

SEQUIÁS / INUNDACIONES

El agua: demasiada... o poca. Si bien en las inundaciones se puede evacuar la zona de peligro, las sequías dañan mayores áreas de extensión y son más duraderas. Esto afecta a la población, a los cultivos y a la ganadería.

Un adecuado manejo de la tierra previene la desertificación y la sequía.

Evitar la tala indiscriminada de árboles y el desperdicio de agua en las casas y centros de trabajo debe ser una preocupación de toda la comunidad.

Las inundaciones son debidas a lluvias intensas y desbordamiento de ríos o presas como las ocurridas cuando el ciclón Flora en la región oriental en 1963 y las ocurridas en 1995 en la región central, que afectaron a miles de personas y sus viviendas.

Las inundaciones RECOMENDACIONES

ANTES

- Las comunidades deben establecer las viviendas lejos de los ríos y zonas costeras bajas, de ser posible sobre pilares.
- Sembrar árboles favorece el drenaje de los suelos y previene la inundación.
- Estar atento a las indicaciones de las autoridades.
- Limpiar los tragantes.
- No subirse en árboles o techos de viviendas. Más segura es la evacuación a tiempo hacia lugares altos.
- Proteger los bienes colocándolos en alto y los documentos en bolsas plásticas.
- Desconectar el interruptor eléctrico principal y cerrar las válvulas de gas y agua.

DURANTE



- No atravesar ríos, zonas inundadas o puentes peligrosos.
- Alejarse de lugares donde exista alguna probabilidad de derrumbe.
- No tocar cables eléctricos.
- Desconectar el interruptor eléctrico principal de la casa, así como cerrar las válvulas del gas y del agua.
- Si el vehículo donde se evacua se detiene en aguas crecientes rápidas, debe abandonarse inmediatamente y subir a terreno más elevado.

DESPUÉS

- Consumir agua potable (hervida o clorada).
- Deseche los alimentos contaminados por la inundación.
- Elimine los posibles reservorios de mosquitos.
- Antes de activar las redes de electricidad, gas y agua, compruebe que no existen averías.



PLAN DE MEDIDAS EN CASO DE DESASTRES

INCLUYE 3 FASES:

A) Antes de la alarma (Medidas de mitigación y preparación).

En el hogar:

- Reforzar las estructuras de la vivienda, las puertas y ventanas.
- Mantener las instalaciones eléctricas, de agua y gas en buenas condiciones.
- En zonas de riesgo sísmico, fijar el mobiliario con peligro de caer.
- Cumplir con las medidas de construcción de viviendas en zonas sísmicas.
- Guardar en lugar adecuado los documentos de valor que puedan necesitarse en caso de evacuación.

En la comunidad:

- No construir viviendas en zonas de peligro.
- Sembrar árboles en las márgenes de ríos y zonas costeras bajas para evitar las inundaciones.
- Proteger las fuentes de agua potable y el entorno.
- Conocer el plan de evacuación orientado por la Defensa Civil.

B) Durante la alarma (Medios de Respuesta)

En el hogar:

- Estar atento a las orientaciones de la Defensa Civil.
- Desconectar la electricidad y cerrar las llaves de paso del gas y del agua.
- Situarse en el lugar más seguro de la casa.
- Cada integrante de la familia debe saber qué hacer en caso de encontrarse fuera del hogar.
- En caso de evacuación no olvidar los documentos de identificación y de valor, los medicamentos esenciales y alimentos imprescindibles.

En la comunidad:

- Cumplir con el plan de medidas en caso de desastres.
- Ayudar en la búsqueda y rescate de personas afectadas.
- Ayudar a la evacuación.
- Apoyar las medidas de protección de los bienes estatales y privados.
- Cumplir las orientaciones de la Defensa Civil

C) Después de la alarma (Medidas de rehabilitación y reconstrucción)

En el hogar:

- Revisar las instalaciones de electricidad, el gas y el agua antes de utilizarlas.
- Comprobar que no existen derrames de sustancias inflamables.

En la comunidad:

- No tocar cables eléctricos.
- Evite transitar por lugares de peligro.
- Integrar brigadas de apoyo en las tareas de rehabilitación y de reconstrucción.



PENETRACIONES DEL MAR

Cuba, por su condición de archipiélago, presenta grandes extensiones de playa y zonas costeras que pueden sufrir penetraciones del mar. El ejemplo más significativo es el sufrido por la comunidad de Santa Cruz del Sur el 9 de noviembre de 1932, cuando el nivel del mar subió a más de 6 metros de altura y penetró 28 kilómetros tierra adentro, provocando la muerte a más de 3000 personas.



