

## **ANEXO III: INFORMACIÓN A LA POBLACIÓN**

### **3.1. INTRODUCCIÓN**

### **3.2. INFORMACIÓN PREVENTIVA**

### **3.3. INFORMACIÓN DURANTE LA CATÁSTROFE**

### **3.4. INFORMACIÓN SOBRE VUELTA A LA NORMALIDAD**

### **3.5. NORMAS Y CONSEJOS**

### **3.1. INTRODUCCIÓN**

---

La información es un medio de protección básico ante cualquier emergencia. Una población desinformada es a todos los efectos una población desprotegida.

Por ello, ante una situación de riesgo que puede amenazar a la población, las autoridades deben informar a las personas afectadas y deben hacerlo de manera clara, concisa, suficiente, en el tiempo adecuado y de manera que se fomenten entre la población reacciones de colaboración y no de pánico.

La información no debe ser alarmista, pero tampoco debe despreocupar por completo a la población.

Los aspectos de los que se debe informar a los afectados son:

- ❑ Características de los riesgos a los que están expuestos los ciudadanos.
- ❑ Medidas adoptadas para evitarlos o minimizarlos.
- ❑ Medidas que debe tomar la población para protegerse en caso de que estos riesgos se materialicen.

Es importante:

- ❑ La colaboración de los medios de comunicación.
- ❑ Reconocer los aspectos emocionales de la percepción de riesgos y reaccionar ante ellos.
- ❑ Crear confianza recalcando las acciones que se llevan a cabo para controlar, afrontar y reducir el riesgo.
- ❑ Elegir un portavoz que se encargue de dar los comunicados, notas de prensa, etc.
- ❑ Demostrar sinceridad y respeto por los ciudadanos. Las autoridades deben adoptar una postura abierta y flexible que reconozca sus errores y proporcione información desde el primer momento aunque el riesgo se considere pequeño.
- ❑ Utilizar un lenguaje claro, conciso, convincente y asequible para todos. Evitar tecnicismos y ambigüedades. Todas las personas deben entender el idioma en que se informa y se avisa a la población, poner especial atención a colectivos inmigrantes, turistas, y personas con discapacidad.

### **3.2. INFORMACIÓN PREVENTIVA**

---

Es la que se proporciona a la población en situación de normalidad sin que se haya producido ninguna alarma o situación de emergencia. Su objetivo es dar a conocer a la ciudadanía los riesgos a los que están expuestos y las actuaciones a llevar a cabo en caso de emergencia así como las medidas de seguridad y autoprotección que deben adoptar.

La información debe estar basada en las indicaciones y recomendaciones ante los distintos riesgos que se dan en el PEMUSAN.

El soporte o vehículo para facilitar esta información puede variar en función de los requerimientos de cada colectivo o población dependiendo de los que se estimen que se van a comprender mejor y van a tener una mayor acogida.

Para una correcta difusión de la información a la población, necesaria para minimizar las probabilidades y las consecuencias de los posibles riesgos, las autoridades deben establecer campañas periódicas y con el grado de difusión adecuado.

### 3.3. INFORMACIÓN DURANTE LA CATÁSTROFE

En este punto se incluyen modelos tipo de comunicado a la población en el momento de:

- ❑ Inicio de emergencia
- ❑ Durante el desarrollo de la emergencia
- ❑ Aviso de estado de alerta
- ❑ Aviso de confinamiento
- ❑ Aviso de evacuación

Estos modelos se proporcionan a modo de ejemplo, pudiéndose elaborar modelos tipo de comunicados y avisos a la población para cada tipo de riesgo.

Los medios de comunicación que se deben utilizar en esta fase son los que lleguen a más personas en el menor tiempo posible, éstos son los grandes medios de comunicación de masas, radio, TV y prensa, donde se emiten los comunicados oficiales por parte de las autoridades.

Además se deben mantener líneas de teléfonos de atención al ciudadano, e incluso sistemas de megafonía fija y móvil, donde se darán las pautas a seguir por la población y mensajes tranquilizadores a ésta en zonas concretas donde la emergencia haya afectado especialmente.

Se debe prestar especial atención con las personas discapacitadas, para hacerles llegar la información mediante sistemas adecuados a cada tipo de discapacidad.

#### COMUNICADO DE INICIO DE EMERGENCIA

Protección Civil del Ayuntamiento de Santander comunica que a las (*hora inicio del siniestro*) horas del día (*día*) se ha producido (*clase de siniestro*) en (*zona siniestrada*).

Se ha comunicado inmediatamente al Centro de Coordinación Operativa desde donde se ha decidido activar el Plan de Emergencia Municipal previsto para estas situaciones.

