



Comportamiento ante un acto terrorista

La siguiente guía proporciona algunas indicaciones de comportamiento antes, durante y después de un acto terrorista sorpresivo.

Se trata de prepararse y protegerse frente al riesgo que tiene este tipo de actos. Fue diseñada con base en investigaciones de Psicología del desastre, Atención de Emergencias y la revisión práctica de este tipo de experiencias. Su conocimiento y aplicación contribuirá a salvar vidas. Aunque este tipo de actos no se ciñen a un patrón, se intenta con esta guía tratar de difundir diferentes experiencias y conclusiones, para tener unas bases que contribuyan a una mejor actuación con el fin último de preservar la vida de las personas que se vean involucradas, por eso le sugerimos seguir los siguientes consejos:

1. Esté alerta. Siga las indicaciones de las autoridades para detectar riesgos e informe inmediatamente sobre las situaciones sospechosas (cualquier situación sospechosa) dando información concreta y detallada. No se trata de andar con los nervios de punta todo el día ni de desconfiar de todo el mundo, sino de observar permanentemente el sitio, las personas y las cosas que le rodean y saber qué está pasando y qué puede pasar. Preste atención a lo que se sale de la normalidad o de la rutina en su área de desempeño, calle, oficina, edificio, acera, casa, metro, parque, restaurante, café, personas, etc.

2. Organice y prevenga. En su lugar de trabajo, estudio, recreación y habitación, hable con sus familiares, compañeros y vecinos y propicie medidas preventivas. Usted se deberá hacer las siguientes preguntas: ¿Cómo evitar o disminuir los riesgos?, ¿qué hacer?, ¿cómo responder (actuar) ante una emergencia?. Revise en grupo el edificio y sus alrededores, y descubra los lugares y los objetos que pueden significar peligro. Corríjalos o efectúe un pequeño inventario de ellos. Establezca acciones y responsabilidades concretas. En otras palabras, diseñe y aplique un plan de contingencia contra actos terroristas sencillo, viable (desde el punto de vista técnico - económico) y práctico. Prepare un botiquín de primeros auxilios. Asesórese con la Policía, los Bomberos, Los Grupos y Organizaciones de Rescate, la Defensa Civil y las entidades privadas especializadas de gestión del riesgo o vigilancia. Dedíquele tiempo y un presupuesto (comedido). Con todo, la seguridad le resultará menos costosa que recuperarse después del impacto.





VIGILANTES DE SEGOVIA

3. Practique el plan de contingencia. Mejórelo, enriquezca con la colaboración activa de todos. ¿Cómo va a proteger el personal?, ¿Quiénes necesitan atención especial (niños, ancianos, mujeres embarazadas, personas discapacitadas)?, ¿Cómo y a dónde va a llevar los heridos, cómo va a enfrentar las consecuencias de un atentado o cualquier otra situación de peligro?. El organizarse previamente y practicar el plan de vez en cuando le da ventajas individuales y claramente puede significar salvar su vida y la de sus allegados, así como reducir pérdidas en sus bienes. En lo personal, lleve siempre consigo sus documentos de identidad, información médica, grupo y factor RH sanguíneo, alergias, nombres y teléfonos de allegados. Recuerde definir y demarcar rutas de evacuación y escape, zonas seguras, etc.

4. Una Alerta Temprana, Usted es el único que puede dar la alarma, si observa algo fuera de lo común, como una ligera columna de humo tipo cigarrillo dentro de un vehículo cerrado, ver un vehículo bajo de los amortiguadores traseros, lo cual indica que está cargado, observar a una persona que estaciona un vehículo y sale corriendo o se monta rápidamente en otro, observar si en un restaurante alguien deja olvidado un maletín (no lo toque, informe al dueño del lugar), en fin, usted puede hacer la diferencia con solo estar alerta.

5. Si la explosión es inminente, no corra, no camine de pie, no importa donde este arrójese de inmediato al piso boca abajo, si puede arrástrese alejándose del objeto sospechoso o moviéndose hacia un lugar seguro próximo, cara al suelo, piernas juntas y los pies igualmente tocando el piso con la punta y manteniendo los mismos con una inclinación ascendente, el brazo derecho debe pasar sobre la cabeza y tapar el oído izquierdo con la mano, el brazo izquierdo debe pasar frente a la frente y con la mano tapar el oído derecho, mantenga la cabeza recta mirando el piso y lo más importante, abra la boca, cierre los ojos (es una técnica de autoprotección, el estar lo más pegado al piso evita daños mayores, la onda explosiva ingresará por los pies y subirá por éstos, podemos decir que se comporta como si fuera un fluido (es aire a presión), igualmente es posible que penetre por el ano y por ello la boca debe estar abierta). Igualmente dependiendo del explosivo utilizado y la cantidad, el tipo de daños y lesiones puede variar, recordemos que generalmente en las cercanías de la explosión se produce una alta temperatura que origina incendios post-impacto.

