



A. M. V. PROTECCIÓN CIVIL PUERTO LUMBRERAS RECOMENDACIONES ANTE NIEVE Y FRÍO INTENSO

Protección Civil, en colaboración con el Instituto Nacional de Meteorología, se encarga de informar a los ciudadanos, a través de los medios de comunicación, de aquellos fenómenos meteorológicos que pueden dar lugar a situaciones de riesgo.

Ante estas situaciones, es muy importante permanecer atento a las informaciones oficiales transmitidas a través de las emisoras de radio y de otros medios, y seguir las indicaciones que se den.

MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y AUTOPROTECCIÓN ANTE TEMPORALES DE NIEVE Y FRÍO

Ante un temporal de nieve y frío es conveniente

Si se va a viajar

- Solicitar información previa del estado de las carreteras y de la situación meteorológica.
- Evitar el viaje en coche siempre que no sea necesario y utilizar, a ser posible, transporte público.
- En caso de ser imprescindible la utilización del vehículo, revisar neumáticos, anticongelante y frenos. Además, hay que tener la precaución de llenar el depósito de la gasolina, y llevar cadenas y elementos de abrigo.
- Así mismo, es recomendable llevar un teléfono móvil y dispositivo de alimentación del mismo.
- Ir muy atento para tener especial cuidado con las placas de hielo. Es difícil determinar en qué lugar del trayecto pueden haberse formado, aunque generalmente las zonas de umbría son las más habituales.

Si queda atrapado por la nieve

- Debe permanecer en el coche, si el temporal le sorprende dentro del mismo.
- Asimismo, es conveniente mantener el motor del vehículo encendido y la calefacción puesta, cuidando renovar cada cierto tiempo el aire. Es muy importante evitar quedarse dormido.
- Comprobar que se mantiene libre, en todo momento, la salida del tubo de escape para que el humo no penetre en el coche.
- Si es posible, intente sintonizar las emisoras de radio, que seguramente le informarán de las predicciones meteorológicas, las informaciones oficiales sobre el estado de la situación y las indicaciones que se den al respecto.

Precauciones en la montaña

Si se van a realizar excursiones a la montaña, es conveniente adoptar una serie de precauciones, tales como:

- Informarse de la predicción meteorológica de la zona a la que piensa ir.
- Elegir la zona adecuada, en función de la preparación física y del conocimiento que se tenga de la montaña.
- Informarse de la localización de los refugios o cabañas donde resguardarse en caso de descenso brusco de temperaturas, tormentas u otras condiciones meteorológicas adversas y llevar teléfono móvil.
- Prestar atención y respetar las indicaciones de los carteles y otras señalizaciones sobre riesgos de la montaña.
- Tener en cuenta que los cambios bruscos de tiempo pueden ser frecuentes en la montaña.

RECUERDE

Las medidas de **prevención** ayudan a reducir el daño que puede derivarse de los desastres.

En caso de emergencia, conocer algunas pautas de **autoprotección**, ayuda a tomar decisiones que pueden favorecer tanto su seguridad como la de los demás.