

La publicación del presente documento se inscribe en el intenso y extenso programa de difusión impulsado por la **Secretaría de Gobernación**, a través de la **Coordinación General de Protección Civil**, de la Dirección General de Protección Civil y del Centro Nacional de Prevención de Desastres con el firme propósito de consolidar la cultura de la protección civil entre la población mexicana.

La guía "**Qué hacer en caso de...**" representa un manual muy práctico, en donde se explican, con sencillez, las principales medidas en materia de protección civil, que permitirán orientar a la población en cuanto a lo que se debe hacer cuando se prevea u ocurra algún desastre de los que con mayor frecuencia afectan a la geografía nacional.

Saber actuar con certeza ante las calamidades es estar bien informado y haber adquirido con suficiente anticipación el equipo y las provisiones que puedan ayudarnos a salvar la vida. Para ello, un punto fundamental es conocer las indicaciones de los responsables del **Sistema Nacional de Protección Civil**, que en coordinación con las **Unidades Estatales de Protección Civil** coadyuvan a que los programas operativos de cada entidad federativa sean oportunos y eficientes.

¿Qué es un desastre? ¿Por qué prepararse para enfrentarlo? ¿Qué hacer antes, durante y después de un huracán, de una inundación, de un sismo o de un incendio? ¿Qué es un refugio temporal?, así como la lista de las provisiones para casos de emergencia, son los temas que se abordan en esta guía.

Tanto para la **Secretaría de Gobernación** como para los miembros de la **Cámara Nacional de la Industria de Radio y Televisión**, reviste un especial interés el difundir los elementos básicos de apoyo para la ardua labor que cotidianamente se realiza en favor de la protección civil de nuestro país. Salvar vidas es una tarea conjunta y en este propósito se da la convergencia de esfuerzos por parte de las instituciones participantes.



¿Qué es un desastre?

Un desastre se define como un “evento concentrado en tiempo y espacio, en el cual la sociedad o una parte de ella sufre un severo daño e incurre en pérdidas para sus miembros, de tal manera que la estructura social se desajusta y se impide el cumplimiento de las actividades esenciales de la sociedad, afectando el funcionamiento vital de la misma”.

¿Por qué prepararse para un desastre?

Cada año el país es afectado por numerosos desastres, algunos de ellos constituyen noticia nacional, y otros aunque no tienen esa publicidad, también afectan a muchos pueblos y comunidades.

Cada desastre produce efectos perdurables y arroja anualmente un balance estremecedor en cuanto a la pérdida de vidas humanas, además de la secuela emocional que deja en las personas que lo sufren. Los daños a la propiedad, a los servicios y a la ecología, ascienden a miles de millones de pesos.

El problema que se presenta más frecuentemente con respecto al comportamiento individual o comunitario de la población ante los desastres es la falta de preparación para enfrentarlos en sus tres momentos básicos: **antes, durante y después.**

Antes, porque generalmente las personas no consideran la posibilidad de que algún desastre pueda ocurrir y afectarles, razón por la cual no se preparan ni física, ni psicológicamente para afrontarlos.

Durante, porque el miedo y la confusión del momento no permiten, en muchos casos, que la persona tome la mejor decisión para actuar en consecuencia y resguardar su vida y la de su familia.

Después, porque la visión de desorden y desequilibrio que puede presentarse a su alrededor, aunada a su desgaste emocional y físico, pueden llevar a la persona a realizar acciones en su perjuicio, tales como ingerir agua contaminada, encender fuego sin haberse cerciorado de que no haya fugas de gas y tantas otras actividades que podrían ocasionar nuevos desastres.

Ante tal panorama, ¿qué se puede hacer? ¿cómo lograr que las personas adquieran una conciencia previsor, que reduzca el miedo y más aún el pánico que la situación de desastre provoca en el individuo? ¿Cómo conseguir que las personas actúen de manera prudente y razonada ante estos eventos?

Preparándonos para enfrentar un desastre

Las personas, familias y comunidades que se han preparado pueden actuar de manera efectiva para autoprotgerse, y de ser posible participar en las tareas comunitarias de auxilio.

La información de este documento se basa en el principio de que la preparación para enfrentar desastres implica dos aspectos:

- a) Preparación mental (saber qué hacer).
- b) Preparación física (equipo y provisiones).

