de haber detectado una oferta laboral falsa.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





MEDIDAS DE PREVENCIÓN AL CONDUCIR CON NEBLINA

ES MEJOR **PREVENIR**

Conducir con neblina no es una tarea fácil, atendiendo a que la visibilidad reducida complica el manejo del auto, aumentando situaciones de riesgo, ya que puede causar que los conductores pierdan la noción de la velocidad debido a que los sonidos se atenúan, además de que resulta complicado percibir los señalamientos. Por lo tanto, a continuación, te damos algunas

recomendaciones para conducir con neblina de manera segura:

- 1 Enciende el limpiaparabrisas y el desempañador** para mejorar la visión.
- 2 Reduce la velocidad.**
- 3 Aumenta la distancia** entre los demás vehículos.
- 4 Conduce con la ventanilla parcialmente abierta** para poder escuchar al tránsito o cualquier situación externa.
- 5 Cerciórate de que las luces traseras y delanteras** estén encendidas, con la finalidad de hacer más visible tú automóvil.
- 6 No es recomendable** realizar maniobras arriesgadas durante la neblina.
- 7 No uses luces altas** puesto que podrías causar deslumbramiento y una probable reducción del campo visual de los otros conductores.
- 8 Mantén limpio el parabrisas,** para que tu campo visual delantero no se vea afectado.
- 9 Si no te sientes lo suficientemente seguro para continuar,** detén tu vehículo en un lugar seguro y espera a que las condiciones climáticas mejoren.

Lo más importante es tú seguridad



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





CÓMO ACTUAR ANTE UN CONDUCTOR/CONDUCTORA VIOLENTA

ES MEJOR **PREVENIR**

Cruzarse con un conductor/conductora violenta es más común de lo que pensamos. El estrés, el tráfico y diferentes factores hacen que algunos conductores/conductoras tengan una actitud agresiva al volante, por este motivo, te damos las siguientes recomendaciones en caso de encontrarte ante esta situación.

- 1 Guarde la calma** y conduzca con normalidad.
- 2 No permita** que las acciones del otro conductor/conductora lo desconcentren.
- 3 Evite establecer contacto visual** con el otro conductor/conductora, ya que eso podría propiciar que el conflicto se vuelva algo personal.
- 4 No desafíe al otro conductor/conductora.** No está compitiendo con él.
- 5 Desvíese.** Si el otro conductor/conductora continúa detrás de usted, haga un pequeño desvío para perderlo de vista, pero continúe por zonas transitadas hasta localizar a alguna autoridad.
- 6 Diríjase a un lugar seguro.**
- 7 Si el conductor/conductora continúa persiguiéndolo** acuda a lugares donde pueda usar su teléfono o pedir ayuda al 911.
- 8 Si usted viaja con otra persona,** sugiérale que grabe un video de lo que está sucediendo y llame de inmediato al 911.

Lo mejor en caso de encontrarnos con un conductor/conductora agresiva **es dejarla seguir su camino.**



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





RECOMENDACIONES ANTE VIENTOS FUERTES

ES MEJOR PREVENIR

Existen situaciones dónde los vientos fuertes podrían causar graves daños y representar grandes riesgos para las personas, incluso si te encuentras en tu propia casa, por lo que es recomendable seguir algunos consejos.

RECOMENDACIONES:

- 1 Asegura** techos de lámina, ventanas y puertas.
- 2 Aléjate de casas** viejas o en mal estado.
- 3 Trata de desconectar** todos los aparatos eléctricos.
- 4 Permanece** en lugares seguros.
- 5 Evite estar cerca** de postes, edificios, ventanales, vallas publicitarias y árboles que se puedan caer.
- 6 Evita transitar** por parques o avenidas arboladas.
- 7 Evita arrojar** objetos en la calle y sacar la basura.
- 8 Coloca cinta adhesiva** en la parte interior de los vidrios de las ventanas para evitar que en caso de romperse provoquen algún daño.
- 9 Conduce con precaución** y disminuye la velocidad, ya que existe la posibilidad de que se formen nubes de polvo que dificulten la visibilidad.
- 10 No transites** por debajo de andamios u obras en construcción.
- 11 Apártate** de cableado eléctrico.
- 12 Cubre tus** ojos, nariz y boca para evitar enfermedades.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





¿SABES CUÁL ES LA DIFERENCIA ENTRE UN FRAUDE TELEFÓNICO, EXTORSIÓN TELEFÓNICA Y SECUESTRO VIRTUAL?

