

Plan Municipal de Emergencias

Plan Territorial Municipal de Emergencia

Anexo 4: Medidas básicas de autoprotección

Octubre 2010



Soluciones de Seguridad Global
www.belt.es www.belttv.es

ISO 9001:2000



SISTEMA DE GESTIÓN DE CALIDAD CERTIFICADO

ISO 27001:2005



SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD DE LA INFORMACIÓN CERTIFICADO

Índice

1.	RECOMENDACIONES ANTE CUALQUIER TIPO DE EMERGENCIA.....	5
2.	PRECAUCIONES ANTE VIENTOS FUERTES RACHEADOS	6
3.	PRECAUCIONES EN CASO DE TORMENTA	7
4.	PRECAUCIONES ANTE NEVADAS, HIELOS Y OLAS DE FRIO.....	8
5.	PRECAUCIONES ANTE RIESGO DE AVENIDAS E INUNDACIONES	9
6.	PRECAUCIONES ANTE OLAS DE CALOR.....	10
7.	PRECAUCIONES ANTE LA SEQUÍA.....	11
8.	PRECAUCIONES ANTE TERREMOTOS	12
9.	PRECAUCIONES ANTE INCENDIOS EN EDIFICIOS.....	13
10.	PRECAUCIONES ANTE INCENDIOS EN URBANIZACIONES, GRANJAS Y CASAS DE LABOR	14
11.	PRECAUCIONES ANTE INCENDIOS FORESTALES.....	15
12.	PRECAUCIONES ANTE UN PELIGRO DE EXPLOSIÓN.....	16
13.	PRECAUCIONES EN CASO DE INTOXICACIÓN POR PRODUCTOS QUÍMICOS.....	17
14.	PRECAUCIONES ANTE LOS ACCIDENTES DE TRÁFICO	18
15.	PRECAUCIONES ANTE ACCIDENTES EN EL TRANSPORTE DE MERCANCÍAS PELIGROSAS	19
16.	PRECAUCIONES ANTE LOS PELIGROS EN EL HOGAR	20
17.	PRECAUCIONES ANTE LOS PELIGROS EN ESPECTÁCULOS DEPORTIVOS O DE MASAS.....	21
18.	PRECAUCIONES EN CASO DE EVACUACIÓN DE UN EDIFICIO	22
19.	PRECAUCIONES EN CASO DE EVACUACIÓN DE LA POBLACIÓN.....	23

1. RECOMENDACIONES ANTE CUALQUIER TIPO DE EMERGENCIA

Se recogen consignas para los diferentes tipos de emergencias potenciales en el Municipio de Paterna, además de incluir una ficha genérica que se puede utilizar como medidas a tomar ante cualquier riesgo contemplado o no contemplado en el **PME**.

RECOMENDACIONES ANTE CUALQUIER TIPO DE EMERGENCIA

- Tome siempre todo tipo de precauciones para que el accidente o la catástrofe no se produzca.
- Si la catástrofe se produce, mantenga siempre la calma. Piense y luego actúe. No corra ni grite, el pánico suele originar más víctimas que el siniestro en sí.
- Ante cualquier emergencia comuníquelo al 112 o en su defecto al Ayuntamiento, a la Policía Local en casco urbano, a la Guardia Civil en carretera.
- No propague rumores o informes exagerados sobre los peligros o daños.
- Use su teléfono únicamente para llamadas urgentes o para informar a las Autoridades.
- Siga en todo momento las instrucciones que difunda la Autoridad competente.
- Colabore, en la medida de sus posibilidades, con los Servicios de Intervención y Organismos Oficiales que intervienen en el siniestro.
- No hay reglas fijas que puedan eliminar todos los peligros, pero los daños pueden reducirse si se siguen estas normas.

Después de estas mínimas normas de autoprotección en general se detallan las siguientes medidas de autoprotección frente a riesgos genéricos.

2. PRECAUCIONES ANTE VIENTOS FUERTES RACHEADOS

PRECAUCIONES ANTE VIENTOS FUERTES RACHEADOS

- Los vientos fuertes con rachas superiores a 80 km/h producen accidentes que aconsejan la adopción de medidas precautorias, especialmente entre conductores y viandantes.
- Se recomienda** la conveniencia de no viajar en automóvil si no es en caso de extrema urgencia. Son frecuentes los cortes de carretera por caída de árboles, cables de tendido eléctrico o la formación de nubes de arena o polvo que impiden la visibilidad, independientemente de la dificultad para el control del vehículo ante las fuertes rachas de viento. **Conduzca con el máximo de precaución**, disminuyendo la velocidad, y con las luces de cruce u ordinarias encendidas si la visibilidad es escasa.
- En el campo**, en caso de advertir la presencia de cables de tendido eléctrico caídos, no tocarlos.
- En centros urbanos** debe tener mucho cuidado con la caída de cornisas, antenas, paneles publicitarios, andamios y en general con todas las instalaciones provisionales. No se proteja del viento en zonas próximas a muros, tapias o árboles. Ande por la calzada, siempre que la circulación rodada lo permita.
- En los domicilios** tenga los balcones y ventanas bien cerrados, retire las macetas y otros objetos para evitar su rotura y caída a la calle. Prevenga un sistema de iluminación alternativo ante los posibles cortes de energía eléctrica. Disponga de una radio de pilas para mantenerse informado de la situación.
- Siga la evolución meteorológica**, sobre todo en caso de tener previstos desplazamientos, a través de los medios de comunicación.

3. PRECAUCIONES EN CASO DE TORMENTA

PRECAUCIONES EN CASO DE TORMENTA

- La lluvia torrencial puede producir rápidamente grandes avenidas donde sólo había el lecho seco de un río o barranco. También puede originar una subida del nivel del agua en un estrecho canal, o detrás de una barrera que luego puede dejar paso a un torrente de agua que lo arrase todo a su paso.
- En la época de tormentas es preferible no salir de acampada o, en todo caso, al acampar aléjese del fondo de los valles, torrenteras y canales o ríos. Por otra parte, la liberación de cargas eléctricas acumuladas en las nubes puede ser especialmente peligrosa en terreno elevado o cuando usted es el objeto más alto.
- Si viaja por carretera deténgase en un sitio con suficiente visibilidad en ambos sentidos, fuera de la calzada y del arcén si fuera posible, dejando las luces de cruce encendidas. Pasada la tormenta extreme las precauciones en la conducción. En el casco urbano ponga especial atención si no funcionan los semáforos.
- Durante una tormenta eléctrica, manténgase apartado de la cresta de las montañas, de los árboles altos y de las rocas grandes y aisladas. Uno de los mejores lugares para refugiarse es el vehículo con las ventanillas cerradas y las antenas bajadas, o en el interior de una cueva profunda con un mínimo de 1 m. por cada lado. No se refugie en la boca de una cueva o debajo de una roca saliente en terreno montañoso.
- Aléjese de los terrenos deportivos, aparcamientos, campos abiertos y maquinaria agrícola. Es peligroso correr cuando hay tormentas.
- No lleve objetos metálicos cuando haya una tormenta eléctrica, aléjese de las estructuras metálicas, vallas y postes o tendidos de conducción eléctrica.
- En verano ante una tormenta eléctrica evite el baño en piscinas. Si practica la pesca, desmonte las cañas para evitar la atracción de descargas eléctricas.
- En las viviendas mantenga las puertas y ventanas cerradas, y desenchufados de la red los aparatos eléctricos. Desconecte las tomas de antena de los televisores.