Los datos que se tienen hasta el momento son los siguientes:

- El siniestro ha comenzado (*causas si se conocen*) y en este momento la situación es (*situación actual*) (controlado, extendiéndose...).
- Se han producido (*nº de víctimas mortales, si procede*) víctimas mortales, y (*nº heridos, si procede*) heridos, de los cuales (*nº de heridos graves, si procede*) se encuentran en estado grave. Por el momento (*nº de desaparecidos, si procede*) personas se encuentran desaparecidas.
- Los heridos han sido trasladados a los siguientes centros sanitarios: (*Relación de los centros sanitarios a los que se ha trasladado a los heridos*).
- El siniestro ha afectado a (*zona siniestrada*), donde se encuentran movilizados los siguientes grupos operativos:  
(*Relación de grupos operativos y organizaciones activas*).
- Se prevé la actuación próxima de:  
(*Relación de grupos operativos y organizaciones pendientes de movilización*).

Esta información se actualizará en función de la evolución del siniestro. Las personas que deseen obtener información sobre las personas afectadas deben ponerse en contacto con (*personal asignado para informar al público*).

## COMUNICADO DURANTE LA EMERGENCIA

Protección Civil del Ayuntamiento de Santander comunica que a las (*hora de inicio del siniestro*) horas del día (*día*) se ha producido (*clase de siniestro*) en (*zona siniestrada*).

Los datos de que se disponen hasta el momento son los siguientes:

- El siniestro ha comenzado (*causas si se conocen*) y en este momento la situación es (*situación actual*) (*controlado, extendiéndose...*).
- La relación provisional de personas afectadas es la siguiente:  
(*nº de víctimas mortales, si procede*) víctimas mortales.  
(*nº de heridos graves, si procede*) heridos graves.  
(*nº de heridos leves, si procede*) heridos leves.  
(*nº de desaparecidos, si procede*) personas desaparecidas.
- Los heridos están siendo atendidos en los siguientes centros sanitarios:  
(*Relación de centros sanitarios*).
- El siniestro ha afectado a (*zona siniestrada*), donde se encuentran movilizados los siguientes grupos operativos:  
(*Relación de grupos operativos*).
- Se prevé la actuación próxima de los siguientes grupos operativos:  
(*Relación de grupos operativos y organizaciones pendientes de movilización*).

Esta información se actualizará en función de la evolución del siniestro. Las personas que deseen obtener información sobre las personas afectadas deben ponerse en contacto con (*personal asignado para informar al público*).

## AVISO DE ESTADO DE ALERTA

Atención, Atención, Aviso urgente a la población de Santander. Protección Civil pone en su conocimiento que se ha producido un (*el tipo de emergencia*), que no es grave, repetimos QUE NO ES GRAVE, en (*zona donde se ha producido la alarma*).

Protección Civil del Ayuntamiento de Santander, de forma provisional, declara el ESTADO DE ALERTA, lo que significa que existe posibilidad de que se produzca una situación grave con riesgo de accidente.

Ante todo se pide a la población que mantenga la calma y que siga estrictamente las siguientes medidas:

- Todas las personas que se encuentren, en este momento, dentro de la zona delimitada por (*zonas entre las cuales se encuentra comprendida la alarma*), deben seguir las siguientes instrucciones:  
(*Instrucciones especificadas del tipo de alerta*).
- Asimismo, se pide a la población que esté atenta a los comunicados que Protección Civil emitirá a través de los (*sistemas de megafonía, si procede*), o a través de las emisoras de radio (*emisoras de radio definidas*).

Repetimos, de momento no hay ningún peligro. Simplemente se toman medidas de precaución.

## AVISO DE CONFINAMIENTO

Atención, Atención, Aviso urgente a toda la población que en este momento se encuentra en (*ámbito territorial donde se está produciendo la alerta*) o sus cercanías.

Protección Civil del Ayuntamiento de Santander pone en conocimiento de toda la población que se ha producido un accidente en (zona donde se ha producido el accidente).

En este momento, se está trabajando intensamente para conocer el alcance y las consecuencias que este accidente pueden tener.

- Todas las personas que se encuentren, en este momento, dentro de la zona delimitada por (*zonas entre las cuales se encuentra comprendida la alarma*), deben seguir las siguientes instrucciones:
- Permanezcan dentro de los edificios.
- No circulen por la calle.
- Cierren herméticamente las puertas y ventanas.
- No intenten ir a buscar a ninguna persona, ni siquiera a sus hijos, los profesores saben como cuidarlos.
- Corten los suministros de Agua, Gas y Electricidad.
- Permanezcan atentos a los comunicados que Protección Civil emitirá a través de los sistemas de megafonía, si procede, o a través de las emisoras de radio (emisoras de radio definidas).