ES MEJOR PREVENIR

Existen algunos delitos que se comportan aparentemente similar, sin embargo, existen algunas diferencias, tal es el caso del fraude telefónico, la extorsión telefónica y el secuestro virtual, mismos que conllevan el uso o no de violencia, amenazas, estafas y distintas modalidades.

Fraude telefónico

No es una extorsión como tal, ya que no conlleva amenazas o violencia explícita para convencer a la víctima de realizar ciertas actividades como proporcionar datos personales, bancarios, con el fin de engañarle y obtener dinero, a veces ofrecen supuestos productos, viajes o premios, o se hacen pasar por alguna entidad gubernamental o empresa.

RECOMENDACIONES:

- 1 En caso de tomar la llamada,** recibir mensaje de texto o correos electrónicos, evitar proporcionar información personal.
- 2 No aceptar asistencia remota** vía telefónica ante cargos no reconocidos, cambio de puntos, reactivación de cuentas, movimientos en las cuentas, depósitos retenidos, entre otras.
- 3 En caso de recibir llamada o mensajes** por supuestos cargos no reconocidos, comuníquese al banco, ya que los delincuentes pueden emular o disfrazar el número telefónico del banco en el identificador de llamadas mediante una técnica conocida como "Spoofing".
- 4 Evitar depositar o transferir dinero** sin cerciorarse previamente de la veracidad de la situación.

Extorsión telefónica

Los delincuentes instrumentan violencia y amedrentación; argumentan estar vigilándonos; pueden obtener datos de redes sociales y esta modalidad consiste en el ofrecimiento de no cumplir una amenaza a cambio de un beneficio económico.

RECOMENDACIONES:

- 1 Evitar tomar llamadas** de números foráneos o desconocidos, incluso aunque sean de lada local.
- 2 No facilitar** datos personales.
- 3 No seguir instrucciones** de quienes llamen.
- 4 Localizar por medios alternos** a los familiares en cuestión.

Secuestro virtual

Los delincuentes fingen tener una víctima secuestrada y piden dinero a cambio de "liberarle", generalmente se conducen con violencia y amenazas vía telefónica, buscan obtener un beneficio económico. En ocasiones, los criminales pueden orillar a la víctima a instalarse en un hotel o en lugares lejanos, lo que es un detonante de ser un secuestro virtual.

RECOMENDACIONES:

- 1 Conservar la calma.**
- 2 Colgar** inmediatamente.
- 3 Procurar avisar** constantemente a familiares nuestra ubicación.
- 4 Evitar proporcionar información** personal vía telefónica, chats o por mensajes.
- 5 Establece una estrategia** de comunicación con los integrantes de tu familia, es decir, una especie de código ya sea el nombre de una persona, ciudad, color, etc. con la finalidad de que con esta información puedas tener la certeza de que se trata de tu familiar.
- 6 Localizar a la persona** mediante un plan B o medios alternos.
- 7 No realizar** transferencias ni depósitos bancarios.



Por una colmena **SEGURA**

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





RECOMENDACIONES PARA EL MANEJO SEGURO DE PRODUCTOS QUÍMICOS DE ASEO EN EL HOGAR

ES MEJOR PREVENIR

Los productos químicos son parte de nuestra vida diaria, sin embargo, su uso se ha incrementado ante la presencia del COVID-19, por lo que por tu seguridad te sugerimos el buen manejo de estos a través de las siguientes recomendaciones:

- 1 Usa siempre productos** debidamente etiquetados en cuanto a su contenido.
- 2 Revisa la etiqueta** del producto e infórmate sobre los modos de uso, precauciones y peligros.
- 3 Utiliza elementos de protección** para el uso adecuado del producto (guantes, cubrebocas, mascarillas, etc.) y sigue las recomendaciones del fabricante.
- 4 Evita oler o tocar** las sustancias directamente ya que pueden ser perjudiciales para tu salud.
- 5 Prepara los productos** siguiendo las instrucciones de la etiqueta.
- 6 Prepara y usa únicamente** la cantidad de producto que necesitas.
- 7 Evita comer o fumar** mientras utilizas los productos químicos.
- 8 No viertas las sustancias** en recipientes de alimentos o bebidas.
- 9 Utiliza siempre contenedores** limpios y rotúlalos para evitar accidentes.
- 10 A la hora de efectuar trasvases,** procura emplear bidones adecuados, provistos de dosificadores y bombeo.
- 11 No mezcles los productos** de aseo entre sí, pueden generar gases tóxicos peligrosos para tu salud.
- 12 Evita generar salpicaduras.**
- 13 En caso de que el químico** entre en contacto con alguna zona del cuerpo, retirar la ropa y lava la superficie con agua abundante.
- 14 Al finalizar el aseo,** lávate muy bien las manos con agua y jabón y sécalas con una toalla limpia.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





