



**BOLETIN INFORMATIVO No. 001  
FENOMENO DEL NIÑO.  
CONSEJO MUNICIPAL DE GESTION DE RIESGO DE DESASTRES.**

**RECOMENDACIONES GENERALES**

Como parte del Plan de acción establecido por el Municipio, para enfrentar el puente de Reyes y acogiendo los lineamientos nacionales y departamentales el Señor Alcalde Municipal junto con el Consejo Municipal de Gestión de Riesgo, recomienda a los ciudadanos en general tomar las siguientes medidas de Autocuidado y Autoprotección como lo establece la ley 1523 de 2012.

**1.- Viernes 05 al martes 09 de Enero de 2017.**

Para este fin iniciamos con el compromiso de los ciudadanos frente a los paseos de olla:

**a.- Recordemos como Ciudadano del Municipio:**

a.- Todos somos parte de la solución y del cuidado de los recursos naturales, el abuso y desperdicio de los mismos nos llevara a medidas restrictivas.

b.- El daño al medio ambiente representante delitos penales ambientales, puedes ser sancionado por estas acciones, cuida los bosques y las fuentes hídricas.

c.- No se pueden realizar en el sector de la cascada de la judía paseos y mucho menos ingresar al sitio de la cascada.

d.- Denunciar a las personas que cometan abusos, contaminen, derrochen y/o daño el recurso agua, al igual el que realice quemas de bosques, basuras o cualquier tipo de incendio que pueda ocasionar daño al recurso flora y fauna.

Línea de Denuncia dispuesta: 123 Policía Nacional.

Línea de Emergencia Municipal: 119 Bomberos Voluntarios Floridablanca.

e.- No se permite el iniciar ningún tipo de fuego en zonas de alto nivel de vulnerabilidad para la manifestación de incendios forestales.

f.- Las personas que se encuentren incumpliendo estas normas serán sancionados por la Policía Nacional.

g.- Proteja su vida y la de sus amigos y familiares los ríos son peligrosos tener en cuenta la sugerencias de las autoridades que estarán dispuestas a brindarles su acompañamiento y asesoría.

En las áreas tomadas por la comunidad y que no tienen autorización para desarrollar actividades turísticas serán acreedores de sanciones, por favor abstenerse de utilizarlas es por su seguridad.

**CUIDATE... TU SALUD PRIMERO.**

**¿Quiénes deben estar protegidos especialmente del calor?**

- Las personas mayores, discapacitadas y los niños menores de 5 años.
- Las personas con enfermedades crónicas (hipertensión, diabetes, cardiopatía, obesidad, alcoholismo).
- Las personas que tomen alguna medicación habitualmente.
- Las personas que realizan trabajos físicos intensos o deporte al aire libre cuando hay temperaturas elevadas.
- Ante cualquier duda consulte a los profesionales sanitarios.

**¿Qué efectos produce el exceso de calor?**

- **Calambres**, por pérdida de sales.
- **Agotamiento**: malestar, dolor de cabeza, náuseas, vómitos, sed intensa.
- **Deshidratación**: decaimiento y sensación de postración.
- **Golpe de calor**: náuseas, vómitos, dolor de cabeza, piel caliente y enrojecida, aumento de la temperatura corporal por encima de 40°, inestabilidad al andar, mareos, pudiendo llegar a tener convulsiones y coma.



Scanned



## ¿Cómo protegerse del calor?

- Evite salir de casa durante las horas centrales del día (entre las 12 del mediodía y las 6 de la tarde).
- **Beba más líquidos, sin esperar a tener sed.** Sobre todo agua y zumos de fruta ligeramente fríos.
- Evite comidas copiosas, tome verduras y frutas. Coma menos cantidad y más veces al día. No tome comidas calientes ni abuse de las bebidas alcohólicas.
- Reduzca la actividad física.
- Descanse con frecuencia a la sombra.
- Use ropa de tejidos naturales, ligera y holgada, de colores claros, sombrero, gafas de sol y cremas protectoras solares.
- Permanezca en espacios ventilados o acondicionados.
- Cuando esté en la casa, utilice las habitaciones más frescas.
- Durante el día baje las persianas y cierre las ventanas; ábralas por la noche para ventilar.
- Mantenga los alimentos en el frigorífico y vigile siempre las medidas higiénicas de conservación.
- Cuando estacione el coche no deje en el interior a niños ni ancianos con las ventanillas cerradas.
- Ayude a las personas que puedan estar en mayor riesgo de sufrir los efectos del calor.

## ¿Qué hacer ante una persona con un golpe de calor?

- **Llame a emergencias al 119.**
- Coloque al enfermo en un lugar a la sombra.
- Quitele ropa para airearle.
- Si está consciente, colóquelo con la cabeza ligeramente elevada y ofrézcale abundante agua.
- Refrézquelo con agua fría o hielo, sobre todo la cara y axilas. No le meta en la bañera para enfriarlo.
- Si está inconsciente colóquelo tumbado de lado, con las piernas flexionadas.
- Nunca de líquidos a una persona inconsciente.

### Sobre Incendios Forestales.



### Prevención Incendios Forestales

Evite realizar fogatas y quemas controladas ①

No arroje cigarrillos y fósforos encendidos ②

No use pólvora. ③



Cumpla con las restricciones de acceso a las zonas forestales protegidas. ⑦

Si realiza actividades al aire libre asegúrese de recoger las taseras originadas. ⑥

Denuncie ante la Policía a los pirómanos. ⑤

④  
Avisé oportunamente a las autoridades cualquier inicio de incendio



GOBIERNO DE LA REPÚBLICA



- Identifica las áreas expuestas a incendios forestales en tu municipio.
- Infórmate sobre las medidas de prevención y respuesta ante incendios forestales.
- Identifica los números de emergencia en tu municipio.
- Protege las zonas expuestas a incendios forestales.
- Si vives en zona rural, mantén herramientas como machetes, azadones y bate fuegos.
- Evita realizar quemas o arrojar elementos inflamables.





- No realices quemas de basura ni de material vegetal.
- Fortalecer prácticas de cortafuego y prohibición de quemas abiertas (Decreto 4296 de 2006).
- Eliminar los residuos forestales, preferiblemente mediante la trituración de los mismos.
- Avisa oportunamente a las autoridades sobre cualquier señal de incendio.
- Atiende las recomendaciones de las autoridades.
- Permanece en una zona segura hasta que las autoridades te lo indiquen.
- Limita el acceso de animales a las áreas quemadas.
- Ayuda a recuperar las zonas afectadas y toma medidas para evitar nuevos incendios.
- Creación de redes comunitarias para la detección temprana de incendios forestales.
- Línea de emergencias forestales 119 Cuerpo de Bomberos Voluntarios de Floridablanca.
- Denuncie las personas que generen actividades de riesgo en bosques como fogatas, quemas forestales, etc.

Todas estas recomendaciones son para disfrutar del puente de Reyes, dando finalización al periodo navideño, por esto cuidemos nuestra fuentes hídricas, bosques, no contaminemos el ambiente y lo más importante acoge las recomendaciones de la autoridades y organismo de socorro son por el bienestar de todos.

**Ing. MARIA LUCIA HIGUERA PINO**

Coordinadora

Consejo Municipal de gestión del Riesgo de Desastres