## AVISO DE EVACUACIÓN

Atención, Atención, Aviso urgente a la población que en este momento se encuentre en (*ámbito territorial al que afecta la evacuación*).

Protección Civil del Ayuntamiento de Santander pone en su conocimiento que debido a (*causa por la que se hace la evacuación*) se va a realizar la evacuación de toda la población afectada.

A todas las personas que se encuentran, en este momento, en (*zonas donde se va a proceder a la evacuación*), les pedimos sobre todo calma y que sigan estrictamente las siguientes medidas:

- Salgan todos de sus casas hacia los siguientes puntos de reunión: (*Puntos de concentración*).
- No utilicen los medios móviles propios.
- Recojan a los niños que se encuentren en su camino.
- Déjense orientar por la policía y miembros de Protección Civil.
- Permanezcan atentos a los comunicados que Protección Civil emitirá a través de los sistemas de megafonía, si procede, o a través de las emisoras de radio definidas emisoras de radio.
- Lleven consigo la documentación, y las medicinas personales que necesiten.
- Si existe algún enfermo o impedido, llamen a algunos de los siguientes números de teléfono: (*Relación de teléfonos*), y esperen la llegada de la ambulancia.

### 3.4. INFORMACIÓN SOBRE VUELTA A LA NORMALIDAD

#### COMUNICADO DE FINAL DE EMERGENCIA

Protección Civil del Ayuntamiento de Santander comunica que el Director del Plan de Emergencia Municipal (*Alcalde*) ha dado por finalizado el estado de emergencia producido por (*siniestro producido*).

El siniestro ha afectado a (*zona siniestrada*) y ha tenido una duración de (*tiempo que ha durado el siniestro*). Con los datos que se tienen hasta el momento, se cree que ha sido producido por (*causas que han motivado el siniestro*).

- La relación final de personas afectadas es la siguiente:  
(*nº de víctimas mortales, si procede*) víctimas mortales.  
(*nº de heridos graves, si procede*) heridos graves.  
(*nº de heridos leves, si procede*) heridos leves.  
(*nº de desaparecidos, si procede*) personas desaparecidas.
- Los heridos están siendo atendidos en los siguientes centros sanitarios:  
(*Relación de centros sanitarios*).
- Protección Civil del Ayuntamiento de Santander, en nombre de la Dirección del Plan (*Alcalde*), agradece a todos los organismos, personas y entidades que han colaborado, el esfuerzo demostrado, así como el comportamiento de las personas afectadas.
- De la misma forma expresamos nuestro sentimiento a los familiares de las víctimas, así como el deseo de la pronta recuperación de los afectados y heridos (*en ambos casos si procede*).

### 3.5. NORMAS Y CONSEJOS

#### RECOMENDACIONES: Emergencias en General

- ❑ Lo primero es tomar todas las **precauciones** necesarias para que el accidente o catástrofe no se produzca.
- ❑ Ante cualquier emergencia es esencial que **mantenga la calma**. El miedo y la inseguridad son reacciones naturales en estas situaciones, sin embargo, debemos superarlos con **serenidad y reflexión**.
- ❑ **No correr ni gritar** para no crear una situación de pánico general, esto sólo generaría más daños y víctimas.
- ❑ **No propague rumores ni información incompleta, exagerada o deformada**. Esto sólo serviría para entorpecer la resolución de la situación de emergencia.
- ❑ Tenga a mano los **teléfonos** de los Bomberos, la Policía, Urgencias Médicas o Protección Civil. Recuerde el **número común para emergencias: 112**.
- ❑ Utilice el **teléfono sólo para llamadas urgentes** o para alertar a las autoridades o servicios de emergencia. Una utilización masiva del teléfono produciría un colapso de las líneas.
- ❑ Tenga siempre localizados sus **documentos importantes**.
- ❑ Tener una **radio**, una **linterna** a pilas o un **botiquín** de primeros auxilios puede resultarle de gran ayuda en caso de emergencia.
- ❑ Permanezca atento a las **informaciones oficiales** que se proporcionan en los medios de comunicación.

