

AGRADECIMIENTO

El Sistema Nacional de Protección Civil desea extender su más sincero agradecimiento a los diferentes organismos, instituciones y asociaciones, tanto nacionales como regionales y, a nivel mundial, por su valiosa contribución al contenido de este documento.

Ameritan una mención especial las valiosas críticas, preguntas y sugerencias pertinentes de muchos consultores, directivos y especialistas en el área de Prevención y Protección en casos de desastre.

En esta primera edición, el Sistema Nacional de Protección Civil extiende reconocimiento especial a las personas e instituciones, que de una forma u otra colaboraron para la realización de este folleto.

INDICE

	No. Pág.
AGRADECIMIENTO	
INDICE	
INTRODUCCION	
SISMOS (TEMBLORES, TERREMOTOS Y MAREMOTOS)	1
INUNDACIONES	16
HURACANES, TORNADOS Y SIMILARES	33
MARES DE LEVA	40
MAREMOTOS (TSUNAMIS O SALIDA DE MAR)	45
RUPTURA DE PRESAS O ESTANQUES DE GRAN MAGNITUD	48
DESCARGAS ELECTRICAS	51
LLUVIAS Y GRANIZADAS	57
SEQUIA Y SIMILARES	62
TEMPERATURAS EXTREMAS	67
AVALANCHAS	69
INVASIONES DE ANIMALES	72
EPIDEMIAS	75
MANIFESTACIONES, MOTINES, DESORDENES Y/O PANICO	78
CONTAMINACIONES AMBIENTALES	83
INTERRUPCIONES DE SERVICIOS BASICOS	90
ACCIDENTES DE TRANSITO ACUATICO	101
CAIDAS DE CUERPOS EXTRATERRESTRES	105
INCENDIOS EN EDIFICACIONES	108
CAUSAS BELICAS CON SISTEMAS CONVENCIONALES	117

	No. Pág.
CAUSAS BELICAS CON SISTEMAS NO CONVENCIONALES	124
ACCIDENTES DE TRANSITO TERRESTRE	135
EL COLERA	148
EL DENGUE	156
BIBLIOGRAFIA	

INTRODUCCION

Desde hace algún tiempo el Sistema Nacional de Protección Civil se ha preocupado por la falta de normas de prevención y procedimientos de protección acerca de los desastres en nuestro país. Apenas se han realizado algunos estudios sistemáticos sobre este tópico.

La presente guía trata de formular normas y procedimientos aceptables que puedan aplicarse en caso de desastres, ya que apesar de los notables adelantos de la tecnología moderna, la humanidad continúa casi desamparada frente a los mismos.

Los desastres naturales como los sismos, las inundaciones, las erupciones volcánicas y los terremotos, y las catástrofes producidas por la actividad del hombre como el hambre colectiva, la sequia, los accidentes de tránsito y las causas bélicas, atacan con frecuencia los centros poblados y producen grandes sufrimientos, daños y pérdidas de vidas.

En su mayoría, las catástrofes dejan gran cantidad de personas, sin hogar, privadas de alimentos adecuados, ropa y otros artículos esenciales; por consiguiente, expuestas a condiciones climáticas adversas y a la propagación de enfermedades.

Las fuerzas de la naturaleza y los desastres ocasionados por el hombre no tienen normas ni límites. Lo mejor que puede hacer el hombre ante ellas es buscar protección o estar alerta y emplear el conocimiento adquirido para defenderse contra esas fuerzas o atenuar sus consecuencias.

Esta guía presenta una exposición detallada sobre las normas de prevención y los procedimientos de protección que deben aplicarse en los países, como el nuestro, propensos a los desastres. La mayor parte de los países latinoamericanos y del área del caribe son sumamente vulnerables a los desastres. Por esto en Panamá, los preparativos de prevención y los procedimientos de protección son parte fundamental de los planes nacionales de acción para el presente decenio.

El objetivo de esta guía no es ofrecer información técnica detallada sino presentar un marco de referencia dentro del cual las personas puedan adoptar decisiones racionales y eficaces respecto a las medidas de prevención y procedimientos de protección en caso de desastres.

La guía se divide en varias secciones, en cada una de las cuales se exponen conocimientos preliminares, normas de prevención y procedimientos de protección para cada tipo de desastre, ya sean naturales o producto de las actividades humanas, antropogénicas.

SISMOS

(Temblores, Terremotos y Maremotos)

Conocimientos Preliminares.

El conocimiento preliminar de los riesgos que corre un país ante posibles fenómenos sísmicos, se debe iniciar con un estudio estadístico de los movimientos registrados en cada región o zona, de sus frecuencias más o menos grandes y de los lugares precisos donde se registraron los respectivos epicentros. Estos datos, complementados con los daños causados y otros detalles adicionales, sirven para elaborar los llamados "mapas sísmicos", en los cuales se pueden apreciar las zonas o áreas en las cuales se pueden producir sismos de más o menos similar intensidad.

Estos mapas se dividen en áreas comprendidas entre 1 y 4, de acuerdo al peligro así:

- | | |
|----------|--------------------|
| - ARKA 1 | - Muy bajo peligro |
| - ARKA 2 | - Bajo peligro |
| - ARKA 3 | - Mediano peligro |
| - ARKA 4 | - Alto peligro |

No existen métodos seguros para alertar con alguna anticipación la presencia de un sismo y su posible intensidad; sin embargo, recientes experimentos parecen estar llegando al mínimo deseable de en materia de oportuna y precisa detección. Ante esta limitación toman gran importancia los mapas sísmicos mencionados, los cuales proporcionan algunos elementos de juicio que orientan bastante bien en materia de planes y proyectos urbanísticos, normas y procedimientos respecto a cálculos de edificaciones, así como a diversas investigaciones que conduzcan a reglamentaciones apropiadas en cada una de las cuatro áreas que se han precisado anteriormente.

Hay algunos indicios o signos que en cierta medida se pueden utilizar como medios de alerta y son los siguientes:

- Cuando en un área donde no se registran con frecuencia temblores, se inicia repentinamente un conjunto de pequeños sismos seguidos (Muy débiles, débiles, pequeños, medianos), los cuales, en algunos casos, pueden ser síntomas de próximos movimientos de mayor intensidad.
- Cuando en áreas sísmicas bien identificadas comienzan a registrarse con cierta periodicidad, ciertos movimientos de intensidades variables, incluyendo algunos medianos y fuertes.

Sin embargo, estos indicios no significan pruebas que en forma alguna justifiquen dar toques de alarma o voces oficiales que produzcan pánico en casas, edificios, zonas o ciudades. En estos casos, lo mejor es dejar que los Organismos de Protección Civil aporten conocimientos previos de prevención y actuación, tanto colectivos como individuales, de modo que los diversos grupos humanos, lo hagan de la manera más técnica y carente de riesgos.

Desde hace algunos años se vienen acumulando experiencias mucho más científicas y técnicas, con los cuales parece que será posible llegar a detecciones tan precisas como las que nos permiten anticipar o prevenir otros fenómenos naturales. Estas investigaciones se apoyan en los siguientes detalles:

- 1- Las relaciones interdependientes entre las mencionadas ondas internas, en sus variantes longitudinales y transversales.
- 2- Las alternativas sensibles de la corteza terrestre, levantamientos y hundimientos.
- 3- Las dilataciones rocosas y la difusión fluida.

Normas de Prevención.