QUÉ HACER

en caso de . . .



huracanes

Qué hacer antes, durante y después de un huracán

Es conveniente que observe las siguientes recomendaciones, porque le ayudarán a proteger su vida, la de sus familiares, compañeros y amigos.

Prepararse para enfrentar a un huracán es proteger la vida, y esto es responsabilidad de cada uno de nosotros.

Antes

¿Cómo prepararse con anticipación?

Acuda a la Unidad de Protección Civil o a las autoridades locales para saber:

Si la zona en la que vive está sujeta a este tipo de riesgos.

¿Cuáles son los lugares destinados para refugios temporales?

¿Por qué medios de comunicación recibirán los mensajes de emergencia?

¿Cómo podrán integrarse a las brigadas de auxilio si quieren ayudar?

Y usted les informará cuántas personas viven en su casa y si hay enfermos que no pueden ver, moverse o caminar.

Platique con sus familiares y amigos para organizar un plan de protección civil tomando en cuenta las siguientes medidas:

Determinar un lugar para reunirse si se llegaran a separar a causa del huracán.

Ponerse de acuerdo sobre la distribución de las actividades que cada quien realizará.

Si su casa es frágil (carrizo, palapa, adobe, paja o materiales semejantes) tenga previsto un refugio (escuela, iglesia, palacio o agencia municipal).

Realice las reparaciones necesarias en techos, ventanas y paredes para evitar daños mayores.

Guarde fertilizantes e insecticidas en lugares a prueba de agua, ya que en contacto con ella la contaminan.



Procure un lugar para proteger a sus animales y equipo de trabajo.

Prevea el transporte en caso de tener familiares enfermos o en edad avanzada.

Tenga a la mano los siguientes artículos para caso de emergencia:

Botiquín de primeros auxilios con su manual (solicítelo en su Centro de Salud).

Radio y linterna de pilas con los repuestos necesarios.

Agua purificada o hervida en envases con tapa.

Alimentos enlatados (atún, sardinas, frijoles, leche) y otros que no necesiten refrigerarse.

Flotadores, como cámaras de llanta o salvavidas.

Documentos personales (actas de nacimiento, matrimonio, cartilla; papeles agrarios, etcétera) guardados en bolsas de plástico y dentro de una mochila o morral que le deje libres brazos y manos.

Ante el aviso de huracán y de acuerdo a su peligrosidad usted puede:

Quedarse en su casa si es segura o trasladarse al refugio ya previsto.

Pero si las autoridades recomiendan evacuar el área y/o la casa donde vive, **NO LO PIENSE, ¡HÁGALO!**, esta recomendación se basa en el conocimiento de la peligrosidad del huracán.

Durante

Si decide quedarse en su casa:

Conserve la calma.

Tenga a la mano los artículos de emergencia mencionados.

Mantenga su radio de pilas encendido para recibir información e instrucciones de fuentes oficiales.



Cierre puertas y ventanas, protegiendo interiormente los cristales con cinta adhesiva en forma de X; no abra las cortinas, lo protegerán de cualquier astillamiento de cristales.

Guarde los objetos sueltos (macetas, botes de basura, herramientas, etc.), que pueda lanzar el viento. Retire antenas de televisión, rótulos y objetos colgantes.

Fije y amarre bien lo que el viento pueda lanzar.

Lleve al lugar previsto sus animales y equipo de trabajo.

Tenga a la mano ropa abrigadora e impermeable.

Cubra con bolsas de plástico aparatos u objetos que puedan dañarse o romperse con el agua.

Limpie la azotea, desagües, canales y coladeras y barra la calle destapando las atarjeas.

Llene el tanque de gasolina de su vehículo y asegúrese del buen estado de su batería.

Selle con mezcla de cemento la tapa de su pozo o aljibe para tener agua de reserva no contaminada.

Vigile constantemente el nivel del agua cercano a su casa.

Si decide trasladarse al refugio temporal ya previsto:

Asegure su casa y lleve con usted los artículos indispensables.

Conserve la calma y tranquilice a sus familiares. Una persona alterada puede cometer muchos errores.

Continúe escuchando su radio de pilas o portátil para obtener información o instrucciones relativas al huracán.

Desconecte todos los aparatos y el interruptor de energía eléctrica.

Cierre las llaves de gas y agua.

Manténgase alejado de puertas y ventanas.

