

A 10.5.3 RECOMENDACIONES ANTE INCLEMENCIAS METEOROLÓGICAS

A 10.5.3.1. PRECAUCIONES ANTE TORMENTAS Y RAYOS

Los **rayos** matan a varios miles de personas al año en todo el mundo y otros muchos sufren graves efectos secundarios. 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.

PROTECCIÓN EN ZONAS URBANAS

- En la calle, **busque refugio en los edificios más próximos**, preferiblemente con pararrayos. Aléjese de espacios abiertos como instalaciones deportivas o aparcamientos.
- En casa, **evite las corrientes de aire**: pueden atraer rayos. Cierre bien puertas y ventanas.
- **Disponga de linternas** u otros sistemas de iluminación autónoma por si se suspende el fluido de electricidad. Precaución si se utilizan velas.
- **No tome un baño o ducha** durante una tormenta, ya que el agua es una buena conductora.
- **Desenchufe electrodomésticos y la antena de la televisión** para evitar que sean dañados por una subida de tensión.
- **Procure** tener a mano una radio a pilas para seguir las informaciones oficiales.

PROTECCIÓN EN EL CAMPO

- En la época de tormentas es preferible **no salir de acampada**.
- **Busque un lugar donde cobijarse**, como un coche o un edificio, evitando permanecer al aire libre, sobre todo en praderas y lugares muy abiertos. Abandone las partes altas.
- **Si se refugia en un coche**, tenga las ventanillas cerradas y las antenas bajadas.
- **No se refugie** bajo un árbol, en la boca de una cueva, próximo a grandes rocas o en construcciones inestables.
- **Manténgase alejado** de masas de agua, objetos altos, alambradas, verjas, vías del tren y otros objetos metálicos (bicicletas, cañas de pescar, palos de golf,...)
- **Si amenazan los rayos**, colóquese en cuclillas, con los pies juntos, los brazos cruzados sobre las rodillas y la cabeza entre los brazos.

CONDUCCIÓN BAJO TORMENTAS

- **Circule con precaución**, disminuyendo la velocidad y encendiendo las luces para ver y ser visto.
- **No atraviese con su vehículo** los tramos que estén inundados. La fuerza del agua puede arrastrarle al hacer flotar el vehículo.
- **Si la tormenta le impide conducir**, deténgase en zonas por la que no discurra gran cantidad de agua. Permanezca en su interior, con las ventanillas cerradas, mientras dure la tormenta. No abandone el vehículo.