RECOMENDACIONES

- Estar atento a las informaciones sobre pronóstico del tiempo que se brinden.
- Tener previsto un lugar seguro hacia donde trasladar tus bienes materiales.
- No construir ni modificar las viviendas en zonas de riesgo sin un debido asesoramiento.
- Concebir medidas de protección que posibiliten atenuar el efecto de la inundación.

ANTE LA INMINENCIA DE PENETRACIONES DEL MAR DEBES CUMPLIR LAS MEDIDAS DE PROTECCIÓN

FASE DE ALERTA

Se decreta cuando existen condiciones para que el mar penetre a partir de próximas 18 a 36 horas.

- Estar atento a las noticias.
- Revisar y limpiar tragantes y todo sistema de drenaje.
- Iniciar la evacuación temprana de los bienes materiales y situar todos los vehículos fuera del área de riesgo.
- Ante la decisión de la evacuación de personas, cumple disciplinadamente.

FASE DE ALARMA

Se decreta cuando es inminente la penetración del mar en las próximas 12 a 24 horas.



- Comenzar o continuar la evacuación de las personas y sus pertenencias.
- Evitar movimientos innecesarios dentro del área de afectación.
- Desconectar el interruptor eléctrico principal y cerrar las válvulas del gas y del agua de la casa.

- No tocar cables caídos del tendido eléctrico.
- Si se encuentra navegando permanezca alejado de la costa.
- Cumplir las disposiciones de las autoridades de forma disciplinada.

FASE RECUPERATIVA

Se decreta cuando las condiciones meteorológicas, la inundación costera y los peligros para el territorio dejan de afectar.

- Regresar organizadamente a sus hogares cuando se den orientaciones al respecto.
- Cumplir las medidas higiénico-sanitarias orientadas en la comunidad.
- Prestar especial atención al agua de beber y hervirla.
- Participar en las tareas de restablecimiento en la comunidad.
- Cumplir las disposiciones que se orienten por las autoridades locales.



CICLONES TROPICALES

Formados siempre en el mar, los ciclones son centros de bajas presiones alrededor de los cuales el viento gira en sentido contrario a las manecillas del reloj.

Sus efectos destructivos se deben a:

- La rápida elevación del nivel del mar.
- Las abundantes lluvias.
- La fuerza de los vientos.

La temporada ciclónica comienza el 1ro de junio y se extiende hasta el 30 de noviembre, siendo los meses de septiembre y octubre los de mayor peligro para Cuba.

SUGERENCIAS

- No construir casas o poblados en áreas costeras bajas o con peligro de inundación.
- Tener en cuenta que las construcciones de mala calidad elevan la vulnerabilidad.
- Aumentar las áreas cubiertas por vegetación lo cual disminuye el riesgo.

MEDIDAS PRINCIPALES PARA PREPARARNOS Y ENFRENTAR ESTOS EVENTOS

FASE INFORMATIVA

Se decreta cuando existe la amenaza de que el ciclón afecte el territorio nacional en las próximas 72 horas.

- Mantener sintonizada la radio y estar atentos a la situación meteorológica.
- Precisar las medidas de protección en las viviendas, propiedades y con los animales y cultivos.
- Proteger materiales de construcción a la intemperie.
- Cumplir las disposiciones que orienten las autoridades locales.

FASE DE ALERTA

Se decreta cuando existe la amenaza de que el ciclón afecte el territorio nacional en las próximas 48 horas.

- Proteger las viviendas contra fuertes vientos e inundaciones, así como retirar las antenas.
- Preparar faroles, velas y linternas.
- Retirar materiales de construcción y escombros que puedan ser arrastrados por las aguas.
- Limpiar tragantes y desagües.
- Retirar macetas, jardineras y otros objetos de balcones y azoteas.
- Proceder a su evacuación al recibir la orientación. Llevar consigo medicamentos indispensables

y carné de identidad.

FASE DE ALARMA

Se decreta cuando existe la amenaza de que el ciclón afecte el territorio nacional en las próximas 24 horas.



- Evacuarse al recibir la orden, mantener la serenidad y la disciplina. Llevar consigo medicamentos indispensables y carné de identidad.
- En caso de inundaciones no cruzar ríos ni arroyos crecidos, no transitar por las calles inundadas, ni tocar cables del tendido eléctrico.
- No realizar actividades de pesca ni bañarse en embalses crecidos.
- Permanecer en su vivienda o lugar de evacuación y cumplir disciplinadamente las orientaciones dadas hasta el cese de la fase.

FASE RECUPERATIVA

Se introduce una vez que la amenaza ha rebasado los límites del territorio afectado y las condiciones meteorológicas indican que no lo seguirá afectando.