- ☉ Infórmese y estudie los elementos fundamentales sintetizado en párrafos anteriores.
- ☉ Conozca las normas antisísmicas establecidas en la zona donde usted reside o trabaja.
- ☉ Coopere en los cursos, programas y posibles trabajos de autoprotección que se realicen.
- ☉ Elija lo mejor posible el área de su domicilio y de su oficina en particular, de acuerdo al contenido de los mapas o demás instructivos de carácter sísmico.
- ☉ Averigüe si alguna vivienda que vaya a comprar o alquilar, ha sido construida de acuerdo con las especificaciones o códigos antisísmicos vigentes.
- ☉ Verifique si esa posible vivienda para usted y su familia ha sufrido daños de alguna clase, y como fueron reparados.
- ☉ Antes de tomar alguna decisión en materia de protección observe muy bien el panorama que le rodea, de modo que no salga de su casa para luego lesionarse o morir en la calle. Es decir, tome precauciones destinadas a que no le puedan afectar derrumbes de edificaciones cercanas, u objetos que puedan ser lanzados o desprendidos de esos edificios.
- ☉ No coloque objetos de gran peso o tamaño en las partes más elevadas de sus muebles. Trate de colocar lo más pesado abajo y lo más liviano arriba.
- ☉ Si tiene que colocar objetos pesados en las paredes, en los techos o en estantes, trate de asegurarlos lo más posible de una manera práctica, de modo que con los movimientos no se produzcan fácilmente sus caídas al suelo.

- ☉ Instruya personalmente y debidamente a su núcleo familiar sobre cómo se interrumpe la energía eléctrica total o parcial de su casa, así como el gas y el agua.
- ☉ Trate de conocer y hacer conocer por su familia los aspectos básicos de primeros auxilios. En caso de emergencia, todas las personas están en el deber de ayudar.
- ☉ Disponga siempre de una linterna o lámpara que le permita afrontar casos de repentina oscuridad, ya que utilizar velas o llamas en general, puede ser peligroso si se han liberado gases o líquidos inflamables o si se está en lugar cerrado.
- ☉ Trate de tener por lo menos un radio con baterías, de modo que en momentos de emergencia no quede aislado de la comunidad.

Procedimientos de Protección.

Si usted está en su casa o en algún edificio de dos (2) o tres (3) pisos, y se inicia un movimiento sísmico:

- No se desespere ni comience a dar carrera ni gritos (Figura 1).
- Salga lo más pronto posible hacia el aire libre.
- Aléjese de las paredes y de todo aquello que pueda caerle encima, incluyendo antenas para televisores, maceteros y demás objetos que puedan desprenderse (Figura 2).
- Espere hasta que haya cesado el sismo. Luego espere por lo menos 15 minutos antes de entrar a cambiarse de ropa o buscar algo que necesite, ya que cualquier movimiento puede repetir.

