



Recomendaciones generales ante una emergencia

- ❖ Conversa con tus vecinos y trabaja en coordinación con la Oficina de Defensa Civil de tu municipio para saber cómo prevenir y actuar ante un desastre.
- ❖ Prevé una reserva de agua (en depósito cerrado) y alimentos no perecibles.
- ❖ Organiza un botiquín de emergencia y cuenta con linterna y radio a pilas.
- ❖ Ten a la mano los números de teléfonos de Defensa Civil (115), Bomberos (116) y Policía Nacional (105).
- ❖ Identifica los peligros en tu distrito, centro de trabajo o centro de estudios y adopta las medidas preventivas para eliminar o reducir los efectos dañinos.
- ❖ Colabora y participa activamente en las Brigadas de Defensa Civil (en apoyo de las actividades de primera respuesta: rescate, remoción de escombros, primeros auxilios, contra incendios, etc.) según las necesidades originadas por los peligros de tu localidad.

GOB. REGIONAL	TELÉFONO	FAX	CORREO ELECTRÓNICO
AMAZONAS	(041) 477185	(041) 478131	
ANCASH	(043) 426520	(043) 426520	secpresidencia@regionancash.gob.pe
APURIMAC	(083) 322170	(083) 321174	presidencia@regionapurimac.gob.pe
AREQUIPA	(054) 204890	(054) 200475	presidencia@reg@hotmail.com
AYACUCHO	(066) 312905	(066) 312905	
CAJAMARCA	(076) 362204	(076) 362991	presidencia@regioncajamarca.gob.pe
CUSCO	(084) 234068	(084) 223071	presidencia@regcus.gob.pe
HUANCAVELICA	(067) 452728	(067) 452883	presidencia@regionhuancavelica.gob.pe
HUÁNUCO	(062) 513488	(062) 513488	presidente@regionhuanuco.gob.pe
ICA	(056) 219133	(056) 228200	spresidencia@regionica.gob.pe
JUNÍN	(064) 232230	(064) 218475	presidencia@regionjunin.gob.pe
LA LIBERTAD	(044) 231791	(044) 231791	presidencia@regllint@yahoo.es
LAMBAYEQUE	(074) 201343	(074) 201343	presidencia@regionlambayeque.gob.pe
LORETO	(065) 266911	(065) 267358	presidencia@regionloreto.gob.pe
MADRE DE DIOS	(082) 571199	(082) 571199-107	regionmddp@regionmadredios.gob.pe
MOQUEGUA	(053) 462447	(053) 462031	presidencia@regionmoquegua.gob.pe
PASCO	(063) 422473	(063) 422473	presidentepasco@hotmail.com
PIURA	(073) 284600	(073) 334538	regionpiura@gob.pe
PUNO	(051) 354000	(051) 354000	prespuno@regionpuno.gob.pe
SAN MARTÍN	(042) 564100	(042) 563986	info@regionsanmartin.gob.pe
TACNA	(052) 583030	(052) 583050	presidencia@regiontacna.gob.pe
TUMBES	(072) 523640	(072) 524390	regiontumbes@regiontumbes.gob.pe
UCAYALI	(061) 574192	(061) 571506	presidencia@regionucayali.gob.pe
CALLAO	5751075 - 113	5750972	defensacivil@regioncallao.gob.pe
LIMA (PROV)	2322762	2325270	
LIMA (METROP)	3151300	3151380	defensacivil@munlima.gob.pe

www.indeci.gob.pe

EL PERU AVANZA

INSTITUTO NACIONAL DE DEFENSA CIVIL



FRIAJE

TEMPERATURAS BAJAS

La invasión de masas de aire de origen Antártico genera heladas y se observan en las partes altas de la sierra. Localmente en la selva, cuando las temperaturas descienden debajo de lo normal se llama FRIAJE.



Distribución Gratuita
Nov 2007

Friaje - Temperaturas bajas

Heladas Dinámicas: Son generadas por la invasión de masas de aire frío-seco de origen Antártico y se registran en zonas con alturas variables encima de los 2500 a 3000 m.s.n.m.

En zonas de nuestra selva, se registran temperaturas mínimas bajas encima de los 0 °C, a éstos denominamos "frijes" o "fríos de San Juan".

Medidas preventivas



- Usa ponchos, ropa gruesa, guantes y gorros, de preferencia que sean de lana, alpaca, etc.

- Si tienes ganado lanar, cuenta con cobertizos para la protección de las crías.



- Cuida y protege a los niños, por la fuerte incidencia de infecciones respiratorias agudas, particularmente neumonía.



- Cuenta en forma permanente con medicamentos o acude a los centros de salud más cercano.

Protección de las plantas

Podemos dar algo de calor a los terrenos y sembríos mediante:

- a) Inundación de terrenos, que aumenta la capacidad calórica del suelo.
- b) Uso de algún tipo de "techo" sobre la vegetación.
- c) Aspersión de agua. Al colocar una pequeña capa de agua sobre una hoja que se está enfriando, la energía liberada por el agua al congelarse es aprovechada por la hoja. Si la aspersión se mantiene constante, durante el período de temperaturas bajas, hasta que el hielo se haya fundido por acción del sol, la temperatura de la hoja no descenderá de 0 °C.

