

# AUTOPROTECCIÓN Y PREVENCIÓN

## AUTOPROTECCIÓN Y PREVENCIÓN

¿Qué  
hacer ante una situación de emergencia?

En términos generales, es natural que ante una situación de riesgo o emergencia, pueda existir una sensación de miedo e inseguridad. Por eso, antes que nada, tratar de mantener la calma necesaria que le permita adoptar las decisiones más aconsejables y oportunas.

La Serenidad y la reflexión son los mejores aliados para afrontar una situación que entrañe algún tipo de amenaza o peligro. Además, la tranquilidad de su comportamiento favorecerá la seguridad de las personas que estén a su alrededor.

La utilización simultánea y de forma masiva del teléfono puede producir el bloqueo de las líneas. En estos casos, usted puede colaborar usando su teléfono únicamente en caso de extrema necesidad.

Como medida preventiva siempre le será útil y le facilitará los primeros momentos de una emergencia:

- Disponer de una radio, una linterna a pilas y un botiquín.
- Tener localizados los documentos más relevantes.
- Tener a mano los números de teléfono de la Policía Local (101), Defensa civil (103), Bomberos (100), Servicios Médicos (107).
- Recordar que propagar rumores e informaciones exageradas, incompletas o deformadas puede confundir y alarmar a otros posibles

afectados y perjudicar la eficaz solución de la emergencia.

Como medida de precaución ante vientos de gran intensidad y/o tormentas, conviene tomar algunas precauciones:

Recuerde:

-  
Las medidas de prevención ayudan a reducir el daño que pueda derivarse de los desastres.

-  
En caso de emergencia, conocer algunas pautas de autoprotección, ayuda a tomar decisiones que pueden favorecer su seguridad como la de los demás.

Es importante informarse de las condiciones meteorológicas y estar atento a las indicaciones que se vayan dando.

En caso de tormenta eléctrica, alejarse de zonas elevadas, árboles altos y estructuras metálicas...

Si estás en tu casa, evitar corrientes de aire, cerrar las ventanas y desconectar aparatos eléctricos (televisor, radios, computadora, microondas, etc.)

Si estás en el campo o monte con inconvenientes para llegar a un lugar seguro, y existe mucha actividad eléctrica (rayos), quédate en el coche con el motor apagado y sus puertas y ventanas cerradas, a fin de evitar ser alcanzado por descargas eléctricas.

En el hogar, revisa desagües y limpia patios y terrazas de residuos, bolsas de plástico y basuras en general.

Evitar los desplazamientos por rutas (viajes), si es necesario hacerlos, tomar las precauciones por la posible presencia de obstáculos en los caminos. En todo caso, infórmate de las condiciones meteorológicas de la zona a la que se quiere ir.