4. PRECAUCIONES ANTE NEVADAS, HIELOS Y OLAS DE FRIO

PRECAUCIONES ANTE NEVADAS, HIELOS Y OLAS DE FRIO

- Prepárese** para una eventual situación de emergencia por “inclemencias invernales”, proveyéndose de ropa y calzado adecuado, alimentos, medicamentos de consumo regular y combustible para una semana. Preste atención a las emisoras locales de radio o televisión para obtener información sobre la situación atmosférica.
- Revise los tejados** y bajantes de agua de la vivienda, así como los ajustes de puertas y ventanas exteriores.
- Las calefacciones** con circuito cerrado deberán estar provistas de anticongelante. Si no van a usar la calefacción procure que el circuito de agua no tenga mucha presión. Si las temperaturas bajan mucho, mantenga un grifo ligeramente abierto en casa, a fin de evitar la rotura por congelación de las tuberías.
- Si fuese necesario**, economice la calefacción manteniendo la casa a menos calor que de costumbre. Disponga de algún equipo de emergencia (una estufa de camping) para mantener al menos una habitación suficientemente caldeada.
- Tenga cuidado** con las estufas de carbón eléctricas y de gas, procurando que no estén cerca de visillos, cortinas, etc. Atención a los juegos de los niños en sus inmediaciones.
- Tome precauciones** para evitar el envenenamiento producido por los braseros de picón o estufas de carbón, leña o gas, en lugares cerrados sin renovación de aire, como por ejemplo: airear, ventanas entreabiertas, etc.
- Si pasa mucho tiempo en el exterior** lleve varias prendas ligeras y cálidas superpuestas, antes que una sola prenda de tejido grueso. Las manoplas proporcionan más calor que los guantes. Evite la entrada de aire extremadamente frío en los pulmones, protéjase rostro y cabeza.
- El frío ejerce sobre el corazón** una tensión extra. Si se realizan esfuerzos físicos excesivos se corre el riesgo de sufrir un ataque cardíaco o dañar en exceso su organismo. Las personas de avanzada edad no conviene que salgan a la calle si no es necesario.
- Si va a emprender un viaje**, infórmese antes de los riesgos de inclemencias en las zonas por las que va a desplazarse. Si las condiciones son adversas, aplace el viaje o utilice el transporte público. En todo caso procure no viajar sólo, viaje de día usando las carreteras principales si es posible, y evite conducir de noche o cuando hay ventisca.
- Antes de emprender el viaje** revise los frenos, neumáticos y sistemas de alumbrado, reponga el líquido anticongelante y verifique las bujías, es decir, asegúrese de que el coche está a punto.
- Asegúrese** de que alguien sepa a dónde se dirige, su horario previsto y el tiempo aproximado de llegada a su destino.
- Procure llevar en su coche:** cadenas, pala, cuerda, radio, linterna, ropa de abrigo y el depósito de combustible lleno. También es conveniente llevar algún alimento rico en calorías (chocolate, frutos secos, etc.).
- El peligro extremo se produce** cuando hay ventisca, ya que hay una combinación de aire frío, nevada y fuerte viento, reduciendo la visibilidad.
- Si entra en una zona de hielo o nieve dura** conduzca con suavidad, con marchas cortas, evitando en todo momento frenar bruscamente, es mejor que el vehículo cruce la zona por su propia inercia, mantenga considerables distancias de seguridad con otros vehículos. No utilice las marcas dejadas por otros vehículos, es mejor conducir por nieve “virgen”.
- Si el temporal le sorprende** dentro del coche y lejos de un pueblo, debe permanecer dentro de él. Si tiene la calefacción puesta, deje alguna ventanilla entreabierta para renovar el aire.
- Si carece de experiencia** en la conducción de vehículos en estas condiciones climatológicas, deténgase con las luces de cruce encendidas, a ser posible en travesías y siempre fuera de la calzada, para no obligar a frenar o detener la marcha a los demás usuarios.

5. PRECAUCIONES ANTE RIESGO DE AVENIDAS E INUNDACIONES

PRECAUCIONES ANTE EL RIESGO DE AVENIDAS E INUNDACIONES

- Las inundaciones pueden producirse por el desbordamiento de ríos, lagos y embalses a causa de lluvias torrenciales, fuertes precipitaciones o por la rotura de diques y presas.
- Ante el riesgo de inundación** revise su tejado y bajantes de agua, así como la cuneta o acequia próxima a su vivienda, evitando toda acumulación de escombros, hojas, tierra, etc.
- Almacene agua y alimentos** para unos cinco días. Provéase de un equipo de emergencia para cocinar.
- Tenga preparados** una linterna con pilas de repuesto, una radio de pilas, un pequeño botiquín de primeros auxilios y aquellos medicamentos que se usen habitualmente.
- Retire del exterior de su casa** muebles y objetos que puedan ser arrastrados por las aguas. Coloque todos los productos tóxicos (herbicidas, insecticidas, etc.) fuera del alcance del agua. Ponga los bienes y objetos de valor en los puntos más altos de la vivienda. Guarde el coche en el garaje o lugar cerrado, siempre que no sea susceptible de inundación.
- Sintonice** las emisoras de radio locales para estar informado sobre la posibilidad de lluvias intensas o avenidas.
- Siga las normas sanitarias** y de higiene, dictadas por las Autoridades, en la limpieza y en la alimentación. No beba agua de la red si se encuentra contaminada a consecuencia de las inundaciones.
- Preste atención a los corrimientos de tierra**, socavones, sumideros, cables de conducción eléctrica flojos o derribados y, en general, a todos los objetos caídos.
- Si ve alguna posibilidad** de inundación repentina en su zona, múdese inmediatamente a un lugar más seguro, no espere instrucciones y notifique a las Autoridades el peligro.
- Localice los puntos más altos** de la zona donde se encuentre, súbase a ellos en caso de posible riada e invite a los demás a hacerlo.
- Si dispone de tiempo** lleve muebles y objetos al piso superior. Desconecte los aparatos o equipos eléctricos, pero no los toque si está mojado o pisando agua.
- Si tiene que abandonar su vivienda** debe coser las tarjetas de identificación a los integrantes del grupo familiar, y coger su documentación, botiquín, alimentos, ropa de abrigo, objetos valiosos poco voluminosos, linterna y una radio de pilas.
- Una vez que ha pasado el peligro**, efectúe una inspección previa por si existiera riesgo de derrumbamiento, grietas, deformaciones en los muros, etc. Colabore en las tareas de desescombro y limpieza.
- Si ha de emprender un viaje** atienda las informaciones de las emisoras de radio locales, o infórmese de la situación meteorológica en las zonas a que se va a desplazarse. Evite viajar de noche. Conduzca con prudencia y compruebe el funcionamiento de los frenos periódicamente.
- No debe cruzar en automóvil**, aunque conozca perfectamente el trazado, las carreteras inundadas o puentes ocultos por las aguas.
- Cuando tenga que conducir** por zona inundada, hágalo muy lentamente y en primera marcha, para evitar en lo posible que el motor se moje y llegue a pararse. Tenga también en cuenta que los frenos funcionan mal con las ruedas todavía empapadas después de atravesar un terreno inundado.
- Si el agua llega por encima del eje del vehículo**, o más arriba de sus rodillas, abandone el coche y diríjase a zonas más altas. Si encuentra dificultades para abrir las puertas, salga por las ventanillas sin pérdida de tiempo.
- Preste atención a los corrimientos de tierra**, socavones, cables de conducción eléctrica y en general a todos los objetos caídos.