#### RECOMENDACIONES: Incendio de Edificios

- ❑ Lo primero que se debe hacer para protegerse de un incendio es hacer todo lo posible para **no provocarlo**. **Respete la señalización** de prohibido fumar y otras normas preventivas de los edificios.
- ❑ Si percibe un **pequeño fuego trate de apagarlo**, si no puede hacerlo avise a los bomberos o encárguese de que alguien les avise.
- ❑ Trate de **apagar un fuego sólo si**:
  - Dispone de una **salida** de la habitación, cercana.
  - El incendio **no es muy aparatoso**.
  - Dispone de los **medios de extinción adecuados**.
- ❑ **No eche agua a un fuego** cuando su origen sea **eléctrico o líquidos inflamables**.
- ❑ **Si el fuego prende sus ropas** no corra, échese al suelo y comience a **rodar**. Si le ocurre a otra persona cúbrale con alguna prenda a ser posible húmeda. No se quite la ropa si tiene quemaduras.
- ❑ Si hay mucho **humo** cúbrase nariz y boca con un **pañuelo húmedo** y salga **agachado**.
- ❑ **Trate de descender** ya que el fuego se propaga más rápidamente hacia arriba. Sin embargo, si un piso se derrumba, hará que el fuego llegue al piso inferior. Escaleras, ascensores y conductos de aire acondicionado son especialmente peligrosos.



## RECOMENDACIONES: Incendio de Edificios

- ❑ **Nunca use el ascensor** en caso de incendio.
- ❑ **Antes de abrir una puerta compruebe la temperatura de la misma**, esto le indicará si hay fuego al otro lado. En caso de haber fuego no abra la puerta.
- ❑ Al salir de una estancia, si hay fuego, **cierre todas las puertas y ventanas** ya que las corrientes favorecen la propagación.
- ❑ Si se encuentra aislado por el fuego sitúese en la habitación más alejada del fuego, recuerde que no debe tratar de ascender a no ser que los equipos de emergencia le esperen allí.
- ❑ **Nunca se lance a la calle** a no ser que los equipos de rescate le esperen con mantas o lonas, **tampoco trate de descender con sábanas anudadas**, muchas personas mueren así sin darse cuenta de que ya iban a rescatarlas.
- ❑ Si se ve obligado a **atravesar una zona en llamas** para ponerse a salvo **cúbrase con una toalla u otra prenda mojada** y corra, no se detenga a recoger nada.

### Recomendaciones para el uso de extintores.

- ❑ Compruebe que el **agente** extintor es el **adecuado** para el tipo de fuego.
- ❑ Verifique que el manómetro tiene la **presión** adecuada, esto ocurre cuando la aguja indica la zona verde.
- ❑ **Quite el seguro** y compruebe que el **extintor funciona** con una aplicación corta.
- ❑ **Acérquese al fuego agachado**, y si es en el exterior, de espaldas a la dirección de soplo del viento.
- ❑ Dirija el **chorro** de extintor **a la base de las llamas** y continúe aplicando el contenido hasta que no quede ningún rescoldo encendido.

## RECOMENDACIONES: Explosiones

- ❑ Si se encuentra en una zona con riesgo de explosión abandone su casa y **diríjase lo más rápido posible a una zona alejada** al menos 500 m, una vez allí procure guarecerse.
- ❑ Si se encuentra en el interior de un edificio y escucha una **explosión resguárdese bajo un mueble sólido** o échese al suelo y protéjase la nuca con las manos. **Espere unos instantes** antes de salir para que se disipe una posible nube de polvo o humo.
- ❑ **Aléjese de cristales**, tabiques u otros elementos que puedan actuar como proyectiles.
- ❑ Si está **en el exterior permanezca al abrigo de construcciones sólidas**, no se detenga a observar ningún incidente que pueda desencadenar una explosión.



## RECOMENDACIONES: Evacuación de Edificios

- ❑ Cuando se encuentre en un edificio público procure  **fijarse en la señalización** de recorridos de evacuación y salidas de emergencia.
- ❑ Si ocurre una emergencia o suena una alarma procure  **no perder la calma**, es la única manera de mantenerse a salvo y ayudar a los demás.
- ❑  **Siga las instrucciones** que recibirá del equipo de autoprotección y los servicios de emergencias. No intente nada si no tiene total seguridad de lo que va a hacer.
- ❑  **Diríjase a la salida** más cercana lo más rápido posible pero de manera ordenada y sin atropellar a otras personas. Nunca se detenga cerca de las puertas para no obstruirlas.
- ❑  **No utilice ascensores**, montacargas ni escaleras mecánicas. Baje por las escaleras de manera ordenada, si piensa que la estructura puede estar dañada toque los peldaños antes de apoyarse en ellos. Si hay escaleras exteriores metálicas utilícelas ya que son más seguras.
- ❑  **No se tire a la calle** ni trate de bajar por sábanas anudadas esto provoca más víctimas que las propias emergencias, hágase ver por los bomberos, ellos acudirán a su rescate.
- ❑  **Al salir siga la línea de las paredes** ya que el mayor riesgo de hundimiento está en la parte central de las estancias.
- ❑  **Deje el coche en el aparcamiento**, recójalo cuando la situación esté completamente controlada.
- ❑ Una vez en la calle, tras reponerse, colabore si es necesario con los equipos de salvamento.