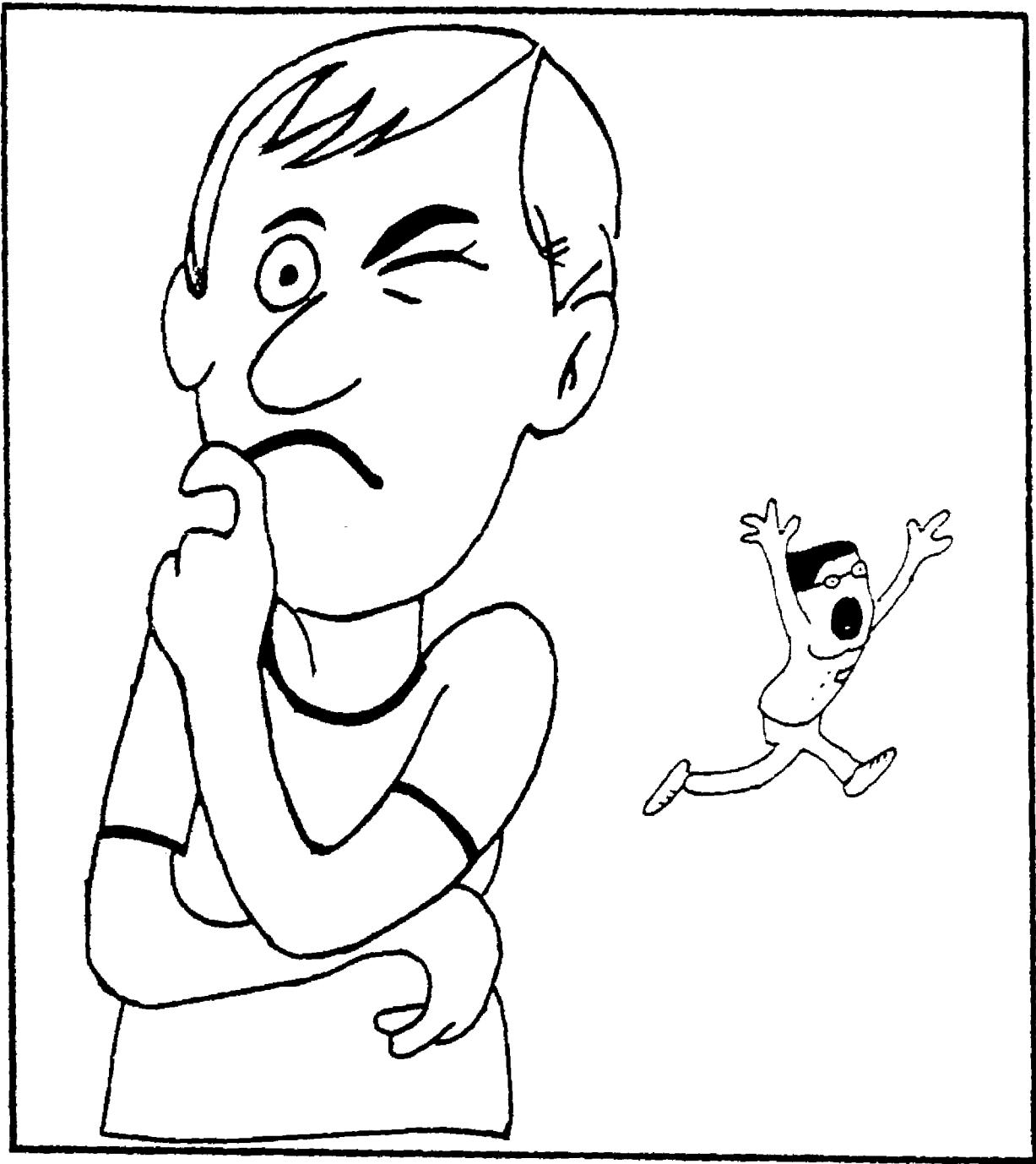


FIGURA 1. PIENSE Y MANTENGA LA CALMA

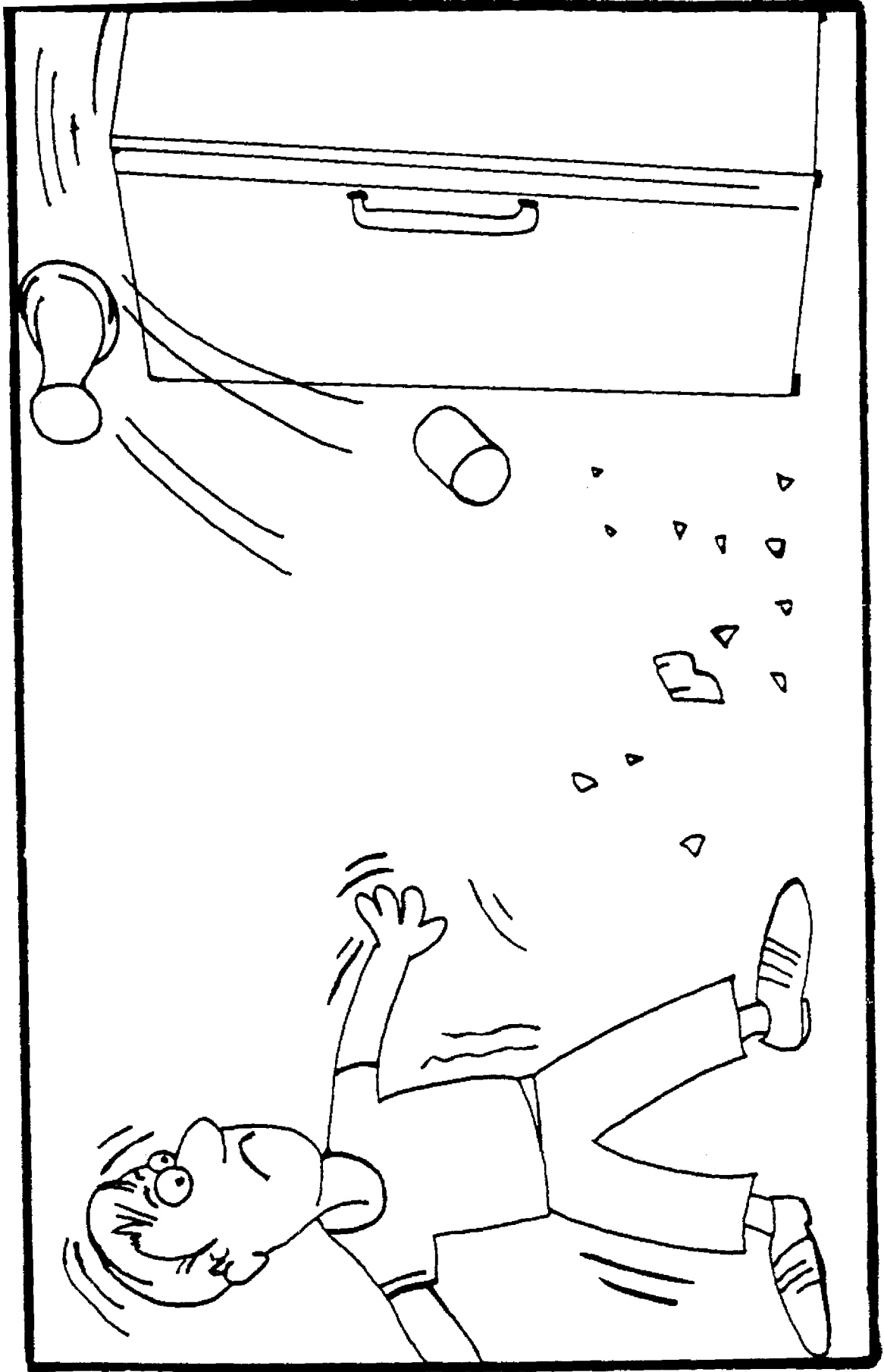


FIGURA 2. MANTENGASE ALEJADO DE OBJETOS QUE PUEDAN CAER Y HERIRLO.

Si usted se encuentra en un edificio de cuatro (4) o más pisos:

- No trate de bajar corriendo por las escaleras ni mucho menos por los ascensores o escaleras mecánicas. Todos estos elementos son muy vulnerables.
- Trate de colocarse bajo el marco de las puertas en las esquinas interiores, pegado a las paredes internas o debajo de las vigas resistentes (Figura 3).
- No se coloque junto a paredes exteriores, balcones hacia la calle, ventanas, muebles con vidrios, estantes que tengan objetos pesados en su parte superior, ni bajo lámparas pesadas (Figura 4).

Si usted se encuentra en lugares donde hay mucho público aglomerado:

- Manténgase sereno.
- Trate de que al peligro del sismo no se agregue el poder de ser aplastado o asfixiado por la multitud.

Si el sismo sucede mientras usted está al aire libre, proceda así:

- Si está lejos de edificaciones y de instalaciones eléctricas, de gas o agua, manténgase en su sitio. Es preferible sentarse en el suelo.
- Si está cerca de estos elementos, aléjese de ellos y siéntese en el suelo.
- Si está manejando un vehículo automotor deténgase en tierra firme, nunca sobre puentes o estructuras viales; frene bien, de modo que no haya movimientos; manténgase en su interior. Al pasar el sismo, siga su camino, prestando mucha atención al estado del pavimento.

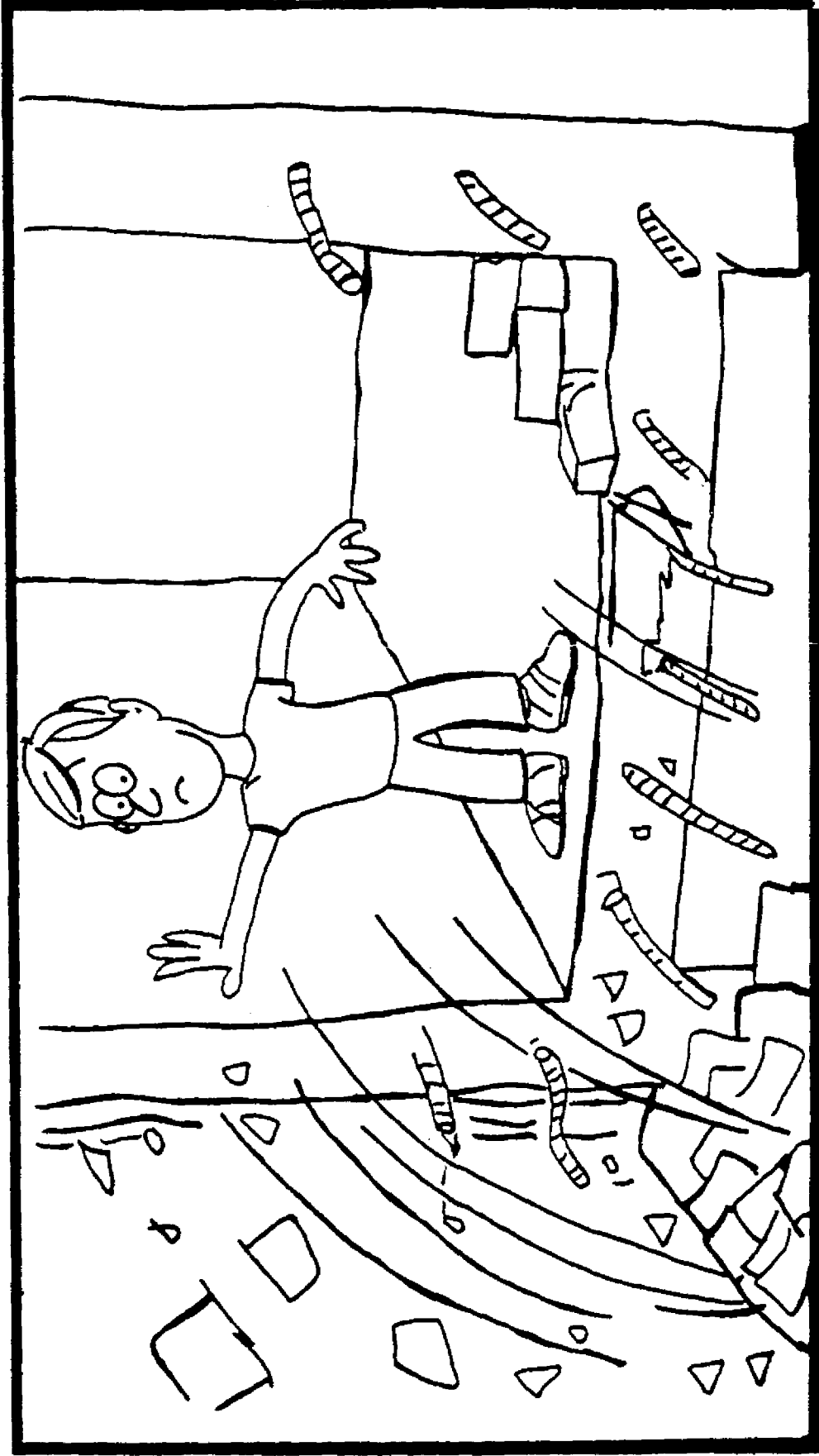


FIGURA 3. EN EDIFICIOS PROTEJASE DEBAJO DE VIGAS, MESAS, ESCRITORIOS O DINTELES DE PUERIAS.

