



Para Desprender

Medidas de

Ante Las INUNDACIONES

- Almacene una reserva de agua potable.
- Empaque en bolsas de plástico o impermeables, alimentos secos y una muda de ropa. Incluya un radio transistor y una linterna con sus respectivas baterías.
- Si está lloviendo, vigile el nivel del río cercano a su vivienda.
- Ubique previamente los lugares altos cercanos a su residencia y localice las rutas más seguras de acceso hacia los mismos.
- Vigile que los niños se mantengan alejados de desagües y alcantarillas.
- Coloque las llaves de las puertas en un lugar visible y accesible.

Durante

- Baje la palanca del Panel Eléctrico.
- Cubra con bolsas de plástico aparatos u objetos que puedan dañarse.
- Diríjase al lugar más alto cercano a su residencia, previamente ubicado.
- No cruce corrientes de agua que sobrepase la altura de su rodilla. Si se encuentra dentro de un vehículo no intente cruzar corrientes de ríos y quebradas turbias.
- Este pendiente de las indicaciones de los estamentos de seguridad, en los medios de comunicación.
- Siga las instrucciones de las autoridades y esté pendiente a la información de Protección Civil.
- Antes de regresar, revise cuidadosamente la vivienda y verifique que no haya peligro.
- Verifique los alimentos, no coma nada crudo, ni de procedencia dudosa o alimentos que se hayan mojado.
- Tome agua potable almacenada o hervida.
- Desinfecte debidamente su residencia y deseche objetos posiblemente contaminados.
- Verifique el sistema eléctrico, antes de utilizar cualquier aparato.

Después

- Siga las instrucciones de las autoridades y este pendiente a la información.
- Antes de regresar, revise cuidadosamente la vivienda y verifique que no haya peligro.
- Verifique los alimentos, no coma nada crudo, ni de procedencia dudosa o alimentos que se hayan mojado.
- Tome agua potable almacenada o hervida.
- Desinfecte debidamente su residencia y deseche objetos posiblemente contaminados.
- Verifique el sistema eléctrico, antes de utilizar cualquier aparato.
- Diríjase al Centro de Salud en casos de algún contagio.

“
**NUNCA ANTES PENSASTE
PREVENIR DESASTRES
AL DECIR ¿COMO ESTAS?**
”

E & WIRELESS

Prevención

Para Desprender



Ante Los Deslizamientos de Tierra

- Cuando se dan lluvias prolongadas mantenga vigilancia del sector y aléjese lo más posible, e informe a los vecinos y autoridades si observa algo anómalo.
- Mantenga la calma.
- Con la señal de alerta evacúe de inmediato y ubíquese en un sitio mas seguro.
- Evite pasar o detenerse en lugares que podrían ser sepultados.
- En caso de que el deslizamiento suceda en el momento en que la persona esté cerca de la pendiente, debe entonces evitar los ruidos o vibraciones.
- Evite regresar por pertenencias mientras haya peligro, salve primero su vida
- No ocupe su casa si presenta fallas o daños irreversibles.
- Colabore con la labor de rescate si es posible.
- Si es necesario reconstruir su casa solicite asistencia técnica.

Ante Los Vientos Fuertes

- Cerrar y asegurar puertas o ventanas.
- Retirar todos aquellos objetos que puedan caer y provocar accidentes.
- Hay que procurar alejarse de la playa y de otros lugares bajos, que puedan ser afectados por elevadas Mareas y oleajes, que se generan muchas veces por este tipo de condición.

Si se encuentra en la calle o al aire libre

- Aléjese de los muros o árboles, que puedan llegar a desprenderse y tome las precauciones delante las edificaciones en construcción o casas condenadas.
- Absténgase de subir andamios, sin las adecuadas medidas de protección.

Si va a viajar

- Ante la predicción de vendavales hay que evitar desplazarse por carreteras y si es necesario, tome las precauciones pertinentes; infórmese de las condiciones meteorológicas de la zona donde se dirige.

Habla, porque cuando hablas
estás apoyando al Sistema
Nacional de Protección Civil
a través de la línea de
emergencia gratuita *335.

Habla y hazte sentir.



www.sinaproc.gob.pa
Tel. 316-0080



CABLE & WIRELESS

Con Panamá hoy y siempre.