ANEXO III.- MEDIDAS DE AUTOPROTECCIÓN PERSONAL

Medidas preventivas en las zonas forestales y en una franja alrededor de 500 m:

- No arrojar fósforos, colillas ni encender fuego para cocinar fuera de los lugares preparados y autorizados al efecto.
- No depositar basuras o cualquier otro tipo de desecho.
- No lanzar cohetes o cualquier otro artilugio que contenga fuego.
- Con carácter general, queda prohibida la quema de restos agrícolas o forestales del 1 de julio al 30 de septiembre, y siempre que se declare el nivel 3 de Preemergencia ante el riesgo de incendios forestales.

Principios y acciones a llevar a cabo en caso de detectar un incendio:

- Mantén la calma
- Llama inmediatamente al 1·1·2 y proporciona toda la información posible. Una detección rápida del incendio incipiente es un factor clave para el éxito de su extinción inmediata. Tu llamada al 1·1·2 debe transmitir la información de forma clara y concisa:
  - Indica qué ocurre, sé preciso.
  - Qué es lo que se está quemando (árboles, matorral, pasto, jardines, viviendas…).
  - Dónde es el incendio (en qué municipio, carreteras próximas, paraje más cercano…).
  - De qué color, forma y densidad es la columna de humo (¿Se ven llamas?, ¿Cuántos focos hay?, tamaño…)
  - Indica si amenaza a alguna población, urbanización, vivienda, camping, actividad industrial, gasolinera u otros bienes.
- Si es el caso, avisa a tus vecinos, usando los medios previstos o disponibles:
  - Activa la señal de alarma centralizada, si existe.
  - Por megafonía móvil o sirenas de aviso.
  - Por teléfono.
  - Puerta por puerta.

En caso de incendio forestal lo principal es **atender a las indicaciones de los servicios de emergencia** y seguir de inmediato las órdenes de evacuación, mientras tanto sigue estos consejos:

SI TE ENCUENTRAS EN UNA CASA y el fuego se acerca a ella:

- Vístete de forma adecuada: Evita las quemaduras cubriendo la mayor superficie posible del cuerpo. Utiliza ropa de algodón de manga larga, calzado cerrado y una mascarilla o pañuelo húmedo y escurrido. ¡Evita tejidos sintéticos!
- Ciérralo todo: Cierra puertas, ventanas y aperturas (chimenea, rejillas de ventilación, etc.), llaves de paso de gas, gasóleo y otros combustibles. Desconecta los mecanismos automáticos de apertura y cierre de puertas. Coloca toallas mojadas bajo las puertas.

- Almacena agua. Reúne cubos y recipientes y llénalos con agua. Llena también la bañera y los fregaderos. Mantén las mangueras conectadas a la red hídrica. El agua es muy preciada en caso de incendio: no la malgastes.
    - Cuando el fuego esté próximo a tu casa, remoja el techo y los elementos sensibles más cercanos a las llamas.
    - Activa los aspersores y el sistema de riego automático sólo unos momentos antes de la llegada del incendio para evitar un descenso de la presión de la red hidráulica de la comunidad.
- Retira el material combustible: Tanto de alrededor de la casa (muebles, lonas, cubos…) como de dentro de la casa especialmente el que esté próximo a puertas y ventanas (cortinas, estores, muebles).
- Focos incipientes: Sofoca inmediatamente pavesas y chispas con mangueras, cubos de agua, ramas o tierra.
- Vehículos: Colócalos en posición protegida con respecto a la dirección de avance del fuego.

Recuerda mantenerte atento a las órdenes de evacuación

SI TE ENCUENTRAS EN UN COCHE y te ves rodeado por el fuego:

- No conduzcas ciegamente a través del humo denso.
- Enciende los faros y las luces de emergencia.
- Busca un sitio para detenerte donde el suelo esté sin vegetación, tan lejos como sea posible del avance del incendio.
- Cierra todas las ventanas y puntos de ventilación; échate en el suelo del coche y cúbrete con las alfombrillas.
- Permanece en el coche todo el tiempo que puedas; si el vehículo se incendia y tienes que salir, procura que la mayor parte de tu piel esté cubierta.

SI CAMINAS POR EL MONTE y hay un incendio en las proximidades:

- Evita los lugares con gran acumulación de combustible o situados ladera arriba del incendio. **Permanece en terreno desnudo o quemado.**
- Desplázate según las curvas de nivel, apartándote de la dirección de avance del fuego, **buscando ladera abajo** la cola del incendio.
- **No vayas ladera arriba,** a menos que sepas que existe un sitio seguro allí.
- **No intentes cruzar las llamas**, salvo que puedas ver claramente lo que hay detrás de ellas.
- Si te ves rodeado, **protégete de la radiación**: échate al suelo detrás de una gran roca, un tronco o en una depresión y cúbrete con tierra o arena; refúgiate en piscinas o arroyos; evita los depósitos de agua elevados (se calentarán debido al incendio).

Estas recomendaciones **no garantizan tu supervivencia**. La única regla segura es **evitar el empleo del fuego** en el monte en cualquiera de sus formas, durante la época de peligro.