## RECOMENDACIONES: Peligros en Espectáculos y Concentraciones.

Las concentraciones de personas para presenciar espectáculos o acontecimientos deportivos conllevan  **riesgos** ya sea por el propio  **comportamiento de la multitud** o por las consecuencias de un  **posible accidente** en un lugar con elevada densidad de personas. Por ello se recomienda:

- ❑  **Acordar un punto de reunión** en un lugar seguro por si se produce algún extravío.
- ❑  **Fíjese en los recorridos de evacuación y salidas** de emergencia así como en la situación de los medios de protección contra incendios.
- ❑ Si ha acudido con  **niños** no los pierda de vista y aléjelos de las aglomeraciones ya que se pueden producir aplastamientos.
- ❑  **Deje libres pasillos y accesos.**
- ❑  **No se sitúe en barandillas** o cualquier otro sitio que no esté destinado a localidades para el público ya que pueden producirse accidentes colectivos.
- ❑ Tenga paciencia a la hora de estacionar su vehículo y al salir de los  **aparcamientos**, no realice maniobras peligrosas.
- ❑ Asegúrese de  **cerrar bien su vehículo** y de no dejar objetos a la vista.
- ❑  **Evite cualquier altercado violento**, no lleve consigo objetos peligrosos tales como bengalas, botellas de cristal, etc. No exhiba simbología que pueda provocar reacciones violentas. En caso de producirse algún altercado aléjese del lugar u avise a los agentes de seguridad o policía.
- ❑ Si ocurre algún  **accidente o situación de emergencia** conserve la  **calma**, siga las  **instrucciones** de los servicios del orden y de emergencia, si fuera necesario evacuar siga las “recomendaciones en caso de Evacuación de edificios”.

## RECOMENDACIONES: Evacuación de la Población

Si ante una emergencia es necesario evacuar a la población es fundamental **conservar la calma** y abandonar el lugar de manera ordenada. Si se encuentra en esta situación **no se deje llevar por el pánico** y respete al máximo las normas de circulación.

### ANTES DE ABANDONAR SU VIVIENDA:

- Prepare el **equipaje** familiar: algo de ropa, víveres no perecederos, medicinas, documentación, mantas, radio, linterna y algo de dinero y tarjetas de crédito. El equipaje debe ser ligero.
- Asegúrese de **cerrar bien las puertas y las ventanas** de su vivienda.
- Cierre las llaves de paso de agua, gas y electricidad.**
- La autoridad le indicará un punto de reunión, los medios de transporte posibles y una ruta segura, permanezca atento a las **informaciones oficiales.**

### AL LLEGAR A SU DESTINO:

- Informe a las autoridades de su llegada** y la de las personas que le acompañan indicando sus datos y dirección.
- Permanezca atento a las instrucciones** de los equipos de salvamento y las autoridades.
- Si se encuentra en un albergue u otro alojamiento provisional colectivo respete al máximo las **normas de convivencia** y las instrucciones que reciba.

### AL REGRESAR A SU VIVIENDA:

- Revise las condiciones de la estructura y otros elementos por si hay riesgo de desprendimiento.
- No beba agua si no está seguro de que reúne las condiciones de salubridad. Siga las instrucciones sanitarias de las autoridades.

## RECOMENDACIONES: Transporte de mercancías peligrosas

- Los vehículos con **etiquetas de peligro y señales de identificación** con fondo naranja pueden llevar alguna de las siguientes sustancias peligrosas: materiales explosivos, líquidos o gases a presión, líquidos o sólidos inflamables, sustancias comburentes, tóxicas, corrosivas o radiactivas.
- Cuando circule detrás de un camión con esta señalización extreme las precauciones. Guarde escrupulosamente las **distancias de seguridad.** Sea muy cauteloso en la realización de **adelantamientos.**
- Si observa alguna **fuga o pérdida** avise urgentemente al conductor.
- Si se aproxima al lugar del accidente hágalo siempre en el **sentido contrario de la dirección del viento** y por la parte lateral del vehículo.
- Trate de **auxiliar al conductor** si se encuentra herido.
- Tome nota de los **números de la placa naranja.** Si aparece una **X** significa que **no se debe arrojar agua** sobre la sustancia.
- Avise** lo más rápido posible a las autoridades y servicios de emergencia **indicando** de la manera más precisa posible:
  - Tipo de accidente
  - Lugar del accidente, lo más exacto posible: carretera y punto kilométrico.
  - Los números de la placa naranja y etiquetas de peligro.
  - Si hay heridos, cuantos y de qué tipo.