JUEGOS EN LÍNEA Y CIBERACOSO

ES MEJOR **PREVENIR**

El **ciberacoso** es uno de los riesgos de los jugadores en línea, puesto que el anonimato de los jugadores permite a los usuarios hostigar, acosar o molestar a otros usuarios, incluso con el objetivo de obtener información personal, como nombres de usuarios y contraseñas.

PREVENCIÓN DEL CIBERACOSO:

- 1 Descarga** juegos de fuentes oficiales
- 2 Establece configuraciones de privacidad y seguridad** para los juegos y aplicaciones.
- 3 Mantén tu equipo** actualizado.
- 4 No ingreses a enlaces de extraños;** ni descargues bots (software para tareas automatizadas) o ingreses a enlaces para foros de juegos.
- 5 Evita compartir información personal,** como correos electrónicos, números telefónicos, direcciones y/o contraseñas.
- 6 Evita participar en situaciones** de acoso por parte de otros jugadores (Bloquea y denuncia al acosador en los grupos de juegos, equipos, plataformas y/o comunidades).
- 7 Procura establecerte** tiempos para jugar.
- 8 En caso de ser víctima del ciberacoso** bloquea y elimina al acosador de tus amigos en redes sociales, así como de las comunidades de juegos.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





MEDIDAS PREVENTIVAS PARA EVITAR CAÍDAS

ES MEJOR PREVENIR

Las prisas, la distracción o el desorden podrían causar accidentes por resbalones o tropiezos, por lo que te sugerimos identificar zonas de riesgo y adoptar las **siguientes medidas preventivas:**

- 1 **Usa** el calzado adecuado a tu entorno.
- 2 **Mantén limpio** y ordenado el espacio en el que te encuentras.
- 3 **Evita** suelos mojados o resbaladizos.
- 4 **Asegura** los cables de arrastre.
- 5 **Observa** el estado de las áreas o pasillos por donde transitas.
- 6 **Comprueba** que la iluminación te permita ver por donde caminas.
- 7 **Arregla** las alfombras o tapetes sueltos o rizados.
- 8 **Ten cuidado** al bajar o subir escaleras, de preferencia utiliza los pasamanos si los hay.
- 9 **Evita** subir a superficies peligrosas al tratar de alcanzar o colocar objetos.
- 10 **Respeta** la señalética que prohíbe el paso o advierte sobre el peligro al caminar por ciertos espacios.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





¿QUÉ ES EL GROOMING?

ES MEJOR PREVENIR

El **Grooming** es una práctica de acoso y abuso sexual en contra de niños y jóvenes que, en la mayoría de los casos, sucede a través de las redes sociales. Esta práctica tiene diferentes niveles de interacción y peligro, ya que puede consistir desde hablar de sexo y conseguir material íntimo, hasta llegar a mantener un encuentro sexual.

- Ante tal fenómeno la forma más eficaz de actuar es la prevención, interviniendo en
- la educación sexual de los niños, niñas y adolescentes, y al mismo tiempo es
- importante supervisar el uso seguro y responsable de las herramientas digitales.

Al respecto, te damos algunas

sugerencias o recomendaciones para combatir el grooming:

- 1 No proporciones** imágenes o información personal que pueda ser utilizada para otros fines.
- 2 Cuida la seguridad y confidencialidad** de tus cuentas de usuario y contraseñas, así como las del propio ordenador.
- 3 No cedas ante el chantaje** del groomer bajo ninguna circunstancia
- 4 No dudes en pedir ayuda** si te encuentras ante esta situación. Contar con el apoyo de una persona adulta de confianza es fundamental.
- 5 Analiza en qué delitos o irregularidades** ha incurrido el acosador y cuáles pueden ser probadas para denunciar el abuso.
- 6 Recopila las pruebas de la actividad delictiva:** capturas de pantalla, conversaciones, mensajes y todo aquello que pueda demostrar las acciones del groomer y poder tener indicios de su paradero.