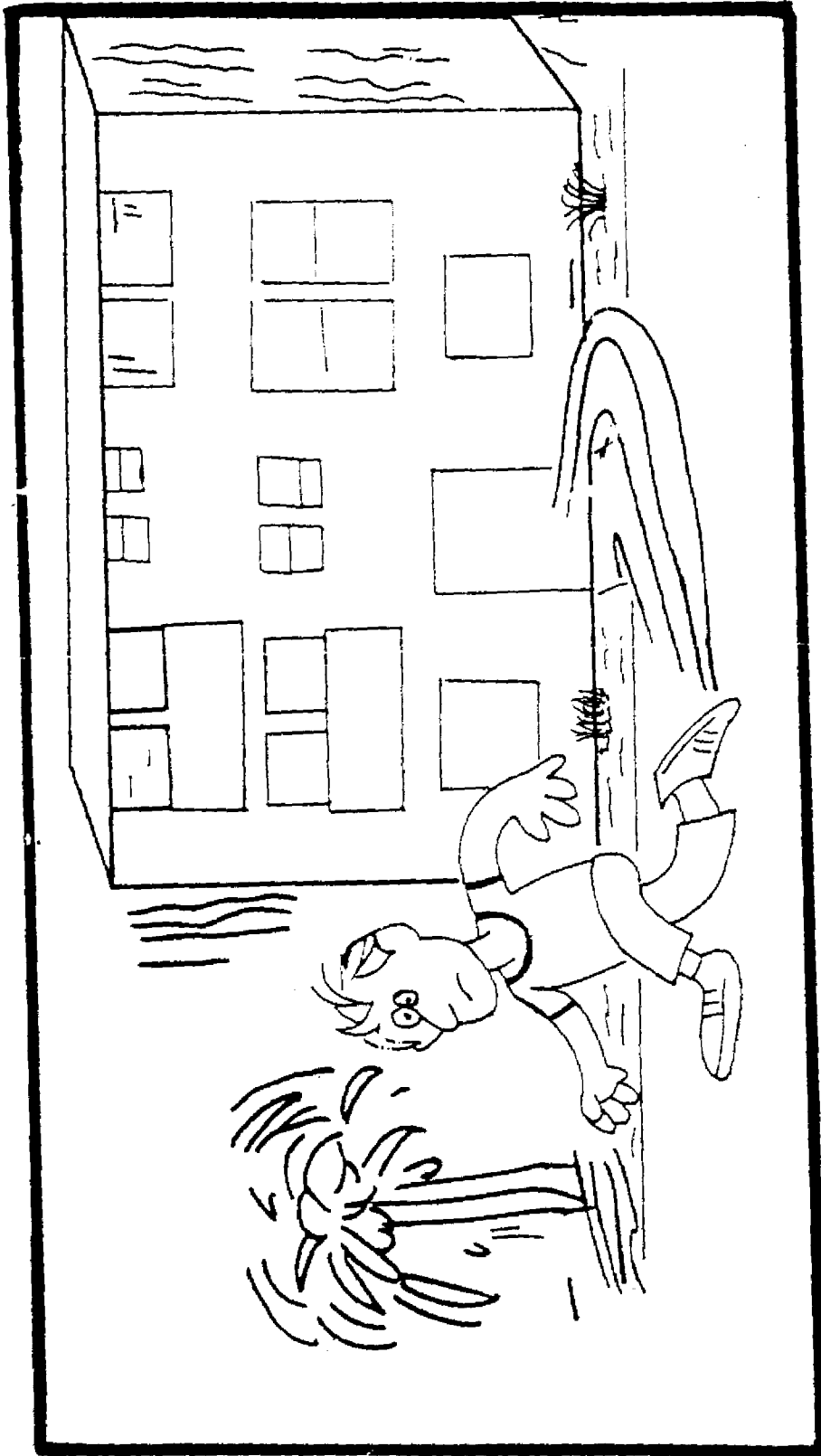


FIGURA 4. ALEJESE DE BALCONES, CORNISAS Y PAREDES EXTERIORES

Si está cerca del mar, un río o lago, aléjese rápidamente de las orillas y sitúese en las áreas más elevadas; si no lo hace de esta manera pueden sorprenderlo olas sísmicas de gran poder destructivo (Figura 5).

¿ Qué Hacer Después del Sismo ?

Verifique los siguientes aspectos, dentro del siguiente orden de prioridades:

- ⊕ Posibles muertos, heridos y lesionados.
- ⊕ Si hay incendios o peligro de ellos, así como también si han sucedido o pueden sucederse explosiones.
- ⊕ Si se han averiado líneas eléctricas, tuberías de gas, agua potable y aguas negras; los depósitos de combustible y agua.
- ⊕ Los daños en las estructuras de las edificaciones.
- ⊕ Otros posibles efectos materiales.

En cualquiera de estos casos proceda de la siguiente manera:

- ⊕ Los muertos, déjelos en su sitio y comuníquela novedad a las autoridades.
- ⊕ Los heridos graves no los mueva, salvo el caso de que, dejándolos en su mismo sitio, corran otros peligros adicionales. Informe a las autoridades (Figura 6a y Figura 6b).
- ⊕ Si encuentra problemas derivados de líneas eléctricas, tuberías de gas, agua potable y aguas negras, así como depósitos de combustibles y agua; no toque las líneas eléctricas, cierre las llaves de paso, no use los equipos correspondientes a las líneas dañadas y avise a los Organos de Protección Civil (Figura 7).

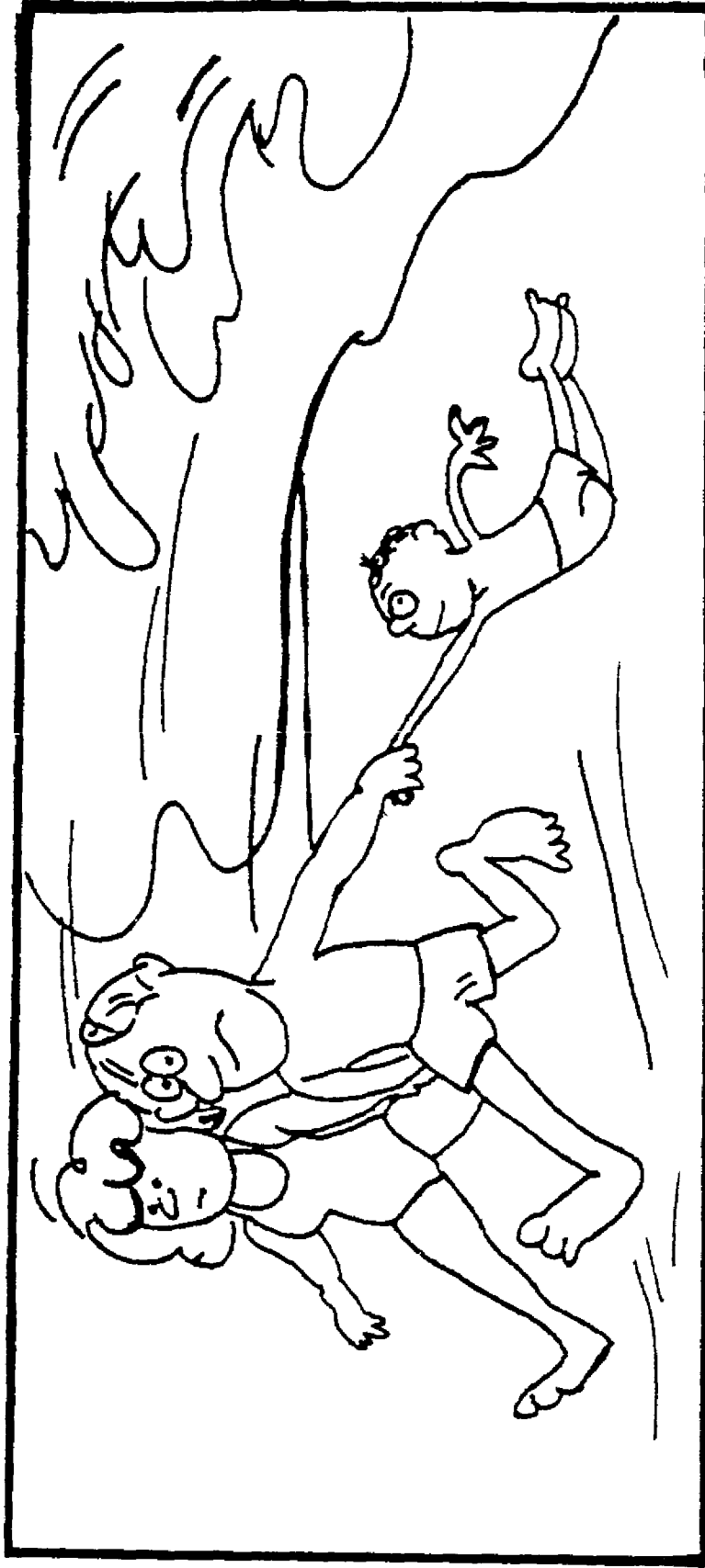


FIGURA 6. SI ESTA EN LA PLAYA, ALEJESE DE ELLA.