6. PRECAUCIONES ANTE OLAS DE CALOR

PRECAUCIONES ANTE OLAS DE CALOR

- La existencia de temperaturas demasiado elevadas, puede producir graves problemas a la salud de las personas aunque no estén expuestas directamente al sol. Tome medidas protectoras.
- En verano evite largas exposiciones al sol**, tanto si se encuentra en reposo como andando o trabajando, sobre todo cuando existan olas de calor agobiantes. Evite el fuerte sol de mediodía entre las 13 y 17 horas aproximadamente.
- No realice grandes esfuerzos** físicos bajo el sol. Aplíquese cremas protectoras y procure ponerse a la sombra.
- La piel de los niños** es muy sensible al sol, por lo que deben protegerse con sombrero, camiseta y lociones protectoras.
- En caso de enrojecimiento** de la piel beba abundante líquido y aplique compresas de agua fría sobre la cabeza.
- Tras una larga exposición al sol** no se introduzca repentinamente en agua fría, vaya aclimatando su organismo poco a poco a la nueva temperatura. Mójese la nuca y muñecas.
- Un proceso de deshidratación** puede suceder como consecuencia de una permanencia prolongada en un ambiente de alta temperatura. En estos casos ingiera líquidos con sales y no realice esfuerzos físicos.
- Ante una víctima** que presente manifestaciones de insolación, manténgala en sitio fresco, cúbrale la cabeza y las axilas con compresas mojadas y frías, y déle de beber agua con sal y bicarbonato. Si la intensidad o la persistencia de los síntomas lo aconsejan debe procurarle asistencia médica.

7. PRECAUCIONES ANTE LA SEQUÍA

PRECAUCIONES ANTE LA SEQUÍA

- La sequía, provocada por largos períodos de tiempo seco o lluvia insuficiente, puede afectar en mayor o menor medida a la desertización del suelo, con daños en agricultura, ganadería, consumo humano y sanidad. Este complejo problema debe ser abordado con la colaboración de los ciudadanos, indicándose a tal fin las recomendaciones siguientes.
- En época de sequía** almacene y conserve el agua estrictamente necesaria, pero nunca tire la “sobrante”. El agua es un bien cada vez más escaso, economice su consumo al máximo: dúchese en lugar de bañarse, procure no tener permanentemente el grifo abierto en su higiene personal y, en general, no utilice más agua de la imprescindible. Aproveche el agua no demasiado sucia para regar las plantas o fregar los suelos.
- Compruebe el mecanismo** de cierre de las cisternas para que no haya fugas. Mantenga en el interior de la cisterna una botella de agua. Cada vez que la use ahorrará un litro.
- Arregle cualquier pérdida** que exista en las conducciones de su vivienda, y si observa algún escape o avería en las conducciones generales, avise al Ayuntamiento de Paterna.
- Ahorre consumo** en las labores de limpieza del hogar. Sólo utilice la lavadora o el lavavajillas cuando estén completos de carga.
- No abuse del agua** potable para el riego de plantas o jardines ornamentales, el llenado de piscinas o el lavado de vehículos.
- Si su pozo se seca**, quizás pueda conseguir más agua, pero tenga en cuenta que cuanto más profundice, más reduce el agua contenida en la tierra.
- Sea solidario** con los demás, y si por su situación o circunstancias favorables puede disponer de más agua que sus vecinos, no la desperdicie en usos que no sean imprescindibles.
- La sequía afecta no sólo a la cantidad** de agua, sino también a su calidad. Si el agua que consume no es de suministro controlado o envasada, conviene hervirla hasta su ebullición antes de beberla.
- Observe las disposiciones dictadas** por el Ayuntamiento de Paterna en cuanto a restricciones sobre consumo, riegos, etc., y normas sobre autoprotección sanitaria.
- Los restos de animales muertos** son un foco de epidemias y enfermedades. Los cuerpos de estos animales deben ser quemados o enterrados en fosas profundas con cal y las demás instrucciones que dicten las Autoridades Sanitarias.
- Proteja los alimentos** de las moscas y del polvo.
- La falta de agua para lavar y para fines sanitarios** pueden ser causa de infecciones; incluso cuando necesite toda el agua para beber, trate al menos de lavarse las manos después de defecar y antes de preparar o efectuar la comida.
- Con la sequía fácilmente pueden** originarse incendios de efectos devastadores. Extreme las precauciones para no provocarlos.