Como adultos es importante lo siguiente:

- 1 Controla y supervisa** el acceso de los niños y adolescentes de las redes sociales.
- 2 Documentate sobre las nuevas tecnologías** que utilizan los jóvenes.
- 3 Advierte a los niños y adolescentes** sobre los riesgos y beneficios del Internet.
- 4 Mantén un diálogo abierto con tus hijos,** creando un ambiente de confianza.
- 5 Instala un antivirus o software** de control parental en el ordenador que utiliza el menor para protegerlo ante una situación no prevista.
- 6 Sin invadir su privacidad,** asegúrate de cuidar o estar pendiente de los contactos que tienen agregados tus hijos.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





¿QUÉ HACER EN CASO DE PRESENCIAR ALGÚN DESMAYO?

ES MEJOR **PREVENIR**

Los desmayos se presentan generalmente cuando el cerebro deja temporalmente de recibir suficiente sangre, lo cual provoca la pérdida del conocimiento, misma que suele ser de manera breve.

Las causas que provocan la pérdida de consciencia pueden ser la falta de oxígeno, alimentación deficiente, bajos niveles de azúcar en sangre, etc.

En caso de presenciar algún desmayo

te damos las siguientes recomendaciones:

- 1 Si te percatas al momento del desmayo,** evita que la persona se lesione recostándolo con cuidado.
- 2 Habla con la persona,** aunque no responda, con la finalidad de indicarle que estás ahí para ayudarla.
- 3 Observa si existen lesiones** causadas por la caída al momento del desmayo o si hay sangrados.
- 4 Mantén a la persona cómoda,** vigilando que este respirando.
- 5 En caso de que la persona no despierte,** no trates de moverla ya que podrías causar alguna lesión, vigila su respiración y llama de inmediato al número de emergencias.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





RECOMENDACIONES ANTE LA CANÍCULA

ES MEJOR PREVENIR

La canícula es un fenómeno meteorológico donde las altas temperaturas y la escasez de lluvia pueden durar un periodo de hasta 40 días. Este fenómeno se presenta en algunas regiones del país entre julio y agosto.

Las características de la canícula, aumenta la incidencia de las enfermedades relacionadas con la temporada de calor, como diarreas agudas, quemaduras, deshidratación y golpe de calor, por lo cual te damos

las siguientes recomendaciones:

- 1 Mantenerse** bien hidratado.
- 2 Lavarse las manos** antes de comer y después de ir al baño.
- 3 Consumir pescados y mariscos** bien cocidos o fritos.
- 4 Lavar con agua y jabón** o desinfectar con cloro las frutas y verduras que se consumen crudas.
- 5 Ingerir abundantes líquidos** y asegurarse de que el agua sea desinfectada.
- 6 Consumir los alimentos inmediatamente** después de su preparación para evitar su descomposición o conservarlos en refrigeración.
- 7 Evitar la exposición al sol,** especialmente entre las 12 y 16 horas.
- 8 Elegir las primeras horas del día** para llevar a cabo actividades al aire libre.
- 9 Vestir ropa ligera de colores claros,** utilizar sombreros o sombrillas para protegerse del sol y utilizar bloqueador.
- 10 Estar pendiente de quienes puedan necesitar ayuda** en este periodo de intenso calor (niños, adultos mayores; embarazadas y personas con enfermedades crónico-degenerativas)



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





RECOMENDACIONES EN CASO DE **INCENDIO** DE AUTOMÓVIL

Los automóviles pueden incendiarse por muchas razones, los problemas mecánicos o eléctricos son la causa más común, sin embargo, también puede incendiarse como resultado de un accidente grave.

En ocasiones el fuego puede propagarse hacia el tanque de combustible y provocar una explosión, por lo que debemos actuar inmediatamente.

Recomendaciones:

- Si está conduciendo, deténgase tan rápido como sea posible sobre un costado del arroyo vehicular.
- Una vez que se haya detenido, apague el motor.
- Lleve a los pasajeros a un lugar seguro.
- Mantenga el cofre cerrado, no lo abra ya que esto reavivará las llamas. Sin embargo, si se cuenta con extintor trate de sofocar el fuego.
- Retire sus cosas de valor del automóvil sin que esto lo exponga.
- Llame de inmediato a los bomberos.
- Por ningún motivo regrese al automóvil si se encuentra en llamas.
- Una vez sofocado el incendio, no trate de conducir el vehículo hasta que un mecánico haya realizado una revisión completa de seguridad.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