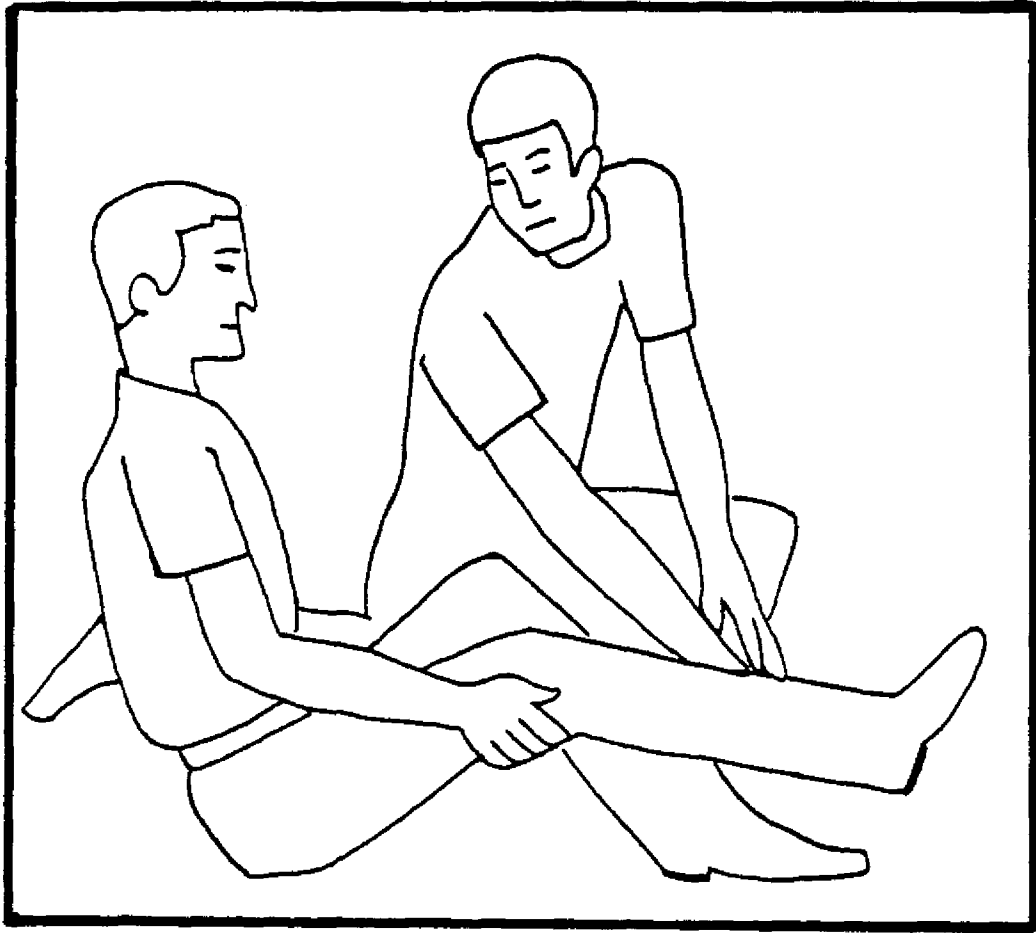


FIGURA 6a. HABLELE Y CALMELO.

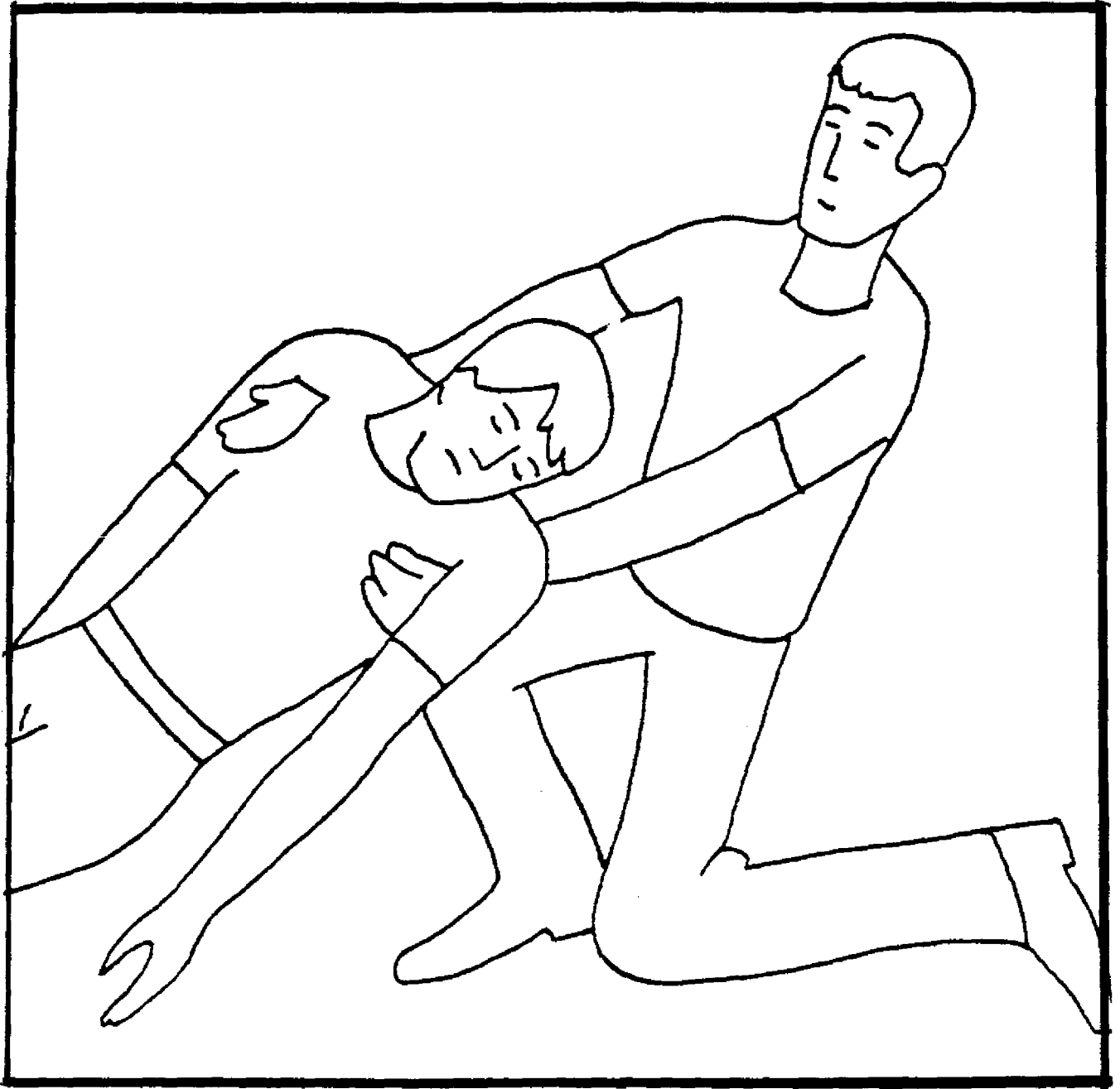


FIGURA 8b. NO LO MUEVA.

