

Recomendaciones ante episodios de humo



En ocasiones se producen incendios de diversa índole que exponen a los ciudadanos a los efectos del **humo**. Siga estas recomendaciones si se encuentra en esta situación:

- **Esté atento a las instrucciones que reciban de las autoridades.**
- Si fuera necesaria una evacuación, las autoridades establecerán las vías más adecuadas y el punto de reunión óptimo para la población.
- Mantenga la calma, evite las situaciones de miedo y pánico.
- Cierre las puertas, ventanas y toda la ventilación de la casa (chimeneas, calefacción, aires acondicionados, etc.) para evitar que entre el humo en la vivienda.
- Utilice el aire acondicionado en modo de recirculación, para evitar que entre aire del exterior.
- Si es posible, quédese en edificios mejor protegidos o más alejados de las fuentes de humo.
- Beba agua abundantemente para mantenerse hidratado.
- Lávese los ojos si es necesario.
- **Tenga especial atención con las personas vulnerables**, como aquellas con problemas respiratorios, embarazadas, niños o personas mayores. Ayúdeles a acceder a los recursos, si fuera necesario.
- Evite salir, a no ser que sea imprescindible, y permanezca en el exterior el menor tiempo posible. Si lo hace, protéjase los ojos y utilice camisas de manga larga, esto reducirá el contacto con la piel, utilice mascarillas para evitar problemas respiratorios. También puede utilizar toallas o pañuelos humedecidos con agua.
- Si presenta algunos de estos síntomas relacionados con la exposición al humo (dificultad respiratoria, sensación de falta de aire, dolor en el pecho, quemaduras), o si tiene una enfermedad crónica y necesita medicación, consulte con su centro de salud.

- En caso de que la nube sea muy densa, no conduzca vehículos para evitar accidentes por falta de visibilidad. Si es sorprendido dentro del coche, permanezca en él con las ventanas cerradas.
- Si tiene depósitos y cisternas de agua en el exterior, manténgalos tapados.
- Evite levantar polvo; en lugar de barrer utilice paños húmedos.

Para cualquier consulta puede llamar al teléfono: 112