RECOMENDACIONES EN CASO DE INUNDACIÓN

ES MEJOR PREVENIR

Debido a las fuertes lluvias te sugerimos mantenerte atento a las condiciones climatológicas, y seguir las siguientes recomendaciones en caso de presentarse alguna inundación:

RECOMENDACIONES:

- 1 Evita cruzar cauces** para no ser arrastrado por la corriente.
- 2 No cruces puentes** donde el nivel de las aguas se acerque al borde del mismo, ya que sus bases pueden estar debilitadas.
- 3 No ingreses a las zonas afectadas** y aléjate de lugares donde puedan producirse derrumbes.
- 4 Evita compartir** a través de redes sociales rumores e información sin verificar.
- 5 Procura usar ropa abrigadora** que te permita resguardarte del frío y/o la lluvia.
- 6 Si te encuentras en espacios abiertos** mantente alejado de árboles, materiales conductores de electricidad y corrientes de agua como ríos, canales o arroyos.
- 7 Evita manipular o acercarte a interruptores,** aparatos eléctricos y cables.
- 8 Evita** correr, gritar o empujar.
- 9 No deje solos a los niños** o personas en condiciones vulnerables.
- 10 En caso de encontrarte en espacios cerrados,** identifica las salidas de emergencia, escaleras, plantas y niveles altos.
- 11 Ten a la mano** un radio a pilas para mantenerte informado.
- 12 Sigue atentamente** las instrucciones de los brigadistas.
- 13 Una vez que el personal a cargo** te indique que la situación ha sido controlada, regresa de manera ordenada a tus actividades.
- 14 Recuerda que tu seguridad** es lo más importante, evita situaciones que te comprometan a ti o a tus compañeros.
- 15 Ante cualquier situación** de riesgo o emergencia reporta al número 911.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





RECOMENDACIONES EN CASO DE QUEMADURAS

ES MEJOR **PREVENIR**

Las quemaduras son lesiones de la piel y otros tejidos las cuales ocurren por contacto directo con una fuente que emite calor, corriente eléctrica, frío, radiación o agentes químicos.

A continuación, te damos algunas

recomendaciones en caso de que sufras una quemadura o alguna persona cerca de ti:

- 1 Procura tener las manos** limpias y/o utilizar guantes protectores para poder hacer contacto sobre la quemadura.
- 2 Retira accesorios y ropa** o prendas donde se encuentre la quemadura. No despegue la ropa o cualquier otro elemento que esté pegado a la piel.
- 3 Aplica agua fría o tibia** sobre la quemadura. No aplique pomadas, cremas, pasta dentífrica o cualquier otro remedio casero.
- 4 Posteriormente, proteja** la quemadura con una venda estéril o algún material que no suelte pelusa, humedecidos en agua. El vendaje debe ser flojo.
- 5 Evita automedicar** a la persona que sufrió la quemadura.
- 6 Procura no romper** las ampollas, ya que el líquido que contienen protege de una posible infección.
- 7 En caso de ser una quemadura grave** o demasiado extensa, acude de inmediato al médico o llama a los servicios de emergencias.
- 8 Si es necesario pedir ayuda,** no dejes sola a la víctima, llévala contigo, siempre y cuando sus lesiones lo permitan.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





RECOMENDACIONES EN TEMPORADA DE LLUVIAS

ES MEJOR PREVENIR

Actualmente, la crisis climática ha generado que los fenómenos naturales y sus efectos puedan llegar a ser más intensos y severos, generando situaciones peligrosas o de riesgo sin importar la zona en la que vivas, por lo que te damos algunas recomendaciones en temporada de lluvias:

RECOMENDACIONES:

- 1 Manténgase informado** sobre el pronóstico del tiempo.
- 2 Tenga a la mano** lámpara, radio y baterías.
- 3 Permanezca en** lugares seguros.
- 4 Procure mantener** su celular con suficiente batería.
- 5 Refúgiate** en el interior de un edificio o en tu casa.
- 6 Mantén un resguardo** seguro para tus mascotas
- 7 Procura tener preparada** una mochila de emergencia con documentos importantes, linterna, baterías, botiquín de primeros auxilios y agua embotellada.
- 8 Tener a la mano** paraguas, impermeables o cualquier artículo que sirva para protegerse de la lluvia.
- 9 Utiliza** puentes y zonas peatonales.
- 10 Apartarse de** postes y cableado eléctrico.
- 11 Evita lugares** altos como cerros o montañas.
- 12 Evite transitar** por calles inundadas o cruzar corrientes de agua.
- 13 No te refugies** debajo de árboles.
- 14 Circula despacio,** con luces encendidas, intermitentes y cinturón de seguridad.
- 15 Evita arrojar objetos** en la calle y sacar la basura.
- 16 Ubica los refugios** temporales o albergues en tu municipio.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





RECOMENDACIONES PARA ACUDIR A **EVENTOS MASIVOS**

La desorganización en los eventos masivos puede representar un riesgo para las personas, por lo tanto, si vas a acudir a alguno de estos eventos, es importante seguir las siguientes recomendaciones que te permitan disfrutar de manera segura el evento.