- ❑ Si se encuentra **en casa cierre puertas y ventanas**, trate de taponar conductos de ventilación y conecte una radio a pilas para recibir instrucciones de las autoridades y servicios de emergencia.

### RECOMENDACIONES: Intoxicación por Productos Químicos

- ❑ Si manipula productos peligrosos tanto en casa como en el trabajo lea detenidamente las **etiquetas e instrucciones** de uso y siga siempre dichas instrucciones.
- ❑ Si se ve expuesto a una **nube de gas tóxico** trate de salir de su influencia lo más rápido posible. Siga las instrucciones de las autoridades y equipos de emergencia.
- ❑ En casa mantenga siempre los productos tóxicos (de limpieza, pinturas, medicinas, etc.) en sus **envases originales** y siga las instrucciones que en ellos se indican. Manténgalos en un lugar seguro fuera del alcance de los niños.
- ❑ Cuando manipule pinturas, disolventes, amoníaco, y otros productos **volátiles** hágalo siempre **en lugares bien ventilados**.
- ❑ Mantenga siempre los **calentadores de gas** en lugares bien ventilados. No utilice **estufas de gas** en los dormitorios.
- ❑ No mantenga el **coche con el motor en marcha** en el garaje ni en ningún local mal ventilado ya que se pueden producir asfixias.

### RECOMENDACIONES: Accidentes de Tráfico

- ❑ Cumpla rigurosamente el reglamento de circulación aunque vea que otros no lo hacen.
- ❑ Aunque tenga prisa respete siempre los límites de velocidad y maniobre con precaución y calma. El exceso de velocidad es la principal causa de accidentes de tráfico.
- ❑ Tenga su coche al día en todas las revisiones de mantenimiento.
- ❑ Además de los dispositivos obligatorios de seguridad, es conveniente llevar un pequeño extintor en su automóvil.

### Recomendaciones en caso de sufrir o presenciar un accidente de tráfico

- ❑ Ante cualquier accidente la secuencia de pasos a seguir es:
  - 1º Proteger:** Protegerse a uno mismo. Señalizar el lugar de los hechos y hacerlo seguro para la circulación.
  - 2º Alertar** a los servicios de emergencia (Bomberos, Guardia Civil, Servicios sanitarios)
  - 3º Socorrer** a las víctimas (primeros auxilios)
- ❑ **Estacione** su vehículo en un lugar seguro y **señalice el lugar** del accidente: 50 m por delante y por detrás en vías interurbanas y 100 m por detrás en autopistas y autovías. **Pare el motor** e inmovilice el vehículo.
- ❑ **Si el coche se ha incendiado no use agua** para apagarlo, sólo arena o el extintor.
- ❑ **Pida auxilio** a los servicios de emergencia (061 ó 112) y facilite la mayor **información** y lo más **precisa** posible acerca de la causa del accidente, nombre y punto kilométrico de la carretera donde se encuentran, número de víctimas, etc.

## RECOMENDACIONES: Accidentes de Tráfico

- ❑ Compruebe el estado de los heridos. **Si no es estrictamente necesario no mueva a los heridos** ya que les puede provocar más lesiones y más graves de las que ya tengan. Si hay que movilizar a las víctimas hacerlo de forma segura: de manera horizontal y rígida como si fueran un bloque entre, al menos, tres personas.
- ❑ Si la víctima se encuentra en “shock” póngale los pies en alto y arrópelos aunque haga calor.
- ❑ Impida que el público rodee al herido y aplique **primeros auxilios** según sus conocimientos. No haga nada de lo que no esté seguro.
- ❑ **Permanezca con el herido** hasta que se quede al cargo de los servicios de emergencia.

## RECOMENDACIONES: Seguridad en el Hogar

### Medidas de prevención con los niños

- ❑ El hogar es donde se producen la mayoría de los accidentes, extreme la seguridad en su hogar.
- ❑ Si hay niños en casa no deje nunca a su alcance productos tóxicos ni medicinas.
- ❑ La cocina es el lugar más peligroso de la casa, no deje a los niños solos en la cocina y vigíelos siempre que se encuentren en ella. No deje sartenes con mangos sobresaliendo, aparatos eléctricos encendidos, la plancha, etc.