No prenda velas ni veladoras; use lámparas de pilas.



Atienda a los niños, ancianos y enfermos que estén con usted.

Si el viento abre una puerta o ventana, no avance hacia ella en forma frontal.

No salga hasta que las autoridades indiquen que terminó el peligro. El ojo del huracán crea una calma que puede durar hasta una hora; después vuelve la fuerza destructora con vientos en sentido contrario.

Después

Conserve la calma

Siga las instrucciones transmitidas por las autoridades a través de los medios de comunicación.

Si hay heridos repórtelos inmediatamente a los servicios de emergencia.

Cuide que sus alimentos estén limpios, no coma nada crudo ni de procedencia dudosa.

Beba el agua potable que almacenó o hierva la que va a tomar.

Use los zapatos más cerrados que tenga.

Limpie perfectamente cualquier derrame de medicinas, sustancias tóxicas o inflamables.

Revise cuidadosamente su casa para cerciorarse de que no haya peligro

Si su casa no sufrió daños, permanezca ahí.

Mantenga desconectados el gas, la luz y el agua hasta asegurarse de que no haya fugas ni peligro de corto circuito.

Cerciórese de que sus aparatos eléctricos estén secos antes de conectarlos.

No divulgue ni haga caso de rumores.

Únicamente use el teléfono para reportar emergencias.

Colabore con sus vecinos para reparar los daños.



En caso necesario, solicite ayuda a las brigadas de auxilio o a las autoridades más cercanas.

Si su vivienda está en la zona afectada, no debe regresar a ella hasta que las autoridades lo indiquen.

Desaloje el agua estancada para evitar plagas de mosquitos.

Si tiene que salir:

Use los zapatos más cerrados que tenga.

Manténgase alejado de las áreas de desastre.

Evite tocar o pisar cables eléctricos.

Retírese de casas, árboles y postes en peligro de caer.

Recuerde: más vale prevenir...

Si vive en zonas con tales riesgos, **ponga atención a los avisos, alertas o alarmas de huracán**, ya que lo previenen de los peligros que estas calamidades traen consigo y orientan sus acciones para proteger su vida.





QUÉ HACER
en caso de . . . **inundaciones**

Qué hacer antes, durante y después de una inundación

Las inundaciones se presentan con gran frecuencia en diferentes regiones del territorio nacional, algunas se desarrollan durante varios días, pero otras pueden ser violentas e incontenibles en pocos minutos. El agua se desborda causando sistemas de drenaje naturales que pueden arrastrar piedras, lodo, troncos de árboles y otros escombros. Los flujos de lodo son un peligro provocado por esta calamidad.

Por lo anterior, y sobre todo si se vive en un área baja y plana cercana a un río, al mar, o tierra abajo de una presa, es necesario estar preparados para enfrentar las posibles inundaciones y responder adecuadamente.

Salvo las inundaciones intempestivas que se pudieran presentar en las riberas de los ríos o en las zonas aledañas a las presas, las demás generalmente tienen un proceso de generación que permite tomar medidas suficientes para evitar o aminorar los daños que causan a la población. Asimismo, con frecuencia la inundación es una calamidad concatenada a un huracán, cuyas lluvias torrenciales, aunadas a una ubicación inadecuada de la vivienda, propician los desastres.

Algunas de las medidas siguientes coinciden con las citadas para antes, durante y después de un huracán; sin embargo, se mencionan también otras, particularmente referidas a las inundaciones.

Antes

Cómo prepararse con anticipación:

Evite las áreas comúnmente sujetas a avenidas, o a inundaciones repentinas, no construya en terrenos susceptibles de ser afectados por desbordamiento de una presa, ni en las riberas de los ríos u otros cauces de agua, aunque estén secos.

Si usted vive en zonas donde ya han ocurrido inundaciones:

Establezca las rutas de salida más rápidas desde su casa o lugar de trabajo, hacia los lugares altos que se hayan previsto como refugios.



INUNDACIONES,

En época de lluvias:

Procure no dejar solos a los niños; si lo hace, infórmelo a sus vecinos.

Mantenga una reserva de agua potable y alimentos que no se descompongan.

Empaque sus documentos personales (acta de nacimiento, escrituras, documentos agrarios, cartillas, etc.) en bolsas de plástico bien cerradas y en morrales o mochilas que pueda cargar de tal forma que le dejen libre los brazos y manos.