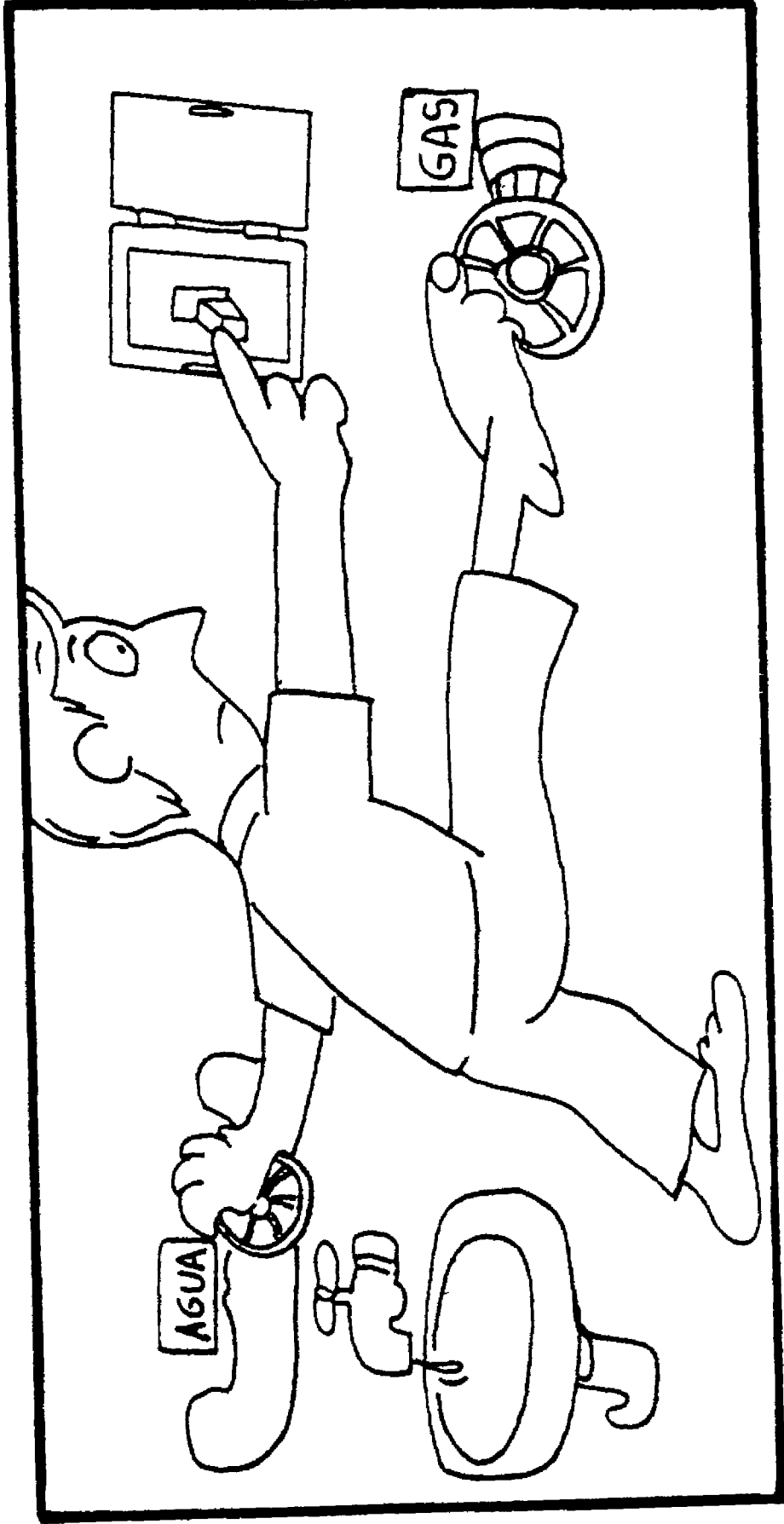


FIGURA 7. CORTE LA ELECTRICIDAD, GAS Y AGUA.

- ▷ Proceda limpiar cualquier derrame de combustible, corregir alguna salida de gases y recoger cualquier tipo de medicinas y elementos de primera necesidad.
- ▷ Atienda los heridos leves y coopere en todo lo que pueda, en beneficio de su familia y de la comunidad.
- ⊕ Encienda la radio o la televisión de modo que se mantenga informado.
- ⊕ No penetre en edificios dañados.
- ⊕ Si hay en el piso escombros y especialmente vidrios rotos, use zapatos y en ningún momento camine descalzo.
- ⊕ Cuidese de comidas o bebidas que provengan de recipientes cercanos a vidrios rotos. Las bebidas pueden ser previamente filtradas con tela, algodón, colador, etc.

En un año normal no menos de 10,000 personas mueren en todo el mundo por causa de terremotos.

Así como no se pueden predecir los terremotos, si se puede decir donde se sintieron en el pasado y que hay que esperarlos en el futuro.

Una magnitud de 8.5 a 8.7 en la Escala de Richter, es superior a la energía de las bombas atómicas sobre Japón.

INUNDACIONES

Conocimientos Preliminares.

Toda inundación significa que cantidades variables de agua, debido a muy diversas causas que luego detallaremos, han invadido gradual o repentinamente áreas que normalmente deberían encontrarse secas (Figura 8).

Las inundaciones son producidas fundamentalmente por las siguientes causas:

- Las lluvias prolongadas y/o caudalosas.
- Los crecimientos o cambios en los ríos.
- Los desbordamientos de mares y lagos.
- Las rupturas de embalses o diques, así como de depósitos de gran tamaño.
- Las obstrucciones de desagües naturales o contruídos por el hombre.

Las inundaciones tienen diferentes efectos según se trate de penetraciones graduales o de corrientes violentas de agua. Así mismo hay notables diferencias cuando las inundaciones se desarrollan en campos, en instalaciones de diversas clases o en medios urbanos.

En las áreas rurales las inundaciones se caracterizan porque las aguas cubren grandes extensiones de tierra que tienen poca o ninguna pendiente, cuyos drenajes naturales son pequeños. De ese modo, las aguas que se van concentrando permanecen días, semanas, y hasta meses estancadas, pudiendo también aumentar sus volúmenes por nuevas precipitaciones pluviales. Esta situación produce los siguientes daños:

- Pérdidas de vidas humanas o lesiones personales
- Destrucción de instalaciones y/o viviendas.
- Deterioro o pérdida de cultivos, animales, maquinarias y equipos.
- Deterioro de vías de comunicación.
- Aislamiento de centros poblados o de producción agropecuaria.



¿Qué se debe hacer?

Las lluvias intensas pueden producir inundaciones, ESTE ALERTA

FIGURA 8

En las áreas urbanas el agua invade las calles, edificaciones y viviendas (Figura 9). Se acumula en lugares muchas veces ocultos y luego se desborda violentamente. Estos hechos tienen los efectos que se citan a continuación:

- Pérdidas de vidas humanas o lesiones personales.
- Desarrollo de epidemias y diversas enfermedades.
- Efectos psicológicos colectivos.
- Deterioro o destrucción de edificaciones, viviendas muebles, vehículos automotores, equipos, alimentos, documentaciones, y otros elementos de operación y consumo.

En el caso de inundaciones de ciudades y/o pueblos, no se deben aplicar algunas medidas que son aplicables a los campos y viceversa. En efecto, la constitución de centros poblados, en los cuales el medio básico se caracteriza por concentraciones de infraestructura y edificaciones fijas, obliga a que todo se haga mediante procedimientos colectivos en sitios, sin que la evacuación y dispersión de personas y medios materiales tenga fácil aplicación.

Los diversos problemas que pueden crear las inundaciones se fundamentan mayoritariamente en aspectos meteorológicos, topográficos y geográficos, así como en las transformaciones que hayan efectuado las comunidades en determinadas zonas del territorio.

Ciertamente, todos esos factores, entre ellos la hidrografía de las diversas regiones y zonas del país, tiene influencia determinante en el origen y desarrollo de las inundaciones, y deben considerarse cada vez que se hagan planificaciones en las zonas urbanas y rurales.



En áreas urbanas, **vigile** que los niños no se acerquen a las alcantarillas y desagües.

FIGURA 9

Cada ciudad y zona rural tiene un cierto factor de posibilidad o de peligrosidad de inundación, el cual puede determinarse en función de las siguientes variables:

- La frecuencia relativa con que han sucedido inundaciones en un período de suficiente valor representativo (20 años o más).
- Las causas de esas inundaciones, ya que no es lo mismo que se produzcan por lluvias en la zona (precipitación pluvial), o por desbordamiento de ríos, lagos o mares (inundaciones fluviales, lacustres y marítimas).
- Las intensidades que han tenido esas inundaciones.
- Las diversas variantes físicas que se observan en las ciudades o zonas en referencia.