### Medidas de prevención de incendios

- ❑ Evite la acumulación de periódicos, cajas de cartón, ropa sin usar, sustancias combustibles como, por ejemplo, pinturas.
- ❑ No acerque estufas, braseros ni nada parecido a cortinas ni elementos textiles fácilmente combustibles.
- ❑ Cuidado con los cigarrillos, no fume en la cama y recuerde apagarlos bien antes de tirarlos a la basura.
- ❑ Limpie con frecuencia la grasa que se acumula en los extractores de humo.
- ❑ Tenga cuidado con la plancha de la ropa y las sartenes en el fuego.

### Extinción de pequeños incendios

- ❑ Si lo que se quema es **papel, madera o textiles arroje abundante agua** a la base de las llamas.
- ❑ Si lo que se quema son **aceites o aparatos eléctricos nunca arroje agua**, trate de apagarlo colocando una manta húmeda o una tapadera.
- ❑ Si dispone de un **extintor** utilícelo.
- ❑ **Si sus ropas arden** no corra, échese a rodar al suelo.
- ❑ Si ha de evacuar la casa siga las “recomendaciones en caso de evacuación de un edificio” y “recomendaciones en caso de incendio de edificios”.

### Recomendaciones para el uso de aparatos y redes eléctricas

- ❑ Su instalación eléctrica debe disponer de sistemas de puesta a tierra y diferencial, si no es así llame a un instalador.
- ❑ No intente reparar ni limpiar aparatos eléctricos conectados.
- ❑ Todos los elementos conductores deben estar perfectamente aislados, si observa algún desperfecto repárelo.
- ❑ En caso de tormenta desconecte la antena del televisor.
- ❑ Evite utilizar “ladrones” de múltiples entradas para conectar varios aparatos eléctricos a una misma toma.
- ❑ Mantenga el cableado de los aparatos eléctricos ordenado, desenrollado y libre de amontonamientos.

## RECOMENDACIONES: Desastres Naturales y Condiciones Meteorológicas Adversas

### Recomendaciones en caso de INUNDACIONES O AVENIDAS

- ❑ Si se prevén inundaciones o lluvias muy intensas **revise su tejado**, las **bajadas de agua** de su vivienda y las **cunetas**. Que no contengan escombros, tierra, hojas, etc.
- ❑ Retire del exterior de su vivienda mobiliario y **objetos que puedan ser arrastrados** por el agua.
- ❑ Coloque los **objetos de valor, documentos y productos peligrosos en las zonas más altas de la casa**.
- ❑ **Almacene agua, víveres** y los **medicamentos** que necesite habitualmente. Tenga preparados una linterna a pilas, una radio y un botiquín de primeros auxilios.
- ❑ Desconecte **aparatos eléctricos**, a no ser que estén mojados.
- ❑ **Manténgase informado y siga las instrucciones** de las autoridades y equipos de emergencia.
- ❑ Si es necesaria la **evacuación** siga las “recomendaciones en caso de evacuación de la población.
- ❑ Si tiene que viajar en **automóvil** hágalo por carreteras principales, siempre de día y sin atravesar zonas inundadas. Infórmese de las condiciones de las vías antes de emprender el viaje.
- ❑ Si está en el campo **evite cauces de ríos** y arroyos además de las **zonas bajas** de laderas y colinas.
- ❑ Preste atención a posibles **corrimientos de tierra, socavones, cables o cualquier otro objeto caído**.

### Recomendaciones en caso de TORMENTA

#### EN EL CAMPO:

- ❑ Las **lluvias torrenciales** pueden originar **grandes avenidas** en unos instantes y convertir el cauce de un río o una presa en un gran torrente de agua que arrase todo a su paso.
- ❑ Si hay **tormenta eléctrica** aléjese de las vallas, alambradas y cualquier otro elemento metálico. No se refugie debajo de árboles altos o rocas aisladas. Evite los lugares más altos de las colinas, si usted es el objeto más alto de la zona corre el riesgo de sufrir descargas.
- ❑ **Si viaja por carretera** deténgase en un lugar con buena visibilidad y al reanudar la marcha evite atravesar zonas inundadas ya que la corriente puede arrastrarle.

#### EN LA CIUDAD:

- ❑ Si está **en casa cierre puertas y ventanas** ya que las corrientes de aire atraen los rayos. Desconecte los **aparatos eléctricos** y la antena del televisor.
- ❑ Si pasea por **zonas portuarias** diríjase al interior, el borde del mar es muy peligroso cuando hay tormenta. Hay que evitar también bañarse en piscinas y **playas** y si practica la **pesca** desmonte las cañas ya que pueden atraer rayos.