8. PRECAUCIONES ANTE TERREMOTOS

PRECAUCIONES ANTE TERREMOTOS

- Los terremotos son, probablemente, la forma de violencia natural más temida por el hombre, y aparecen súbitamente sin apenas advertencias. Los mayores seísmos están confinados a fallas terrestres conocidas, pero los temblores menores de tierra pueden producirse en cualquier parte.
- Ante un temblor de tierra**, la primera y principal recomendación, es mantener la calma e infundirla a los demás tranquilidad.
- Si está bajo techo**, permanezca en ese lugar, apague cualquier fuego que esté encendido y corte el gas, la electricidad y el agua.
- Manténgase alejado** de cualquier cosa que pueda caerle, como pueden ser lámparas, estanterías, cuadros, espejos, ventanas... Protéjase debajo de una mesa, mueble sólido o bajo los marcos de las puertas.
- No utilice los ascensores**, ni salga por donde se están produciendo desprendimientos. Las escaleras suelen estar congestionadas de gente. Lo ideal sería dirigirse hacia una zona abierta, pero lo más probable es que no tenga tiempo, es más seguro quedarse en el interior.
- Si está en el exterior** manténgase alejado de los edificios altos, postes de energía eléctrica y otros objetos que le puedan caer encima. Las roturas de conducciones de gas y electricidad pueden ser un peligro añadido. No deambule por las calles y diríjase a un lugar abierto; pero siempre con calma y serenidad.
- Si está conduciendo** un automóvil en el momento de producirse el seísmo, pare y quédese dentro del coche, aunque éste tiemble y el ruido de los resortes llegue a causar inquietud, es un buen asilo mientras esté sucediendo el terremoto. No olvide que el terremoto sólo dura unos segundos.
- Después del terremoto** principal suelen producirse sacudidas, tenga cuidado con los posibles desprendimientos de las partes que hayan quedado dañadas.
- No encienda** cerillas o mecheros, ni use artefactos eléctricos, puede haber fugas de gas.
- No ande** por donde haya vidrios rotos, cables de luz, ni toque objetos metálicos que estén en contacto con ellos.
- Compruebe** si las conducciones de desagüe están en perfecto estado y permiten la descarga de agua en los inodoros.
- No utilice** el teléfono excepto en casos urgentes, se pueden bloquear las líneas.
- Limpie urgentemente** el derrame de medicinas, pinturas y otros materiales peligrosos o inflamables.
- La rotura** de los sistemas de alcantarillado, la contaminación del agua y la descomposición de los cuerpos atrapados entre los restos, pueden hacer que el riesgo de epidemias sea tan peligrosos como el propio terremoto. Cuide especialmente la higiene personal y las medidas sanitarias.
- Procure no beber** agua del grifo ni de recipientes abiertos, puede estar contaminada. Es necesario filtrar y hervir el agua. Espere a las noticias oficiales para consumir agua corriente.

9. PRECAUCIONES ANTE INCENDIOS EN EDIFICIOS

PRECAUCIONES ANTE INCENDIOS EN EDIFICIOS

- La mejor manera de **prevenir** un incendio es no provocarlo. Observe las prohibiciones de no fumar y las normas de prevención propias del local en que se encuentre, y con mayor razón en un edificio que desconozca.
- Si percibe un pequeño fuego** procure apagarlo, y si no puede hacerlo comuníquelo rápidamente a la primera persona del local con la que se encuentre. **Avise inmediatamente al 112.**
- Puede tratar de apagar un fuego en una habitación** siempre que tenga detrás una puerta que le permita la salida, no sea muy aparatoso, y tenga a mano los medios adecuados.
- Si el fuego prende en sus ropas**, no corra, tírese al suelo y ruede. Si el hecho ocurre a otra persona cúbrales con alguna prenda o con una toalla humedecida, si se encuentra próximo a un aseo. No se quite la ropa si tiene quemaduras.
- No eche agua al fuego** cuando su origen sea eléctrico o de líquidos inflamables.
- Si hay mucho humo** póngase un pañuelo en la boca y nariz, a ser posible mojado, y salga agachado o gateando. Respire profundamente para evitar desvanecimientos.
- Si queda atrapado en un local cerrado** a causa del fuego o del humo, asómese a la ventana y hágase ver desde la calle o patio.
- El fuego se desplaza hacia arriba** más rápidamente que hacia abajo aunque un piso que se derrumba hará que las llamas se desplacen a un nivel inferior. Escalera, ascensores y conductos de ventilación son particularmente peligrosos.
- Nunca use el ascensor** durante un incendio. Si necesita bajar de un edificio en llamas, use una escalera libre de humo.
- Antes de abrir una puerta compruebe su temperatura**, ésta le indicará lo que puede encontrar al otro lado. Si no hay más alternativa que entrar en una habitación en llamas, apoye el pie contra la puerta y ábrala ligeramente; esto ayudará a que no se abra violentamente debido a la presión que ejercen el aire caliente y los gases en el interior. Agáchese para entrar, abriendo la puerta lo menos posible. Esto le expondrá menos al humo y al calor, y el fuego tendrá menos posibilidades de filtrarse a través de la puerta.
- Al salir de una dependencia, si hay fuego**, procure cerrar las ventanas y las puertas, pues las corrientes avivan el fuego.
- Si se encuentra aislado** y no puede ponerse a salvo, diríjase a la habitación más alejada del fuego (pero no a un nivel superior a menos que esté seguro de que los equipos de rescate se encuentran muy cerca y provistos de escaleras largas u otro equipo).
- Aunque tosa, vomite o note que se asfixia, **nunca se tire a la calle**, a menos que haya un grupo preparado para recibirle con una lona o manta. Si debajo hubiera alguna superficie que pudiera amortiguar su caída, aprovéchela. El techo de un coche es un buen lugar para dejarse caer. Cuidado, los árboles pueden amortiguar su caída, pero corre el riesgo de quedar incrustado en las ramas.
- Nunca descienda** mediante sábanas anudadas, ya que es causa de más muertes que salvamentos.
- Si se ve obligado a huir** a través de las llamas para ponerse a salvo, no se entretenga en recoger nada, cúbrase (incluyendo la cabeza) con una manta, una toalla, una cortina o un abrigo (mojados si es posible), luego aguante la respiración y corra.
- Si tiene que desalojar el edificio** siga las normas de "Evacuación de un edificio".

10. PRECAUCIONES ANTE INCENDIOS EN URBANIZACIONES, GRANJAS Y CASAS DE LABOR

PRECAUCIONES ANTE INCENDIOS EN URBANIZACIONES, GRANJAS Y CASAS DE LABOR

- En las edificaciones aisladas en el campo o integradas en urbanizaciones, debe evitarse el riesgo de incendios que suelen tener consecuencias graves, para ello adopte las siguientes precauciones.
- Mantenga siempre limpios** los alrededores de los edificios, eliminando hierbas secas, pajas, etc., que puedan transmitir rápidamente el fuego al edificio.
- Procure que los tejados y fachadas**, que deberán ser de materiales resistentes al fuego, se conserven limpios. En caso de existir fachadas de madera deberán someterse periódicamente a un tratamiento ignífugo.
- Elimine las ramas** de árboles que dominen los edificios o se acerquen a menos de tres metros de una chimenea.
- Las chimeneas** deben tener matachispas de material no inflamable, con abertura de dos centímetros de anchura.
- Deben evitarse los basureros** eventuales o incontrolados. Los basureros deben estar protegidos de los vientos dominantes y situados a más de quinientos metros del arbolado, aislándolos con muros o zanjas.
- Revise periódicamente** la instalación eléctrica para evitar cortocircuitos, e instale pararrayos.
- Mantenga siempre limpios** y ordenados el garaje y el almacén de carburantes. Estos deben ser independientes, y en ambos debe estar prohibido fumar.
- Toda clase de forrajes** deben estar almacenados con las debidas condiciones, manteniendo el local suficientemente aireado y evitando en él cualquier foco de ignición.
- Tenga siempre previsto** palas, arena, extintores y mangueras de agua para, en caso de que se declare un incendio, tratar de sofocarlo en los primeros momentos.
- Si llega a producirse un incendio** avise urgentemente al 112. Compruebe que han identificado correctamente el lugar del incendio.
- Prepare y deje libre los itinerarios** para los Servicios de Extinción, y déles a conocer la situación de las tomas de agua. Colabore con ellos.

