



PLAN DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS 2026



**Mutua
Montañesa**
mmuy fácil



w w w.mutuamontanesa.es

LLUVIAS TORRENCIALES

¿Qué hacer si estás
trabajando en la calle?



PROTÉGETE - ANTICÍPATE - ACTÚA CON SEGURIDAD

Ante una situación de peligro tu seguridad es lo primero.



**Mutua
Montañesa**
mmuy fácil

ANTES DE EMPEZAR

Prepárate antes de salir



Consulta la previsión meteorológica

Comprueba si existen avisos por lluvias intensas, tormentas o inundaciones.



Conoce la zona de trabajo

- Zonas bajas o inundables.
- Rieras, torrentes y cauces.
- Alcantarillas y desniveles.
- Refugios o edificios donde resguardarte.
- Rutas alternativas para abandonar la zona.



Utiliza el equipo adecuado

Según el trabajo y las condiciones:

- Ropa impermeable y de alta visibilidad.
- Calzado adecuado y antideslizante.
- Protección para la cabeza cuando corresponda.
- Equipos y herramientas adecuados.



Mantén la comunicación

Lleva el teléfono operativo y conoce a quién avisar en caso de emergencia.

Si las condiciones meteorológicas hacen que el trabajo no pueda realizarse con seguridad, **comunicalo** y sigue las instrucciones de la empresa.

DURANTE LA LLUVIA

Si comienza la lluvia torrencial...

1 Detén el trabajo si existe peligro

No continúes una tarea si la lluvia, el viento, la visibilidad o el agua hacen que sea insegura.

2 Busca un lugar seguro

Aléjate de:

- Rieras, torrentes y cauces.
- Zonas bajas y pasos subterráneos. Taludes
- con riesgo de desprendimiento. Árboles,
- andamios, grúas y postes.

3 ¡No cruces zonas inundadas!

Nunca atraveses una corriente de agua a pie o con un vehículo si no puedes valorar su profundidad y fuerza. Puede ocultar socavones, obstáculos o cables eléctricos.

4 Aléjate de la electricidad

No manipules instalaciones mojadas ni te acerques a cables caídos. Si ves uno en el suelo, mantén la distancia y avisa.

5 Mantente informado

Sigue las indicaciones de la empresa, los servicios de emergencia y las autoridades.

El agua en movimiento es **más peligrosa** de lo que parece.

Ante la duda, no avances: espera, rodea o pide ayuda.



En caso de emergencia — si la situación empeora

1

Ponte a salvo.

Prioriza siempre tu integridad física.

2

Avisa.

Informa a tu responsable y a tus compañeros si existe un peligro.

3

Llama al 112.

Si hay una situación de emergencia que requiera asistencia.

4

Sigue instrucciones.

De los servicios de emergencia.



Si estás en un vehículo

Si el agua inunda la vía, **no intentes atravesar la zona inundada**. Si el vehículo queda atrapado y puedes salir con seguridad, hazlo; si no puedes, llama al **112** y sigue sus instrucciones.

"Anticiparse es la mejor herramienta frente a la lluvia torrencial."

Recuerda

1

PARA

2

ALÉJATE

3

REFÚGIATE

4

AVISA

No arriesgues tu seguridad por terminar una tarea.

La prevención es la mejor protección.