

ESPECTÁCULOS

RECOMENDACIONES PARA LA ASISTENCIA A ESPECTÁCULOS PÚBLICOS, ESPECIALMENTE A PARTIDOS DE FÚTBOL

PROTECCIÓN CIVIL ACONSEJA:

- * No introducir en el recinto objetos que puedan afectar a la seguridad del resto de los espectadores.
- * Seguir las instrucciones dadas por megáfono y servicios de orden.
- * En todo momento conservar la calma.
- * Antes de ocupar su localidad infórmese de donde se encuentran las salidas, especialmente las salidas de emergencia.
- * No correr.
- * Al entrar o salir, no pararse en las puertas, dormitorios o pasillos de acceso a las localidades.
- * Llevar en brazos o de la mano a los pequeños.
- * Antes de entrar en el recinto, en el caso de que vaya acompañado de otras personas tome un punto de referencia del exterior, para que en el supuesto de pérdida, puedan volverse a reunir.
- * Permanecer en sus localidades hasta la finalización del acto.
- * Mantenerse tranquilo y sereno ante cualquier emergencia.
- * Solicitar la ayuda de los servicios de orden ante cualquier emergencia personal o colectiva que pueda acontecer.

RECUERDE:

- * que esta terminantemente prohibido situarse sobre barandillas, verjas u otros lugares no destinados a estos fines.
- * Para evitar accidentes, abandonar el recinto de forma ordenada, respetando el orden de salida.
- * Que una conducta incivilizada puede provocar una catástrofe.
- * Que las mayores desgracias ocurren por el desorden y la prisa.
- * Que antes que el espectáculo esta su seguridad y la del resto de espectadores.
- * Que de su conducta serena, en la mayoría de los casos, dependerá la solución del problema.
- * Que los servicios de orden se encuentran en el recinto para salvaguardar la seguridad de Ud. Consúlteles cuanto crea necesario para lograr este fin.

SOLICITA:

- * La colaboración de todos los espectadores en caso de cualquier accidente.

- * No entorpecer los movimientos de los servicios de orden.
- * Ayuda, en todo lo que dependa de Ud. para que el espectáculo sea una fiesta y no una jornada triste.

Recuerde que.... ¡ES MEJOR PREVENIR QUE CURAR!

EN LA ASISTENCIA A ESPECTÁCULOS DEPORTIVOS O DE MASAS:

- * Siga las instrucciones de las autoridades, policía, Guardia Civil, Cuerpos de Seguridad, voluntarios de Protección Civil, etc.
- * Al entrar o salir, no se detenga en las puertas, puede colapsarlas y provocar graves riesgos.
- * En caso de riesgo o emergencia, no pierda la calma y abandone el recinto con celeridad pero sin prisas, no corra, siga las instrucciones de la megafonía o servicios de orden.
- * Si va acompañado de otras personas, especialmente niños, no se separe de ellos, e incluso lleve en brazos o de la mano a los pequeños.
- * No introduzca objetos o materiales, tales como botellas, botes, palos, bengalas, etc., que puedan poner en peligro tanto su vida como la del resto de los espectadores.
- * En caso de producirse altercados o actos violentos, intente separarse del lugar, e informe a los cuerpos o fuerzas de seguridad.

EN LA PRACTICA DEPORTIVA:

- * Siga en todo momento las instrucciones de las fuerzas y cuerpos de seguridad, en especial, en cuanto a donde realizar la práctica deportiva sobre todo en determinados deportes que pueden ocasionar riesgos a las personas, como el automovilismo, la náutica, la caza, etc.
- * Practique el deporte en los lugares habilitados al efecto, y donde en caso de necesidad pueda ser auxiliado por otros deportistas, y especialmente no practique deportes en lugares abiertos al tráfico de vehículos.
- * Conozca y siga las normas de la federación deportiva, relacionado con el deporte que practique.
- * No inicie o reinicie la práctica deportiva sin consultar previamente con el médico, y hágase revisar periódicamente por el facultativo.
- * Conozca unas mínimas reglas de primeros auxilios.
- * No intente sobrepasar sus límites.
- * No beba líquidos, ni durante ni inmediatamente después de terminar la práctica deportiva, y tenga cuidado con el sol intenso, pues podrían producirse mareos, cortes de digestión, lipotimias, etc.

PROTECCIÓN EN EDIFICIOS PÚBLICOS, HOTELES Y APARTAMENTOS:

- * Conozca bien el plano de su planta: escaleras de incendios, si las hay, salidas de emergencia, situación de extintores y bocas de agua, etc.
- * Conozca perfectamente el funcionamiento del Plan de Emergencia y cumpla con decisión y rapidez las acciones que en el se encomienden.
- * Conozca los puntos de mayor riesgo. Evalúe con anterioridad los peligros y trace mentalmente su

comportamiento en todo caso.

En caso de incendio:

- * prevenga: localice las salidas de urgencia
- * Estudie las vías para la evacuación.
- * Si detecta humo o fuego avise a conserjería.
- * Si hay humo fuera de su habitación, no salga y cierre la puerta.
- * Si ha de salir y hay humo, respire a través de un pañuelo húmedo.
- * Avance agachado o a gatas.
- * No utilice los ascensores, puede haber un corte de fluido eléctrico durante el incendio.

Actúe con orden y serenidad. Recuerde que con sangre fría puede salvar su vida y la de los demás.

RECOMENDACIONES EN EL USO DE TRANSPORTES:

EN VEHÍCULO. Proceda a una exhaustiva revisión del coche antes de viajar. En caso de accidente señalice el lugar.

EN FERROCARRIL Y AUTOBÚS. No se asome al exterior. Si prevé un choque agárrese bien y proteja la cabeza. Sepárese de las ventanas y puertas.

EN METRO. No camine a oscuras por la vía. Ante el humo, échese al suelo y respire con un pañuelo en la boca. Vigile los cables y objetos metálicos para no sufrir electrocución.

EN AVIÓN Y BARCO. Siga las instrucciones de la tripulación y protéjase contra los mareos.

INTOXICACIONES:

- * Caso de intoxicación por alimentos, medicamentos y otros tóxicos, que la víctima vomite o provocándole el vomito. Si la sustancia ingerida es muy corrosiva, hágase un lavado de estomago.
- * Caso de veneno, adminístrese el antídoto apropiado.
- * Después de la intoxicación, guárdense las heces y restos de comida para analizar.
- * Procure tomar alimentos en buen estado. Elimine siempre los sospechosos.
- * Vigile el buen estado de conservación de los alimentos en los restaurantes y bares donde los consuma. En su caso, seleccione el local más conveniente.
- * Atención con el calor. Pueden darse intoxicaciones alimentarias con más frecuencia, sobre todo la salmonelosis.
- * Los huevos que consume, cuide que no estén sucios. Aclárelos con lejía, en su caso.
- * Lave e higienice los alimentos que toma crudos: frutas y hortalizas.

Por gases y otras sustancias:

- * Corte el gas y evite toda chispa, así como explosiones.
- * Airee y ventile el recinto contaminado.
- * Protéjase con un pañuelo la boca y la nariz.
- * Hágase la respiración artificial y reanimación cardiaca, en su caso.
- * Trasládese a la víctima rápidamente a un centro hospitalario.
- * Deben guardar especial observancia las personas drogodependientes y quienes ingieren gran cantidad de alcohol, para que su posible intoxicación por esos productos no tenga un efecto añadido por cualesquiera otras cosas. Puede ser muy peligroso.

BAÑOS EN RÍOS, PLAYAS Y PANTANOS:

- * Cuidado con el sol. Tómelo con precaución los primeros días.