11. PRECAUCIONES ANTE INCENDIOS FORESTALES

PRECAUCIONES ANTE INCENDIOS FORESTALES

- Los incendios forestales son uno de los fenómenos de carácter natural que pueden ocasionar situaciones de riesgo para las personas, y constituyen un problema medioambiental muy grave, para evitarlo adopte las siguientes precauciones.
- Apague bien las cerillas y cigarrillos**, y no los tire por la ventana del coche.
- No abandone** en el bosque botellas y objetos de cristal.
- Encienda fuego solamente en lugares autorizados y acondicionados para ello. Tenga especial cuidado al apagarlo, asegúrese de que no quede ningún rescoldo que lo pueda reavivar y con ello iniciar un incendio.
- Si observa un incendio forestal** o una columna de humo dentro del monte, avise urgentemente al 112. Compruebe que han identificado correctamente el lugar del incendio.
- Si se encuentra en las proximidades de un incendio:**
 - **Trate de alejarse** por las zonas laterales del incendio y más desprovistas de vegetación.
 - Recuerde que un cambio en la dirección del viento puede hacer que el fuego le rodee. Por tanto, vaya **siempre en sentido contrario a la dirección del viento**.
 - Procure no dirigirse hacia barrancos u hondonadas, ni intente escapar ladera arriba cuando el fuego ascienda por ella.
 - En caso de quedar rodeado por las llamas avance hacia la zona más llana y con menos vegetación y trate de pasar a lo ya quemado. Tumbese en el suelo y respire a través de una prenda mojada.
 - No intente atravesar a pie o en vehículo carreteras y caminos afectados por el fuego o por columnas de humo.

12. PRECAUCIONES ANTE UN PELIGRO DE EXPLOSIÓN

PRECAUCIONES ANTE UN PELIGRO DE EXPLOSIÓN

- Si en el interior de un edificio oye una explosión**, resguárdese debajo de algún mueble sólido (mesa, mostrador, etc.) o tírese al suelo, proteja la nuca con sus manos, y espere unos instantes antes de salir para que se disipe la posible nube de humo o polvo, ya que pueden existir posteriores derrumbamientos.
- Si se encuentra en una zona de riesgo** ante el peligro de explosión, abandone su casa y diríjase lo más rápidamente posible hacia puntos alejados más de 500 m de dicha zona, procurando guarecerse.
- En los demás casos** permanezca en el interior de construcciones sólidas. Aléjese de tabiques, cristales y objetos pesados que puedan actuar como proyectiles al desprenderse (lámparas, etc.)
- Si está en el exterior** no se detenga a contemplar ningún tipo de derrame de producto, incendio u otro accidente de esta clase. Permanezca al abrigo de cualquier construcción sólida u hondonada que ofrezca protección contra la proyección de cascotes, piedras, etc.
- En caso de apreciar una nube de gas**, generalmente visible (forma de niebla blanquecina), huya de ella en dirección transversal al viento. Absténgase de originar ningún punto de ignición, en particular no circule en vehículo a motor.
- Los gases pueden acumularse** en cuevas, sótanos, minas, etc., extreme las precauciones.

13. PRECAUCIONES EN CASO DE INTOXICACIÓN POR PRODUCTOS QUÍMICOS

PRECAUCIONES EN CASO DE INTOXICACIÓN POR PRODUCTOS QUÍMICOS

Si manipula materiales peligrosos (no sólo en el trabajo, ya que sustancias potencialmente peligrosas se utilizan en tareas domésticas, jardinería y entretenimientos), siga los procedimientos de seguridad recomendados para cada producto. Evite el contacto con productos químicos que podrían provocar reacciones peligrosas.

- Si se ve expuesto a** gases tóxicos salga a respirar aire puro lo antes posible, y elimine las sustancias químicas con mucho agua, pero hay que tener mucho cuidado porque añadir agua a algunos productos químicos puede provocar reacciones aún más peligrosas. Aprenda las propiedades de las sustancias que manipula o transporta y las medidas para hacer frente a los accidentes.
- En los accidentes de carretera** en los que se ve involucrada alguna cisterna, o cualquier otro vehículo utilizado para el transporte de mercancías peligrosas, manténgase alejado y siga las instrucciones que se dan en el caso de "Accidentes en el transporte de mercancías peligrosas".
- Si se divulga por las Autoridades Competentes** una alarma ante una posible contaminación aérea por escape de producto tóxico, adopte las siguientes precauciones:
 - Permanezca en el interior de sus casas hasta que se les avise que el peligro ya ha pasado. No vaya a buscar a los niños al colegio, allí estarán más seguros.
 - Cierre lo más herméticamente posible puertas, ventanas, orificios de ventilación, chimeneas, etc. Si es necesario obtúrelos con trapos mojados con agua.
 - No haga uso de aparatos de aire acondicionado u otro tipo de ventilación exterior, apague los sistemas de calefacción.
 - Rehuya los puntos bajos de edificaciones (sótanos, garajes, etc.) Si es posible, suba a los pisos más altos. En caso de que el gas que se dispersa sea más ligero que el aire (ácido cianhídrico, monóxido de carbono, etc.) debe aplicarse el criterio inverso.
 - En caso de encontrarse al aire libre y sin refugio posible corra siempre en dirección transversal al viento, evitando las hondonadas del terreno.
 - Protéjase boca y nariz con un pañuelo mojado. No fume ni encienda fuego, evite cualquier punto de ignición.
 - Escuche las emisoras de radio locales y siga las instrucciones y recomendaciones que irán dando las Autoridades.
- En casa, **mantenga los productos tóxicos en sus envases originales**, siga las instrucciones para su empleo y conservación y guárdelos en lugar seguro.
- Todos los medicamentos pueden ser tóxicos**, potencialmente. No tome medicamentos sin prescripción médica y evite que estén al alcance de los niños.
- Muchos **productos de limpieza** empleados en el hogar **son tóxicos**, al igual que raticidas, insecticidas, fertilizantes. Consérvelos juntos en un lugar cerrado.
- Cuando manipule pinturas, disolventes** y adhesivos, **hágalo en locales bien ventilados**. No se lave las manos con disolventes.
- No sitúe calentadores de gas en locales mal ventilados** ni emplee estufas de gas en dormitorios.
- No mantenga el coche con el motor en marcha en locales mal ventilados**.