- Regresar organizadamente a sus hogares cuando se den orientaciones al respecto.
- Cumplir las medidas higiénico-sanitarias orientadas en la comunidad. Prestar especial atención al agua de beber y hervir la misma.
- Participar en las tareas de restablecimiento en la comunidad.
- Cumplir las disposiciones que se orienten por las autoridades locales.



SISMOS

Los terremotos son movimientos fuertes de las capas de la tierra. Las provincias orientales especialmente Santiago de Cuba, se encuentran en gran riesgo de sufrir los efectos de un terremoto de gran intensidad. Las personas, la familia y la comunidad en general deben estar preparadas para saber como comportarse y buscar lugares seguros en caso de presentarse un sismo.

RECOMENDACIONES

ANTES



- Conocer los lugares y zonas más seguras dentro y fuera de la vivienda.
- Conocer como y donde se desconecta la electricidad, el gas y el agua.
- No ubicar los objetos pesados en lugares altos.
- Los muebles que puedan caer se deben fijar a la pared o al suelo.
- Mantener las escaleras libres de obstáculos.
- Portar siempre su carné de identidad.
- Mantener a mano linternas y radios portátiles, si se cuenta con ellos.
- Conocer y ejercitar las normas de conducta en caso de sismos.
- Cumplir las normas de construcción sismo-resistentes de las viviendas.

DURANTE

SI SE ENCUENTRA BAJO TECHO

- Conserve la calma y tranquilice a las personas a su alrededor. No grite, no empuje, no corra y diríjase a una zona segura.
- No utilice los elevadores.
- Aléjese de muebles que puedan caer; así como de ventanas y balcones.
- Ubíquese bajo una mesa, escritorio o el arco de una puerta.
- Calce la puerta de la casa para que permanezca entreabierta.
- En lugares donde hay muchas personas, si está próximo a la salida, abandone con calma el local. De lo contrario, quédese en su lugar y proteja su cabeza con ambas manos colocándola junto a sus rodillas.

EN UN VEHÍCULO

- Estacionese en un lugar abierto, lejos de postes, edificios y puentes.
- Permanezca en el vehículo hasta terminado el sismo.

EN LA CALLE

- Aléjese de edificios, muros, postes, árboles, cables y otros objetos que puedan caerse.
- De ser posible, vaya a un área abierta lejos de peligros y quédese allí hasta que termine de temblar.

DESPUÉS

- Sintonizar la radio y cumplir disciplinadamente las orientaciones.
- Incorporarse a las brigadas organizadas en la comunidad para comenzar los trabajos de rehabilitación.
- Cumplir las medidas higiénico-sanitarias.
- Activar las redes de agua, gas y electricidad después de comprobar que no existan averías.
- Cumplir las normas de racionamiento de agua y alimentos.
- No ocupar la vivienda hasta que las autoridades lo determinen. Recuerde que pueden ocurrir nuevas sacudidas.

SI USTED QUEDA ATRAPADO BAJO UNA EDIFICACIÓN

- Aplique los primeros auxilios.
- Emitir sonidos fuertes a intervalos y no cesar aunque escuche respuestas.
- Cavar con los medios a su alcance en dirección al lugar donde proceden los ruidos de personas trabajando.
- Ubicar a los niños en lugares altos para que puedan respirar mejor.
- Mantener la calma.



TORNADOS

Un tornado es una columna de aire que gira violentamente a gran velocidad. Estos fenómenos pueden ser aislados o múltiples, tienen su origen sobre tierra firme y aparecen asociados a tormentas eléctricas y a ciclones tropicales.

Sus fuertes vientos alcanzan velocidades de hasta 500 kilómetros por hora y a su paso arrancan árboles, dañan viviendas, provocan destrucción total convirtiendo cualquier objeto en un misil letal al dispararlo a gran velocidad y distancia.



COMO PROCEDER

Estar alerta ante la aparición de vientos fuertes, aún cuando no “vea” un tornado. Recuerde que pueden acompañarse de un área de lluvias que los rodea e impide su visualización.

SI SE ENCUENTRA EN EL HOGAR

- Prepare un plan familiar para que cada integrante conozca cuales son los lugares seguros y donde debe situarse.
- Mantenga puerta y ventanas cerradas.
- Diríjase al nivel más bajo, ya sea sótano o planta baja.
- Escoja un lugar pequeño, que no tenga puertas ni ventanas de cristal y que se encuentre separado del exterior por la mayor cantidad de paredes posibles. Un closet o baño interior puede ser ideal.

SI SE ENCUENTRA EN UN EDIFICIO

- No baje por escaleras o elevadores.
- Sitúese en el espacio más céntrico del piso en que se encuentre, alejado de ventanas y puertas de cristal.

