



RECOMENDACIONES para la prevención y mitigación de desastres

Tradicionalmente,
ante la ocurrencia
de un desastre,
la gente centra todas
sus capacidades
en la atención de la emergencia.
Sin embargo,
es necesario
prepararnos para reducir
o eliminar el riesgo
y así evitar los
futuros desastres.



Inundaciones

A continuación ofrecemos una breve descripción de las principales amenazas a las que están expuestas nuestras comunidades: inundaciones, terremotos, temblores, sismos, deslizamientos, huracanes, incendios, sequías, erupciones volcánicas, tsunamis o maremotos, tormentas eléctricas, entre otros, sus efectos y qué hacer antes de la emergencia, durante ella y después.

Las inundaciones son provocadas por un aumento anormal del nivel de las aguas, en una planicie extensa, de un río, una quebrada, un lago o del nivel medio del mar, situación que produce desbordamiento sobre las áreas que en condiciones normales se encuentran secas.

La inundación se puede presentar por los siguientes factores:

- Lluvias torrenciales que por su intensidad y duración no logran ser evacuadas por las quebradas y los ríos. Entonces el agua acumulada genera el desbordamiento.
- Lluvias provocadas por los temporales, los cuales son consecuencia de fenómenos meteorológicos como los ciclones tropicales (huracanes) y los frentes fríos. En estos casos, las lluvias son prolongadas y continuas, con lo cual aumenta el nivel de la quebrada o del río, saturando el suelo y produciendo el desbordamiento de sus aguas.
- Marejadas, aumento del nivel medio del mar por efecto direc-

to de un huracán, de un tsunami o por una marea extraordinaria.

- El rompimiento de una represa, ya sea natural o artificial.
- La degradación del medio ambiente, la deforestación, ciertas técnicas empleadas en el uso de la tierra, tirar la basura en los ríos y quebradas, bloqueando el paso del agua por sus cauces naturales y, en general, la alteración del ecosistema en las cuencas.

Algunos efectos

- Muerte y desaparición de personas.
- Destrucción de cultivos.
- Destrucción de infraestructura: casas, edificios, puentes, carreteras.
- La erosión causada por el arrastre de la capa fértil del suelo con la consecuente pérdida de su fertilidad.
- Pérdida de animales.
- Contaminación del agua potable.
- Propagación de enfermedades.
- Inestabilidad de algunos terrenos y deslizamientos.
- En algunos casos pueden producirse cabezas de agua y avalanchas.

¿Qué se puede hacer?

Muchas inundaciones son predecibles, algunas debido a que cada cierto período ocurren; otras como los huracanes y tormentas tropicales se pueden prever con días de anterioridad.

Recomendaciones



Inundaciones

Algunos indicadores de inundación

- Cauces saturados de basura u obstruidos con troncos y otros desechos.
- Caños y alcantarillas obstruidas y con basura.
- Lluvia fuerte y persistente en la parte alta, media o baja del recorrido que hace el río.
- Incremento anormal en el nivel de las aguas de los ríos.
- Saturación del suelo, por acumulación del agua llovida.
- Incremento inusual del nivel del río en la desembocadura por mareas muy altas.

Antes de la emergencia

1. No tire la basura en ríos, quebradas, acequias o alcantarillas.
2. Tenga identificados los lugares altos cerca de su casa y escuela o colegio, así como el camino más corto y seguro para llegar a ellos.
3. Si observa que empieza a llover muy fuerte o por mucho tiempo, manténgase alerta.
4. Mantenga suministros revisados para emergencias: alimentos en lata, ropa, zapatos, foco, radio de pilas, baterías de repuesto, botiquín, etc.

Durante la emergencia

1. Aléjese de la zona de la inundación, aun cuando las zonas cercanas parezcan seguras, el terreno puede estar falseado o desprenderse fácilmente.
2. Nunca intente caminar, cruzar puentes o quebradas sin puente, nadar o tirarse en los ríos crecidos, porque pueden arrastrarlo.
3. Si tiene que abandonar la casa o la escuela, diríjase a las zonas altas o donde esté seguro de que no llegará el agua de la inundación.
4. No espere hasta el último momento para irse a un lugar seguro ya que puede quedar atrapado por el agua.

Después de la emergencia

1. No coma alimentos que la corriente arrastró o que se mojaron durante la inundación, porque podrían estar contaminados.
2. Si va a tomar agua, asegúrese de que sea potable; si no, hiérvala o agréguele cloro.
3. Revise que no haya serpientes o animales peligrosos que las aguas hayan arrastrado.
4. No utilice los servicios de energía eléctrica hasta estar seguro de que todo está seco.
5. Preste atención a las instrucciones oficiales que se transmiten por los medios de comunicación.