14. PRECAUCIONES ANTE LOS ACCIDENTES DE TRÁFICO

PRECAUCIONES ANTE LOS ACCIDENTES DE TRÁFICO

- Ante todo y sobre todo**, cumpla escrupulosamente el Reglamento de Circulación, aunque vea que otros dejan de cumplirlo.
- La prisa es el mayor enemigo** del automovilista. Tenga en cuenta que “siempre es preferible perder un minuto en la vida que la vida en un minuto”
- Tenga su coche siempre a punto** y dótele de un pequeño extintor además de los dispositivos obligatorios.
- En un accidente de carretera**, la secuencia de actuaciones es: PROTEGER el lugar de los hechos (señalización), ALERTAR a los Servicios de Extinción y Socorro (112), y SOCORRER a las víctimas.
- Si se encuentra con un accidente** en la carretera, antes de examinar la situación de las víctimas, es preciso mantener la seguridad de la circulación en el lugar del accidente para lo que debe:
 - Estacionar su vehículo en lugar seguro, donde no perjudique la circulación y fuera de la calzada.
 - Parar el motor, cortar el encendido e inmovilizar el vehículo (freno de mano, calzos).
 - Colocar dispositivos de preseñalización de peligro (a 50 m o 100 m en autopista o autovía) y poner en funcionamiento la señalización de avería y las luces que en cada circunstancia sean obligatorias.
- Si el coche se ha incendiado** no use agua, sólo el extintor o arena.
- Pida auxilio por el medio más rápido**: al 112 o bien a la Policía Local de Paterna (dentro del casco urbano), Guardia Civil (en carretera). Facilite a estos organismos la mayor información posible, datos tales como: lugar exacto del accidente, qué ha sucedido, número y estado de gravedad de las víctimas, etc.
- Compruebe el estado de los heridos** pero, salvo en situaciones extremas en las que corra peligro su vida, no los toque, una movilización errónea puede producirle lesiones irreversibles. Caso de tenerlo que mover nunca debe hacerlo una sola persona. El cuerpo se debe mover como un bloque: nunca flexionar la columna o el cuello. Una persona debe sujetar la cabeza y otras dos el tronco y las piernas.
- Sólo circunstancias excepcionales** (incendio del vehículo, imposibilidad de realizar maniobras básicas de reanimación) pueden obligar a sacar a un accidentado del interior del vehículo y, en tal supuesto, modifique la situación del asiento y quite o corte el cinturón de seguridad. Coja al herido por detrás, con sus brazos por debajo de las axilas y saque al accidentado lo con mucho cuidado, avanzando de espaldas, hasta depositarle fuera de la calzada.
- Preste los primeros auxilios a las víctimas** según sus conocimientos, pero procure mover al accidentado lo menos posible. Si es un motorista no intente quitarle el casco. Si la víctima no respira, o si la respiración es irregular, hay que practicarle inmediatamente la respiración artificial.
- En caso de “shock”** es primordial poner los pies de la víctima en alto o protegerla del frío poniéndola una manta, incluso en verano, hasta que sea trasladado a un centro hospitalario o se lleve a cabo su evacuación.
- El traslado de los heridos** debe hacerse en vehículos especiales y por personal profesional. Nunca se debe intentar meter a un herido en el asiento trasero de un coche, deberá ir tumbado sobre una superficie dura. En la mayoría de los casos es preferible dejarlo tumbado en la carretera, bien abrigado, en espera del transporte sanitario. Sólo en casos excepcionales como puede ser un lugar incomunicado o alejado, hemorragia externa imposible de detener, etc., justifican el traslado en un vehículo particular (mejor furgoneta o camión) y por personal no especializado, siempre que se haga el mismo a una velocidad moderada, sin brusquedades, acompañado por alguien que observe la evolución de su estado y tranquilice al herido, y el accidentado vaya en una posición adecuada (de defensa, anti-shock o posición de lesionado vertebral o medular).
- Todo herido o lesionado** en accidente de tráfico debe ser visto por un médico, aún cuando su estado en apariencia no haya presentado complicaciones, y de manera muy expresa aquellos sujetos que hayan padecido traumatismos craneales o faciales.
- Impida que el público** rodee a los accidentados o que permanezca en la calzada. Compruebe que los calzos, si se han utilizado, han sido retirados de la carretera.
- Si en el lugar del accidente** ya se encuentra la Policía Local, Guardia Civil, Urgencias Sanitarias, Bomberos, o cualquier servicio de rescate, salvo indicación expresa de los Agentes, no se detenga a curiosear porque puede provocar retenciones u otros accidentes.

15. PRECAUCIONES ANTE ACCIDENTES EN EL TRANSPORTE DE MERCANCIAS PELIGROSAS

PRECAUCIONES ANTE ACCIDENTES EN EL TRANSPORTE DE MERCANCIAS PELIGROSAS

- Debe saber que los vehículos con etiquetas de peligro y paneles de identificación sobre fondo naranja pueden llevar alguna de las siguientes mercancías: materias explosivas, materias líquidas o gaseosas a presión, materias líquidas o sólidas inflamables, materias comburentes, materias tóxicas, materias radiactivas o materias corrosivas.
- Circulando detrás de un camión** o cisterna de mercancías peligrosas es muy importante guardar rigurosamente un espacio suficiente de separación, procurando no circular nunca pegado a ellos. La distancia de seguridad dependerá de las características del producto transportado, terreno, velocidad, etc.
- Es conveniente** evitar el estacionamiento en las proximidades de los aparcamientos de este tipo de vehículos.
- Si conduciendo detrás** de un vehículo que lleve placas de transporte de mercancías peligrosas, si observa alguna anomalía en su cisterna (emanación de gases, fugas o derrame de su contenido), comuníquelo urgentemente al conductor.
- Si presencia un accidente de un vehículo** que transporta mercancías peligrosas debe detener su vehículo, y en sentido contrario a la dirección del viento.
- La aproximación al lugar** del siniestro debe efectuarse, siempre que sea posible, por la parte lateral del vehículo, y en sentido contrario a la dirección del viento.
- Observe en primer lugar las Etiquetas de Peligro** en forma de rombo colocadas en los laterales del vehículo. Si hay dibujado en ellas una llama, ésta indica productos inflamables ¡CUIDADO!
- Compruebe el tipo de accidente:** sin fuga, con fuga, derrame, incendio o explosión.
- Trate de auxiliar al conductor** o ayudante y siga sus instrucciones. Ellos tienen la formación adecuada para saber cómo actuar. No tome iniciativas por su cuenta.
- Tome nota de los números** de la Placa Naranja (rectángulo colocado en la parte delantera y trasera del vehículo). **La letra X delante de los números indica la prohibición absoluta de echar agua** sobre el producto.
- Si ignora qué sustancias son las implicadas** en el accidente o qué debe hacer, **NO INTERVENGA**, manténgase alejado e informe inmediatamente al 112, facilitando los siguientes datos:
 - Tipo de accidente.
 - Lugar del accidente.
 - Los números del Panel Naranja.
 - Etiquetas de peligro.
 - Estado del conductor.
 - Número de heridos.