De estas observaciones debidamente relacionadas pueden surgir cuatro (4) clases de ciudades o pueblos, así como de zonas y áreas rurales, de acuerdo a la siguiente clasificación de grados de peligrosidad:

- Ciudad o zona de muy bajo peligro.
- Ciudad o zona de bajo peligro.
- Ciudad o zona de mediano peligro.
- Ciudad o zona de alto peligro.

Las pérdidas de vidas y los daños sociales no siempre guardan relación con la verdadera intensidad de las inundaciones. En efecto, muchas familias sufren muertos, heridos, pérdidas de viviendas y destrucciones de sus muebles, porque ubican sus hogares en zonas o áreas inundables. Esto indica que la primera defensa contra las inundaciones consiste en ser prudentes en la selección de sitios donde se viva o se trabaje.

Las inundaciones en general, salvo aquellas derivadas de rupturas de presas, embalses, diques, así como las que puedan ser

consecuencia de movimientos sísmicos, suceden en determinadas épocas del año.

En consecuencia, al menos en las áreas urbanas, si se respetarán muchas de las previsiones y precauciones que los hechos y el tiempo han demostrado que son útiles, sería posible que esos fenómenos naturales, además de que no fueran sorprendidos, limitaran todos sus esfuerzos a proporciones mínimas. Sin embargo, casi nadie toma las medidas necesarias para no convertirse en fácil víctima de las inundaciones; en consecuencia, a los imprevistos que siempre presentan los fenómenos naturales se agrega el descuido y la negligencia de la administración pública encargada de estos menesteres y de los pobladores, lo cual configura una especie de vocación para ser, año por año permanentes damnificados.

Normas de Prevención.

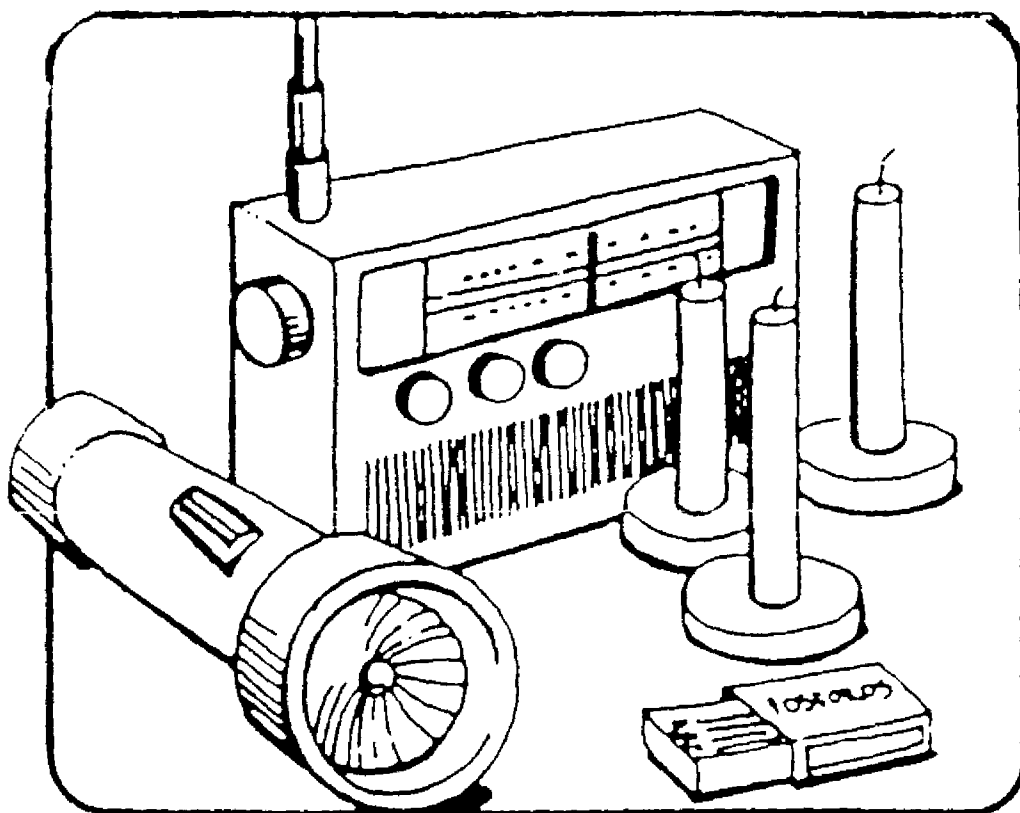
- ∞ Infórmese y estudie los elementos fundamentales expresados anteriormente.
- ∞ Conozca los grados de peligrosidad de inundaciones en la ciudad o zona donde usted viva o trabaje; así como las medidas preventivas que recominden las Autoridades de Protección Civil.
- ∞ Coopere en los programas, cursos y posibles trabajos de autoprotección que se realicen.
- ∞ Si tiene oportunidad de elegir libremente su lugar de vivir o trabajar, busque siempre ciudades, zonas y/o sectores de la menor peligrosidad posible. Si desconoce el territorio busque informaciones apropiadas.
- ∞ Si va a construir en una zona que otras veces se ha inundado, levante su planta baja lo suficiente, de modo que sólo en casos excepcionales pueda ser su casa inundada. Tenga cuidado con puertas y

aberturas que permitan una fácil entrada de las aguas. De igual manera, no use materiales que sean fácilmente afectados ni coloque en sitios inundables instalaciones eléctricas.

- ∞ En todo caso usted debe pensar en estas medidas preventivas, como en lo que debería hacer en caso de que se le inunde su casa o sitio de trabajo.
- ∞ Trate de verificar con cierta frecuencia la forma como se comportan los drenajes que puedan afectarle, así como el estado de las redes de aguas negras.
- ∞ Tenga siempre en su casa linternas o lámparas de emergencias y por lo menos un radio con baterías (Figura 10).
- ∞ Cuando observe desniveles de pisos que no sean lógicos trate de corregirlos. Iguales precauciones debe tomar con los bajantes de las aguas que caen a los techos o de éstos hacia el piso.
- ∞ Disponga siempre de material de emergencia (medicamentos, útiles de primeros auxilios y recipientes limpios con tapas para almacenar agua potable) (Figura 11a y Figura 11b).

Las precauciones de los Organos de Protección Civil podemos concretarlas a diversos aspectos, situados todos dentro de lo que se podría llamar una buena administración de las zonas inundables. Estos aspectos son los siguientes:

- ∞ El establecimiento y utilización de sistemas destinados al pronóstico de posibles inundaciones en determinadas ciudades o zonas rurales.
- ∞ Poner en práctica medidas apropiadas de evacuación en áreas inundables.



Radio con baterías, foco, candelas y fósforos.

FIGURA 10

Tenga siempre
a mano este
material de
emergencia



Medicamentos y útiles para
primeros auxilios

FIGURA 11a



Cobija y recipientes limpios
con tapa, para almacenar
agua potable.

FIGURA 11b

- ∞ La aplicación de procedimientos prácticos, tales como la instalación de defensas de diversos tipos, para de ese modo evitar o por lo menos ubicar de la mejor manera los sitios por donde un desbordamiento sería menos perjudicial.
- ∞ La estricta regulación del posible aprovechamiento de las diversas clases de áreas inundables, lo cual debe ser consecuencia de un estudio técnico sobre la materia que defina bien las verdaderas propiedades y facilidades urbanísticas o productivas de cada zona.
- ∞ El fomento y la motivación necesaria de modo que existan y se puedan celebrar contratos de seguro contra posibles daños por inundaciones.
- ∞ La instrucción de la población, de modo que adquieran conciencia familiar e individual sobre todos los daños que pueden evitarse si se siguen las orientaciones y recomendaciones técnicas que se hayan impartido con suficiente anticipación.
- ∞ El cabal cumplimiento de todas las instrucciones que se dicten en beneficio de la colectividad que este amenazada por posibles inundaciones.
- ∞ El impedimento de que se quemen o talen bosques, así como que se construyan obras en sitios inadecuados; hechos éstos que pueden producir algunas desviaciones y desbordamientos de corrientes de agua.