### Recomendaciones en caso de OLAS DE CALOR

- ❑ Cuando las temperaturas son muy altas (**más de 40°C**) se pueden producir **daños en la salud**. Además en zonas costeras la **elevada humedad** aumenta la sensación de calor y por tanto los problemas.
- ❑ Ante una ola de calor hay que tener cuidado con los **colectivos especialmente sensibles**: niños, ancianos y personas con enfermedades respiratorias.
- ❑ **Evite** la exposición prolongada al **sol**, especialmente en las horas en que es más intenso: entre la 1 y las 5 de la tarde.
- ❑ Tras una exposición prolongada al sol no se introduzca de golpe en el **agua**, trate de aclimatar su cuerpo mojándolo poco a poco.
- ❑ Con altas temperaturas pueden darse procesos de **deshidratación**, en ese caso ingiera líquidos con sales y no realice esfuerzos físicos.
- ❑ Si alguna persona presenta síntomas de **insolación** llévelo a un lugar fresco, coloque compresas mojadas con agua fría en cabeza y axilas y déle de beber agua con sales. Si no mejora será necesario procurarle asistencia médica.

### Recomendaciones en caso de VIENTOS FUERTES

Los vientos con **rachas de 80 km/h o superiores** provocan accidentes, si se prevén o se están produciendo hay que tomar precauciones:

- ❑ **No viajar en automóvil** a no ser un caso de extrema urgencia. Si se viaja tener especial cuidado con:
  - caída de árboles
  - caída de tendido eléctrico
  - formación de nubes de arena o polvo
  - dificultad para controlar el vehículo.

Se recomienda moderar la velocidad y mantener las luces de cruce si no hay buena visibilidad.

- ❑ En la ciudad tenga especial **cuidado con la caída de cornisas**, tejas, andamios y cualquier objeto que no esté bien fijado. Si las condiciones lo permiten es mejor caminar por el centro de las vías y no buscar refugio en las fachadas de los edificios.
- ❑ Si se encuentra en casa mantenga **cerradas puertas y ventanas**, retire de los balcones las macetas y cualquier otro elemento que pueda caer y disponga de una radio a pilas y un sistema de iluminación alternativo por si falla el suministro eléctrico.



## Recomendaciones en caso de NIEVE Y FRÍO INTENSO

### SI VA A VIAJAR

- ❑ Solicite **información** antes de emprender el viaje acerca del estado de las carreteras y la situación meteorológica.
- ❑ Utilice el **transporte público** siempre que sea posible. Si es imprescindible usar su vehículo **revisar neumáticos, frenos y anticongelante**. Llene el depósito y lleve **cadena**s y ropa de abrigo.
- ❑ Es conveniente llevar un **teléfono móvil** y su cargador.
- ❑ Tenga cuidado con las **placas de hielo**, suelen formarse sobre todo en zonas sombrías.

### SI SE QUEDA ATRAPADO EN LA NIEVE

- ❑ Si el temporal le sorprende **dentro del coche** permanezca en su interior. Mantenga el motor en marcha y la calefacción en funcionamiento. Trate de no quedarse dormido ya que así disminuye la temperatura corporal. Renueve el aire del interior cada cierto tiempo.
- ❑ Mantenga libre de obstrucciones el tubo de escape para que no entre el humo al interior del vehículo.
- ❑ Sintonice las emisoras de radio locales, en ellas le darán información e instrucciones oficiales.

## Recomendaciones en caso de INCENDIOS FORESTALES y DE VEGETACIÓN

Muchos de los incendios forestales y de vegetación se producen por negligencias de las personas que los visitan. Por ello la mejor medida de protección frente a estos desastres es prevenirlos. Algunas medidas para prevenirlos son:

- ❑ **Absténgase de encender fuegos** en el monte y en las zonas de vegetación siempre que las condiciones ambientales sean propicias para su propagación. Cumpla las normas que dictan las autoridades a este respecto.
- ❑ **Apague por completo colillas y cerillas**. No los tire por las ventanillas del coche.
- ❑ No abandone objetos de cristal en el campo.
- ❑ Encienda fuegos solamente en las **zonas permitidas** y acondicionadas a tal efecto. Asegúrese de apagarlo por completo antes de abandonar el lugar.

Si se encuentra en las proximidades de un incendio forestal o de vegetación:

- ❑ Trate de alejarse por las zonas laterales más desprovistas de vegetación.
- ❑ Tenga en cuenta que un cambio de dirección del viento puede dejarle acorralado en el interior del incendio. Vaya siempre en sentido contrario a la dirección del viento.
- ❑ No se dirija a barrancos u hondonadas ni trate de escapar ladera arriba cuando el frente del incendio avance en esta dirección.
- ❑ Si observa un incendio forestal, de vegetación, o una columna de humo, avise inmediatamente a los servicios de emergencia y a las autoridades.