Tenga disponible un radio portátil, lámparas de pilas y un botiquín de primeros auxilios.

Mantenga el tanque de su vehículo lleno de combustible.

Si se avecina una inundación:

Esté pendiente de los avisos de alerta o alarma y manténgase informado; esto le ayudará a prepararse en caso de una emergencia.

Limpie la azotea y sus desagües, así como la calle y sus atarjeas, para que no se tapen con la basura.

Siga las indicaciones de las autoridades y prepárese para evacuar en caso necesario.

Durante

Ante todo, conserve la calma y tranquilice a sus familiares. Una persona alterada puede cometer muchos errores.

Esté pendiente de los avisos de las autoridades a través de su radio portátil.

Prepárese para trasladarse al lugar o refugio previsto, si esto llega a ser necesario.

Si decide quedarse en su casa:

Conserve la calma.



Tenga a la mano los artículos de emergencia mencionados.

Mantenga su radio encendido para recibir información e instrucciones de fuentes oficiales.

Cierre puertas y ventanas, protegiendo interiormente los cristales con cinta adhesiva en forma de X; no abra las cortinas, lo protegerán de cualquier astillamiento de cristales.

Guarde los objetos sueltos (macetas, botes de basura, herramienta, etc.) que pueda lanzar el viento. Retire antenas de televisión, rótulos y objetos colgantes.

Lleve al lugar previsto sus animales y equipo de trabajo.

Tenga a la mano ropa abrigadora e impermeable en caso de evacuación.

Cubra con bolsas de plástico aparatos u objetos que puedan dañarse o romperse con el agua.

Limpie la azotea, desagües, canales y coladeras y barra la calle destapando las atarjeas.

Llene el tanque de gasolina de su vehículo y asegúrese del buen estado de su batería.

Selle con mezcla de cemento la tapa de su pozo o aljibe para tener agua de reserva no contaminada.

En caso de evacuación:

Desconecte los servicios de luz y de gas.

Cerciórese de que su casa quede bien cerrada.

Siga las instrucciones de las autoridades, o bien:

Diríjase de inmediato a los lugares o refugios previstos.

Si se traslada en algún vehículo y éste quedara atrapado, salga de él y busque un refugio seguro.

Suba al lugar más alto posible y espere a ser rescatado.

Evite cruzar ríos.



INUNDACIONES

Use los zapatos más cerrados que tenga.

Retírese de casas, árboles y postes.

Evite caminar por zonas inundadas; considere que puede ser golpeado por el arrastre de árboles, piedras o animales muertos.

Después

Conserve la calma.

Siga las instrucciones transmitidas por las autoridades a través de los medios de comunicación.

Reporte inmediatamente los heridos a los servicios de emergencia.

Cuide que sus alimentos estén limpios; no coma nada crudo ni de procedencia dudosa.

Beba el agua potable que almacenó o hierva la que va a tomar.

Use los zapatos más cerrados que tenga.

Limpie perfectamente cualquier derrame de medicinas, sustancias tóxicas o inflamables.

Revise cuidadosamente su casa para cerciorarse de que no haya peligro.

Si su casa no sufrió daños, permanezca ahí.

Mantenga desconectados el gas, la luz y el agua hasta asegurarse de que no haya fugas ni peligro de corto circuito.

Cerciórese de que sus aparatos eléctricos estén secos antes de conectarlos.

No divulgue ni haga caso de rumores.

Únicamente use el teléfono para emergencias.

Colabore con sus vecinos para reparar los daños.

En caso necesario solicite ayuda a las brigadas de auxilio o a las autoridades más cercanas.



Si su vivienda está en la zona afectada podrá regresar a ella cuando las autoridades lo indiquen.

Desaloje el agua estancada para evitar plagas de mosquitos.

Si tiene que salir:

Use los zapatos más cerrados que tenga.

Manténgase alejado de las áreas de desastre.

Evite tocar o pisar cables eléctricos.

- Retírese de casas, árboles y postes en peligro de caer.

Recuerde, más vale prevenir...

Si vive en zonas con tales riesgos, ponga atención a los avisos de alerta o alarma de inundación, ya que lo previenen de los peligros que esta calamidad trae consigo y orientan sus acciones para proteger su vida.