6. Si es Una Alerta de Bomba, aléjese rápido pero en calma del lugar, sin sobresaltos, alerte pausadamente a sus compañeros y trate de cumplir el plan establecido y de aviso a los cuerpos de seguridad,

ASOCIACIÓN DE VIGILANTES DE SEGOVIA

WEB: <http://es.geocities.com/vigilantesdesegovia/>



vigilantesdesegovia@gmail.com



esto si le es posible, procure abrir puertas y ventanas, cortar los servicios de gas, luz, etc, tome toda alerta o llamada de aviso de bomba como cierto y actúe en consecuencia, sea esta dada por un anónimo o un ente oficial. No se acerque al artefacto sospechoso por ningún motivo. Si la explosión lo sorprende durante la evacuación, inmediatamente póngase a salvo de la caída de escombros, tírese al piso y proteja su cabeza (ofrezca la menor superficie de su cuerpo y cabeza a las esquirlas y los trozos de metal y material expulsado), ubique un dispositivo contra incendios y este alerta para usarlo. De ser posible, recuerde los lugares escogidos en el plan para protegerse y cúbrase de la caída de vidrios y objetos. Sepárese de ventanales, cornisas y elementos inestables o colgantes.

7. Ante todo, cálmese. Suena difícil, pero la situación ya es muy dura para empeorarla con gritos, pánico, carreras y descontrol, que son contagiosos si usted les da la oportunidad. Déjelos para las películas y las telenovelas. Aplique el plan de contingencia.

8. Evalúe la situación. ¿Cómo están Usted y las demás personas?, ¿Qué está pasando a su alrededor?. Pase lista. Si hay heridos trate de detener las hemorragias aplicando un apósito (pañuelo, gasa o tela limpia), sin tocar directamente la sangre del paciente; igualmente, si la persona no respira trate de despejar su boca de objetos y, póngale la cabeza de lado (muévelo muy lentamente), la no respiración y las hemorragias son lo más grave y debe en lo posible tratar de hacer algo como lo indicado; Si usted no está entrenado en primeros auxilios, no mueva a personas que no puedan hacerlo por sí mismas, ni permita que inexpertos lo hagan a menos que el paciente esté corriendo un peligro real e inmediato (un incendio, etc.). No de líquidos ni alimentos a personas que no estén plenamente concientes. Mejor, aprenda desde hoy primeros auxilios, que le van a servir toda la vida y en cualquier momento.

9. Una vez completo el personal y eliminados los peligros eléctricos, de gas, agua y otros elementos de riesgo, evacúe el lugar en orden hacia el punto de reunión interior o exterior. Si alguien no puede ser movilizadolo déjelo en compañía de una persona serena y segura y avise al personal de Bomberos, Rescatistas, Paramédicos, Policías, etc., describiendo claramente la situación. No corra. No grite. Respire profundo y lento. Camine despacio, es más seguro. Deje una nota en la entrada, avisando si ya no hay personas adentro, no tranque las puertas, no fume ni encienda fuego, cuidado con las fugas de gas y encender la luz, procure tener linternas selladas antichispas en su botiquín de emergencia.

ASOCIACIÓN DE VIGILANTES DE SEGOVIA

WEB: <http://es.geocities.com/vigilantesdesegovia/>



vigilantesdesegovia@gmail.com



VIGILANTES DE SEGOVIA

10. Aunque es posible que haya robos y saqueos, la gente suele ser más solidaria y honrada en estas situaciones, pero este siempre alerta, la conducta humana puede cambiar. Recuerde que debe organizarse previamente con la comunidad para atender emergencias, garantizando que el control lo mantengan personas conocidas, sin gritos ni conflictos de autoridad. Si usted conserva la calma, es más probable que los demás también lo hagan y la respuesta resulte más eficiente. Si su comunidad cuenta con su frente de seguridad ciudadana o grupo de auto vigilancia, es bastante menos probable que sufra estos actos, o que los delincuentes se aprovechen de ellos.