16. PRECAUCIONES ANTE LOS PELIGROS EN EL HOGAR

PRECAUCIONES ANTE LOS PELIGROS EN EL HOGAR

- El hogar es el "lugar de trabajo" en donde suelen producirse la mayoría de los accidentes. La prevención puede salvarle la vida y la de los suyos.
- Informe** a su familia y, si es posible, a los vecinos de su inmueble de las normas básicas de autoprotección tenga preparado un plan de actuación para casos de incendios, explosión, etc.
- No deje al alcance de los niños** medicinas o productos tóxicos o peligrosos.
- Evite la acumulación** en la casa de periódicos, revistas y ropas viejas, así como cajas de cartón, embalajes y muebles fuera de uso, y en general, toda clase de materiales inútiles de fácil combustión.
- No acerque** las estufas o braseros a visillos o cortinas, y vigile cuando las ponga sobre moquetas, alfombras o bajo faldas de mesa camilla.
- No olvide** los cigarrillos encendidos, suelen rodar del cenicero y caer sobre moquetas, faldas de mesa, ropas o papeles. No fume en la cama ni mientras se utilizan productos inflamables como pinturas, barnices, pegamentos o disolventes.
- Nunca vacíe** ceniceros en papeleras o cubos de basura. Revise los ceniceros antes de ausentarse.
- Recuerde** que los aspiradores o extractores de humo acumulan mucha grasa: es necesario limpiarlos con frecuencia pero con disolventes.
- El manejo de materiales** inflamables debe realizarse con gran cuidado manteniéndolos siempre en lugar seguro, lejos de los focos de calor. Los "sprays" que se usan con tanta frecuencia son fácilmente inflamables, e incluso vacíos son susceptibles de explosión, no los acerque al fuego. No guarde tampoco botes usados de pinturas o barnices.
- Si notase olor a gas** no encienda cerillas o mecheros ni tampoco la luz eléctrica. Abra las ventanas, ventile bien la habitación y cierre la llave general del gas. No tape las rejillas de ventilación en la cocina, incluso a pesar del aire frío en invierno.
- Compruebe frecuentemente** si los tubos o gomas que conducen el gas están bien colocados, además no debe haber holgura en las conexiones o grietas en las gomas.
- Si se tienen botellas de gas** butano o propano de reserva, deberán estar siempre en lugar ventilado y en posición vertical.
- No deje cerillas** ni encendedores al alcance de los niños, e impida que toque enchufes o aparatos eléctricos.
- Elija juguetes** que no desprendan calor, evitando aquellos que se conecten a la corriente eléctrica, que produzcan chispas o aquellos alimentados con pilas de más de 24 voltios.
- El sistema eléctrico** de la casa debe ser objeto de especial cuidado y mantenimiento. Si su instalación es anticuada, carece de puesta a tierra o de diferencial, llame a un instalador autorizado para que le adecue su instalación.
- No intente** nunca reparar aparatos eléctricos que estén enchufados a la red. No sobrecargue las tomas de corriente conectando muchos aparatos. Renueve los cables de conexión al menor defecto que observe.
- Los cables**, enchufes, alargaderas, etc., deben tener la adecuada protección y aislamiento. Algunos electrodomésticos, como las lavadoras, deben tener una buena toma de tierra. Desconecte de la red todos los electrodomésticos si no los va a usar, especialmente si se ausenta de casa.
- No utilice** aparatos eléctricos cuando esté mojado o en contacto con agua. No esté descalzo en el cuarto de baño al conectar su secador, máquina de afeitar, etc.
- El alto voltaje** del televisor puede electrocutar a una persona, no manipule en su interior. También desprenden mucho calor por lo que no deben encajonarse en muebles o paredes. En caso de tormentas desconecte la antena.
- La cocina** suele ser el sitio más peligroso de la casa, evite que los niños estén en ella. Los mangos de sartenes, cazos, etc. deben colocarse hacia adentro. No olvide la plancha enchufada sobre la ropa o la sartén puesta al fuego si se aleja para atender una llamada telefónica, abrir la puerta u otro motivo.
- Ante un incendio en casa** procure conservar la calma, **llame al 112**, corte y espere que le llamen para comprobar la llamada. Piense en las posibles vías de escape. Corte la corriente eléctrica y el gas.
- Si dispone de extintores**, ataque el fuego por la base de las llamas, colocándose entre el fuego y la salida para poder escapar.
- Si el fuego es de papel**, madera, telas, etc., debe echar sobre él agua con violencia, en la base de las llamas. Sacudir con una escoba mojada o con un trapo la base de las llamas.
- Si el incendio** es de aceite, alcohol, petróleo, etc., no debe echar agua sobre él, cubra el fuego con telas húmedas. Si se prende la sartén, sofóquela con una tapadera o trapo húmedo.
- Si el incendio** se produce en una botella de butano o propano, apague la llama con trapos húmedos, un extintor de nieve o polvo, arena o tierra, antes de cerrar la llave de salida de gas, de lo contrario, puede hacer explosión.
- Si el incendio** se inicia en aparatos eléctricos corte la corriente antes de aplicar el extintor.
- Si se prenden sus vestidos** no corra, tírese al suelo y ruede sobre sí mismo. Si dispone de una manta cúbrase con ella, protegiéndose la cara. No se quite la ropa si tienen quemaduras. Haga lo mismo con las personas que tengan las ropas en llamas.
- Cierre puertas y ventanas** para no avivar el fuego con corrientes de aire, y tápese la boca y nariz con un pañuelo húmedo si hay mucho humo, caminando a gatas.
- Utilice para escapar** las escaleras si le es posible, pero nunca los ascensores o montacargas. Despreocúpese de coger cosas, su vida vale mucho más, pero no olvide a los más desvalidos: niños, ancianos, enfermos. Si se queda atrapado, procure hacerse ver rápidamente desde la calle.
- No regrese al lugar** del incendio una vez abandonado éste, hasta que esté extinguido totalmente y los Bomberos lo autoricen.