SI SE ENCUENTRA MANEJANDO

- Nunca maneje. Diríjase hacia el sótano o garaje del edificio más cercano.
- Si no hay edificios próximos, salga del auto y busque un lugar seguro y aislado donde pueda acostarse a lo largo, siempre alejado de estructuras que puedan caer (postes, puentes). Utilice sus brazos y manos para proteger la cabeza y el cuello contra los objetos volantes.



DESLIZAMIENTOS

Los deslizamientos son movimientos o desplazamientos de grandes cantidades de tierra, producidas fundamentalmente por la acción de la lluvia sobre terrenos altos y erosionados. Son por lo general una consecuencia de la deforestación, la erosión y el deterioro de los suelos que ocasiona el hombre.

MEDIDAS DE PREVENCIÓN

- No construir viviendas en laderas o bordes de las montañas.
- Sembrar arbustos en las laderas para evitar la erosión.
- Evitar la deforestación y la tala indiscriminada de árboles.
- Construir canales de desagüe y muros de contención.



INCENDIOS

Se conoce por incendio el fenómeno que se presenta cuando uno o varios materiales inflamables son consumidos de forma incontrolada por el fuego, generando pérdidas en vidas o bienes.

Aún cuando los incendios pueden ocasionarse por causas naturales como las radiaciones solares y las tormentas eléctricas, en su mayoría son causados por accidentes y negligencias.

QUE HACER ANTE UN INCENDIO



- Salir de inmediato del hogar.
- Antes de abrir una puerta se debe palpar su fondo. Si está caliente se buscará otra salida. Si está fría ábrala con la cara volteada hacia el lado contrario.
- Mojar la ropa y proteger manos, cara, nariz y boca con paños húmedos.
- Arrastrarse por el suelo en presencia del humo. El humo se eleva y el aire más puro queda abajo.
- Si la ropa se incendia: detenerse, dejarse caer y dar vueltas repetidamente hasta apagar las llamas.
- Si usted se considera una persona nerviosa, la mejor manera de controlarse e ayudando a otra.

ACCIDENTES QUÍMICOS

Son acontecimientos graves que pueden provocar la muerte de personas y animales y la contaminación de aire, del agua y de la tierra.



La contaminación del agua se debe al derrame de sustancias tóxicas. Entre ellas está el petróleo, los pesticidas y otros productos químicos. La contaminación del aire puede ocurrir debido al escape de gases como el amoníaco y el cloro que afectan directamente a las personas que lo respiran. Por esto es importante conocer si existe laguna instalación o fábrica donde se utilice cloro o amoníaco en las cercanías de nuestra casa o centro de trabajo.

COMO ACTUAR



- Conserve la calma y actúe con serenidad.
- Compruebe la dirección del viento y aléjese sin demora de la zona afectada siempre en sentido transversal.
- Tápese la nariz y la boca con paños preferiblemente húmedos.
- Ayude a las personas con dificultad para moverse o más desorientadas.
- Cumpla las instrucciones de las autoridades.
- Recuerde que esos gases son muy dañinos y debemos alejarnos lo antes posible del lugar.



MEDIDAS EN CASO DE DESASTRES

El plan de medidas en caso de Desastres es el ordenamiento de las acciones y medidas que la familia deberá tomar antes, durante y después de una emergencia. Para esto, debemos conocer nuestra vulnerabilidad y apoyarnos en un Mapa Comunitario de Riesgo.

COMO CONFECCIONAR UN MAPA COMUNITARIO DE RIESGO

- Buscar la historia de desastres sufridos anteriormente en la comunidad y sus causas.
- Comparar las experiencias pasadas con la situación actual para identificar los peligros.
- Definir los símbolos a utilizar en el mapa.
- Recorrer la comunidad para determinar y representar los lugares peligrosos o de interés. Debemos dar especial atención a la señalización de los hogares donde se encuentran niños, ancianos, mujeres embarazadas y discapacitados.
- Elaborar el mapa con la información obtenida y darlo a conocer después de ser revisado por la Defensa Civil.

PARA ELABORAR UN MAPA DE RIESGOS DE NUESTRO HOGAR TENDREMOS EN CUENTA:

- Características de la casa: tipo de construcción y materiales utilizados.
- Estado de estructuras, puertas, ventanas, instalaciones eléctricas, del gas y del acueducto.
- Lugares más seguros dentro de la vivienda.
- Sitio de sustancias y equipos peligrosos dentro de la casa.
- Ubicación de la casa en relación con las amenazas o peligros (nuestra vulnerabilidad).