Antes de acudir al evento:

- Consulta el pronóstico del tiempo.
- Acude con tiempo, y si es posible, en transporte público.
- No olvides llevar alguna identificación con fotografía, tarjeta con tipo de sangre o condición de salud.
- Si acudes con acompañantes, acuerda un punto de encuentro para poder reunirse en caso de pérdida.
- Procura llevar sólo el dinero necesario.

Durante el evento:

- Infórmate y ten localizadas las salidas de emergencia o vías de evacuación.
- Sigue las indicaciones del personal de seguridad o staff.
- No subas bardas, mallas o cualquier estructura peligrosa.
- Si necesitas asistencia o tienes algún problema de salud, dirígete al personal de emergencias o seguridad del evento.
- Evita implicarte en riñas o tumultos.
- En caso de evacuación, sal con calma y en orden, sin retroceder ni volver atrás, no des importancia a los objetos materiales.

Al salir del evento:

- Desaloja el lugar con calma y tranquilidad.
- No corras ni empujes, puedes causar algún accidente o problema con las otras personas.
- No olvides tus pertenencias.
- Si extravías a tus compañeros, dirígete al punto de reunión acordado.
- En caso de no encontrar a tus demás acompañantes y no lleguen al punto de reunión, repórtalo inmediatamente.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





RIESGOS EN TIKTOK

ES MEJOR PREVENIR

La mayoría de los riesgos en **Tik Tok**, están relacionados con la edad. Los adolescentes utilizan esta aplicación para entretenerse o interactuar con otros usuarios e *influencers*. Sin embargo, su uso sin responsabilidad puede generar ciertos riesgos para ellos.

- 1 El usuario** crea videos que posteriormente se publican en esta y otras redes sociales, dando lugar a su viralización y haciendo que los menores queden expuestos a todos los peligros de Internet.
- 2 Aunque** esta aplicación exige que los menores tengan al menos 13 años para crear un perfil, cualquiera puede acceder a ella.
- 3 Algunos menores** suelen contar su vida y dar detalles como el lugar en el que viven, el colegio al que van o los lugares que visitan habitualmente, exponiéndose a ser víctimas de algún delito.
- 4 Si la cuenta** del menor es pública, puede recibir mensajes privados de cualquier persona sin ninguna restricción.
- 5 Los retos** que se proponen pueden poner en peligro a los usuarios, incluso poniendo en riesgo sus vidas.
- 6 Existen ambiciosas** campañas de marketing que tienen que ver con la creación de la propia moneda de cambio de la red social: los *TikTok Reward Points*, donde los menores pueden ganar estos puntos y canjearlos por cupones de descuento en las tiendas de las empresas que lo patrocinan. Lo que puede desarrollar una continua necesidad de uso entre los adolescentes. Por ello, te recomendamos estar siempre a la expectativa.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx





¿QUÉ ES EL TRASHING?



El **trashing** es una forma de obtener información a través de archivos y documentos desechados con la finalidad de cometer fraudes y/o robos de identidad.

Esta información se puede obtener tanto de la papelería de reciclaje de dispositivos electrónicos, como de las papeleras o contenedores de basura.

Algunas recomendaciones para evitar ser víctima de un fraude financiero por **trashing**:



- Si vas a tirar en el bote de basura facturas, copias de tus identificaciones, estados de cuenta o cualquier otro documento, destrúyelos bien, de forma que ningún dato importante sea visible.
- En el caso de cualquier ticket, revisa la información sensible y táchala con un plumón negro indeleble.
- Vigila tu buzón para tomar lo antes posible los estados de cuenta o documentos bancarios que lleguen a tu casa.
- Cuando vayas a cajeros automáticos y recibas el ticket, no lo dejes en la sucursal, destrúyelos y tíralos más tarde en tu casa.



Por una colmena
SEGURA

Recuerda pensar antes de actuar
800 panicug (7264284)
sos@ugto.mx

