

Ficha de Apoyo Preventivo

RECOMENDACIONES GENERALES EN SEMANA SANTA



1 | Introducción

Durante los días festivos de Semana Santa, buscamos reflexión, descanso y/o distracción, lo que se traduce en disfrutar de forma personal, con amigos y/o familia, mayoritariamente visitando zonas turísticas, realizando actividades al aire libre, entre muchos otros panoramas. Lo anterior, conlleva un potencial aumento de accidentes, motivo por lo cual debemos extremar las medidas preventivas para disfrutar de un fin de semana extendido seguro.

2 | Recomendaciones Generales

- Si sale de camping o excursión: planifique su ruta, informe su ubicación a familiares y amigos, infórmese de las condiciones meteorológicas, camine por senderos habilitados, evite quebradas y terrenos desconocidos, no consuma frutos silvestres, evite salir solo, manténgase hidratado, utilice repelente de insectos, no contamine, prevenga incendios forestales, utilice ropa y equipamiento adecuado, evite contacto con aves silvestres y roedores.



- Si visita zonas turísticas, tenga en consideración: cuide sus pertenencias (evite utilizar o exponer objetos de valor), si arrienda alguna dependencia ventile el lugar antes de ingresar, sanitice espacios y superficies, evite sobrecargar instalaciones eléctricas, considere mantener un botiquín disponible frente a cualquier eventualidad.
- Si va a la playa, utilice ropa adecuada y bloqueador solar en caso de ser necesario. En caso de encontrar un ave o mamífero, muerto o aparentemente enfermo, evite el contacto, no lo manipule y avise de forma inmediata al SAG.
- Si acude a un evento masivo o lugar con alta afluencia de público, mantenga una distancia prudente.
- Si se queda en casa, evite el sedentarismo, mantenga los pasillos/escaleras libres de obstáculos, y mantenga una buena convivencia con sus vecinos.
- Supervise en todo momento a los niños.
- Regule la ingesta de alimentos y bebestibles, prefiera una alimentación sana y balanceada.
- Independiente del medio de transporte que utilice para trasladarse, planifique su viaje y tome los resguardos necesarios que permitan que sea seguro y exista una buena convivencia vial.
- Ante cualquier accidente, brinde atención inmediata y/o acuda al servicio de urgencias más cercano.