Procedimientos de Protección.

Si la inundación es precisable e inminente, evalúe rápidamente con sentido práctico, el grado de peligro que corre su vivienda o sitio de trabajo, de acuerdo con las respectivas evidencias del problema. Esta apreciación debe abarcar los siguientes aspectos:

- Areas que se inundarán y áreas que posiblemente no se inunden.
- Peligro que corren las personas de ser lesionadas, muertas o aisladas del resto de la comunidad.
- Ubicación de los bienes familiares y determinación de los riesgos que corren (automóviles, muebles, vestuarios, alimentos, etc.)
- Si usted conscientemente estima que moviendo algunos bienes y ubicando bien a las personas puede quedarse en casa o sitio de trabajo, proceda de la manera más serena y eficiente; pero si considera que el peligro crece, proceda sin titubeos a evacuar la zona.
- Es bueno conocer que en casos de gran peligro, no podrá usted decidir sino que tendrá que cumplir obligatoriamente las instrucciones que imparten los Organos de Protección Civil (Figura 12).
- Si el tiempo apremia, ponga primero a salvo a las personas, luego proceda a cambiar el sitio a los bienes y traslade todo lo que pueda a lugares más seguros (Figura 13).
- Recoja toda el agua potable que pueda en recipientes apropiados, ya que el servicio normal puede quedar interrumpido por varios días (Figura 14).
- Si esta usted inscrito en alguna Brigada de Protección Civil, diríjase a su comando y preste su cooperación. Si no forma parte de alguna organización de este tipo, actúe como buen ciudadano e inscribábase.

Al consumarse la inundación proceda de la siguiente manera:



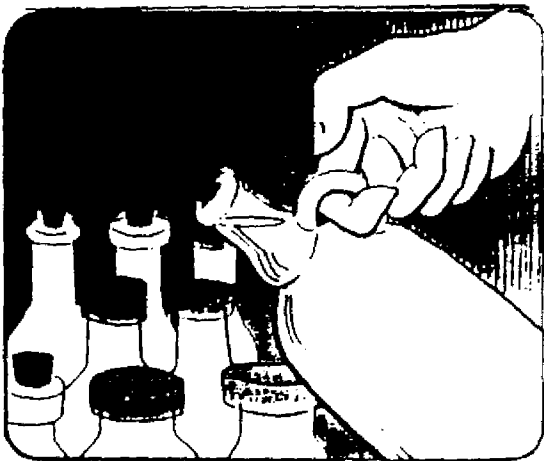
Si las autoridades lo solicitan, evacúe su vivienda inmediatamente.

FIGURA 12



Ante el primer aviso o señal de creciente, **actúe de inmediato** para salvar su vida.

FIGURA 13



Si es posible **almacene agua potable** para beber

FIGURA 14

- Sitúese en lugares donde no corra peligro (Figura 15a y Figura 15b).
- No trate de atravesar áreas inundadas y mucho menos corrientes de aguas. Esto sólo puede hacerse con personal especializado y algunos medios apropiados (embarcaciones, salvavidas, sogas, etc.) (Figura 16).
- Las corrientes de agua arrastran generalmente piedras, troncos y otros objetos que con solo rozarle su cuerpo lo pueden lesionar. En consecuencia, nunca suponga que como esas cosas vienen flotando, carecen de fuerza para inutilizarlo o matarlo.

Si la inundación lo sorprende cuando usted maneja su automóvil:

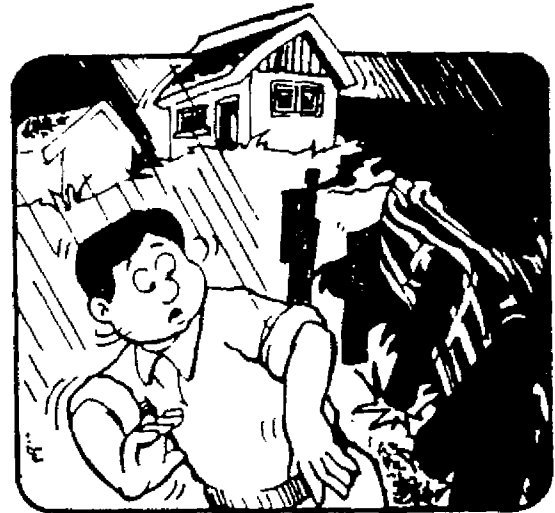
- No trate de cruzar áreas inundadas sin estar seguro de como es el piso por el cual deberá pasar, cual es la altura del nivel del agua o las características generales del vehículo que usted conduce (Figura 17).
- Cuidese de circular por cauces naturales que, en sólo segundos, pueden cubrirle, destruirle y arrastrarle el auto.
- Si llega a un sitio inundado y hay cola de vehículos, trate de devolverse y colocarse en una posición apropiada. Si usted se suma a la cola, es posible que sufra las consecuencia de una corriente o que quede atrapado en este sitio.
- Si el vehículo se le apaga en una zona inundada, salga de su interior y trasládese a lugares seguros. Luego solicite auxilio, preferiblemente con grúas o vehículos de doble tracción.

No cruce con su vehículo puentes donde el nivel de las aguas de inundación este demasiado cerca de la pista de rodamiento de la estructura.



Recoja el material de emergencia y **diríjase a un lugar elevado**

FIGURA 15a



Aléjese de los lugares en que pueden producirse derrumbes.

FIGURA 15b



No trate de cruzar a pie una corriente de agua que sobrepase sus rodillas.

FIGURA 16



No intente conducir sobre una carretera inundada y abandone los vehículos atascados.

FIGURA 17

- Tenga mucho cuidado con instalaciones eléctricas o caídas en la carretera. Pueden tener tensiones de alto peligro.
- Encienda el radio del vehículo y mantengase atento a las instrucciones de los Organos de Protección Civil.

Si usted queda aislado del resto de la comunidad aplique los siguientes procedimientos:

- Determine la forma como podría eventualmente salir de donde este y elija entre ellas la que le ofrezca mayor seguridad.
- Si no hay alternativa de salida, no se desespere, trate de poner a salvo, en lugar seguro, todo aquello que pueda servirle de medio de subsistencia durante algún tiempo (comida, bebida, ropa, medicina, frazada, calzados).
- Sabiendo lo que tiene, organice todo y establezca sus cuotas de racionamiento.
- Si va a descansar sentado o acostado, verifique bien la estabilidad y altura del sitio donde se apoyará.
- Controle periódicamente el nivel de las aguas.
- Si usted y otras personas están aisladas en el mismo sitio, no durman todos simultáneamente, sino que siempre esté alguno vigilando. Los turnos de vigilancia tendrán una amplitud derivada del número de personas agrupadas. Mientras más personas, la duración de los turnos será menor.
- Si le viene alguna ayuda por lancha, botes, helicópteros o cualquier medio, no se precipite, obedezca las instrucciones del personal técnico o en último caso actúe con buen sentido.

- Cuando al fin se le rescate mantenga la disciplina exigida por quienes lo estén transportando.

¿ Qué Hacer luego que cesa la Inundación ?

Una vez que cese la inundación, siga las siguientes instrucciones:

- ⊕ Limpie toda el área a su alrededor.
- ⊕ No toque equipos eléctricos y mucho menos trate de operarlos hasta no verificar que las aguas no los han mojado en sus partes vitales.
- ⊕ No coma nada que haya sido mojado por las aguas de la inundación.
- ⊕ Si siente malestar, dolores de cualquier tipo, fiebre, vómitos, diarreas o cualquier síntoma extraño, consulte a su médico o diríjase al Centro de Asistencia más cercano.
- ⊕ Si ha perdido sus muebles, ropa, alimentos, tome contacto con las organizaciones que tengan la misión a los damnificados en estos aspectos.