11. Siga las instrucciones de las autoridades y el personal de atención de emergencias. No tome iniciativas arriesgadas por sí mismo. Si está cargando un herido no corra, si lo hace lo va a maltratar y perjudicar más. Haga que esté cómodo y tranquilo mientras lo recogen y durante el desplazamiento al centro de atención médica y evite comentarios que lo afecten más.

12. Si no puede controlar los nervios u obedecer las instrucciones, avise a sus allegados y retírese: es una forma muy útil de ayudar. No hable de lo que cree que pasó o va a pasar, sino de lo que a usted le consta que sucedió; no propague rumores infundados que deterioran todavía más la salud mental de una comunidad. Use el teléfono solo para lo estrictamente necesario, ya que las líneas se necesitan para comunicaciones urgentes. No congestione el lugar del atentado (tal vez hay más bombas), las vías ni los hospitales. Permita que las autoridades hagan su trabajo y que el tránsito pueda fluir.

13. Lo más pronto posible, de a los cuerpos de seguridad la información pertinente que usted posea. La responsabilidad también es suya y al fin y al cabo su vida y la de sus seres queridos también están en juego.

14. Si es necesario remitir a un allegado a un hospital, infórmese de quién lo transporta y a cuál lugar lo llevará. Si es posible, acompañelo (una sola persona). Cállese antes de llamar a la familia. Usted mismo repórtese a sus parientes, ocupando el teléfono el menor tiempo posible.

15. La prensa tiende a exagerar, hablando de pánico, descontrol, escenas dantescas y sangre. Casi siempre los periodistas gritan, repiten o recitan expresiones comunes, incurriendo en muchas precipitaciones, inexactitudes y especulaciones (por supuesto hay sus excepciones que usted conoce bien, el periodista puede ser su

ASOCIACIÓN DE VIGILANTES DE SEGOVIA

WEB: <http://es.geocities.com/vigilantesdesegovia/>



vigilantesdesegovia@gmail.com



aliado). No crea todo lo que dicen, porque ellos no son expertos en desastres y también están asustados y además obligados a decir cualquier cosa mientras están al aire. Algo tiene que ocurrírseles. A pesar de que parte de lo que dicen puede ser cierto, a veces la realidad es otra, menos dramática. El pánico existe, pero no tiene que presentarse siempre.

16. Si usted cree tener un familiar afectado, por favor no converja a la escena del atentado, pues congestionaría las vías y contribuiría con su presencia a entorpecer las labores, si no puede evitar desplazarse procure guardar una distancia prudente y lejana de la zona de la emergencia, llegue caminando, por favor no lo haga en vehículos que luego no sabrá donde estacionar.

17. Después del atentado y en otro lugar, desahóguese, llore si necesita hacerlo, hable con su familia y amigos. Aunque no haya sido herido es bueno que se haga una revisión médica y psicológica. Atención: los niños expuestos al evento la requieren necesariamente. Si por desgracia ha perdido un familiar busque ayuda, serénese en este momento que más necesitan de usted, recuerde que seguirá un proceso muy duro, no dude en desahogarse pero hágalo reservadamente, no dude en buscar ayuda psicológica, no es un pecado expresar los sentimientos, calma, mucha calma y fe en sus creencias.

18. Estudie este documento, reproduzca, cuélguelo en un lugar visible junto con el plan de emergencia, discútalos con las personas cercanas. Léalo periódicamente, asúmalos y practíquelo. No se permita pasarlos por alto, ya que le están dando la oportunidad de reducir su indefensión ante la cobardía y la estupidez ajenas.

Por favor, organícese y prevenga antes de que la realidad lo atropelle; es su mejor herramienta para protegerse y actuar con calma e inteligencia. Esta pesadilla nos sirve también para que tomemos mejor control sobre nuestras vidas y nos preparemos para prevenir otras emergencias (naturales o provocadas) y dejar de sorprendernos cada vez que algo sucede. Por último, nuestra reacción frente a estos hechos suele ser la de encerrarnos, desconfiar de todo y de todos y defendernos aislándonos los unos de los otros. Eso precisamente es lo que necesita el criminal para ejecutar su barbarie y atacarnos individualmente, cuando estamos más débiles. Por el contrario, crisis nos obligan a agruparnos, a desafiar la indiferencia urbana, a apoyarnos de formas concretas y cuidarnos las espaldas mutuamente. Así es más difícil que nos agredan y nos acercamos a la seguridad que parece tan lejana.

ASOCIACIÓN DE VIGILANTES DE SEGOVIA

WEB: <http://es.geocities.com/vigilantesdesegovia/>



vigilantesdesegovia@gmail.com