17. PRECAUCIONES ANTE LOS PELIGROS EN ESPECTÁCULOS DEPORTIVOS O DE MASAS

PRECAUCIONES ANTE LOS PELIGROS EN ESPECTÁCULOS DEPORTIVOS O DE MASAS

- Las aglomeraciones de público concentradas en un recinto para presenciar una competición deportiva o cualquier otro espectáculo, supone un cierto riesgo, bien por el comportamiento de la multitud en sí o por las consecuencias que cualquier accidente puede tener ante una elevada densidad de población.
- Antes de entrar** en el recinto, si va acompañado, acuerde un punto de reunión exterior, para que en caso de extravío puedan volver a reunirse. Si los acompañantes son niños, no se separe de ellos, e incluso lleve en brazos o de la mano a los más pequeños.
- Recuerde que está prohibido** introducir objetos peligrosos, tales como recipientes de cristal, botes metálicos, bengalas o cualquier otro objeto contundente. No exhiba símbolos o emblemas que impliquen por su significado una invitación a la violencia.
- Compruebe que deja su vehículo** bien aparcado y perfectamente cerrado, sin objetos en su interior.
- Acuda con tiempo** para ocupar su localidad y colóquese correctamente en ella. No se sitúe sobre barandillas y otros lugares no destinados a asientos de los espectadores. La caída de una persona por una imprudencia puede provocar un accidente colectivo.
- Los fondos de los estadios** suelen ser el sitio preferido por los grupos violentos, y por lo tanto peligrosos.
- En caso de producirse altercados** o actos violentos, intente separarse del lugar, e informe al Agente de la Autoridad más próximo.
- Deje libre** los pasillos y accesos a las distintas localidades durante todo el espectáculo.
- Compruebe** el itinerario que ha de seguir a la salida y la situación de los elementos de seguridad: material contra incendios, puesto de Policía, sanitarios, salidas de incendios, etc.
- Para evitar accidentes** irreparables no pierda la calma y abandone las localidades de forma ordenada (con celeridad pero sin prisas, no corra), respetando el orden de salida y siguiendo los itinerarios señalados. Deje libre las puertas de salida y no se detenga en sus inmediaciones.
- Para salir con su vehículo** del estacionamiento tenga paciencia y guarde el orden debido. Las precipitaciones, las maniobras inadecuadas, hacer sonar el claxon, etc., sólo pueden conducir al caos y a los accidentes desagradables.
- Ante una emergencia** siga las instrucciones que se darán por megafonía y las orientaciones del Servicio de Orden. Mantenga la calma y si fuera necesario evacuar el recinto, salga rápidamente pero sin correr, aléjese de las puertas de salida y no mueva su vehículo hasta que se lo indiquen.
- Recuerde** que las mayores desgracias ocurren por el desorden y las prisas, manténgase sereno y tranquilo y colabore con los Servicios de Extinción y de Orden y Seguridad.

18. PRECAUCIONES EN CASO DE EVACUACIÓN DE UN EDIFICIO

PRECAUCIONES EN CASO DE EVACUACIÓN DE UN EDIFICIO

- Al entrar en un edificio público**, local comercial, hotel, etc., procure fijarse en los itinerarios y salidas de emergencia.
- Si escucha la alarma** procure no perder nunca la calma, es la mejor forma de salvaguardarse y de ayudar a los demás.
- Siga las instrucciones** dadas por megafonía o por personas encargadas del Servicio de Autoprotección. No pretenda tomar iniciativas por su cuenta, sobre todo si no conoce el edificio.
- Nunca se tire a la calle**, ni pretenda descender mediante sábanas anudadas, ya que es causa de más muertes que de salvamentos. Hágase ver por los Bomberos que acudirán a su rescate.
- Si se encuentra a más de 30 metros** de altura con respecto a la calle (aproximadamente 9 pisos) posiblemente tendrá que descender hasta ese nivel por sus propios medios. Las escaleras de los Bomberos no alcanzarán a los pisos superiores. Si el fuego está por debajo de donde usted se encuentra, si es posible, intente escapar por la azotea.
- Al salir siga la línea de las paredes maestras**, ya que el mayor peligro de hundimiento se da en el centro de las habitaciones.
- No utilice ascensores**, montacargas o escaleras mecánicas, baje por las escaleras con precaución tocando los peldaños antes de colocar el peso del cuerpo. Si hay escaleras metálicas exteriores, utilícelas, son muy seguras.
- Diríjase a la salida** más cercana, deprisa pero sin atropellar a otras personas. No se detenga cerca de las puertas de salida.
- Deje el coche en el aparcamiento**, ya lo recogerá cuando pase la emergencia.
- Una vez en la calle**, si como la mayoría ha salido ileso, descanse unos segundos, repóngase y, si le quedan fuerzas puede colaborar, si es preciso, con los Servicios de Extinción, de Evacuación o Salvamento.

19. PRECAUCIONES EN CASO DE EVACUACIÓN DE LA POBLACIÓN

PRECAUCIONES EN CASO DE EVACUACIÓN DE LA POBLACIÓN

- Ante una emergencia** a veces es necesaria la evacuación de una parte de la población como medida de protección. En estos casos, es necesario mantener la calma y no dejarse arrastrar por el pánico. Un éxodo desorganizado puede originar más daños que el peligro originario. Las Autoridades por medio de sus Agentes, o por los medios de comunicación, le informarán sobre qué debe hacer y cómo hacerlo.
- No se deje llevar por el pánico y no propague rumores o comentarios alarmistas.

SI DISPONE DE MEDIOS PROPIOS DE ALOJAMIENTO Y TRANSPORTE:

- Prepare el equipaje familiar:** ropa, medicinas, víveres, documentos de identificación, mantas, radio, linterna y algo de dinero.
- Deje en su vivienda** cerradas las puertas y ventanas, y las acometidas de agua, gas y electricidad.
- Mantenga la disciplina de tráfico impuesta**, obedeciendo cuantas instrucciones se le den.

SI NO DISPONE DE MEDIOS PROPIOS:

- La Autoridad le indicará:**
 - Lugar de concentración y hora.
 - Medio de transporte y forma de identificarlo.
 - Lugar de destino.
- Usted tendrá que:**
 - Llevar, al igual que sus familiares, una tarjeta cosida a una prenda de vestir exterior con: su filiación completa, domicilio habitual y punto de destino.
 - Seguir los consejos que se impartan.
 - Acudir puntualmente, por grupos familiares completos, al lugar de concentración que le indiquen.
 - Limitar el equipaje a lo que pueda transportar a mano cada persona, con facilidad de movimientos.
 - Aunque normalmente las Autoridades tendrán prevista su atención, y la evacuación será a lugares cercanos y por poco tiempo, prepare una reserva de ropa y víveres (a ser posible no perecederos) para tres días.

EN NINGÚN CASO DEBE OLVIDAR:

- Documentación personal.
- Dinero, tarjetas de crédito.
- Medicamentos personales.
- Útiles de aseo y cubiertos.
- Una radio de pilas.
- Una linterna.
- Pilas de repuesto.

AL LLEGAR A SU DESTINO:

- Si se aloja en domicilio particular**, no olvide ser cuidadoso en el respeto a la intimidad y costumbres de la familia que le alberga. Esmérese en el trato de todo aquello que pongan a su disposición.
- Si se aloja en albergue** colectivo, respete al máximo las normas sociales de convivencia y las instrucciones que reciba.
- Sea siempre**, en todo caso solidario con los demás y cuidadoso con los que estén a su cargo.
- Al llegar a su destino**, póngalo en conocimiento de la Autoridad Local, dando por escrito su nombre, apellidos y el de las personas que le acompañan, así como el lugar de origen y señas de su alojamiento.

AL REGRESAR A SU VIVIENDA:

- Efectúe una inspección** previa por si hubiera riesgo de desprendimiento.
- Limpie** su casa y colabore en la limpieza del entorno.
- Absténgase de beber agua que no reúna garantías higiénicas.**
- Siga las normas sanitarias** y de higiene dictadas por la Autoridad.