



En el campo, evita el pastoreo temprano, asegura forraje y agua para tus animales. Mantén hembras por parir y crías en recintos protegidos.



Protege los cultivos sensibles a heladas como lechuga, tomate, albahaca, entre otras.

#### CONSIDERACIONES GENERALES PARA TODO TIPO DE EMERGENCIA

- Reconoce tu entorno, averigua si donde vives o en el lugar que visitas existe alguna amenaza e infórmate sobre el plan de emergencia del municipio respectivo.
- Una emergencia no afecta sólo a las personas, considera que animales y mascotas también se ven afectados.
- Elabora y pon en práctica tu Plan Familia Preparada [www.familiapreparada.cl](http://www.familiapreparada.cl)
- Mantén siempre preparado tu Kit de Emergencia [www.onemi.cl/kits-de-emergencia/](http://www.onemi.cl/kits-de-emergencia/)
- Los desastres, sean de origen natural o social, NO afectan a todos y todas por igual, estos tienen impactos diferentes sobre la calidad de vida de las mujeres, niños, niñas y hombres, adultos mayores, personas con discapacidad, grupos étnicos entre otros. Por lo que se deben considerar las vulnerabilidades, necesidades y capacidades, de cada uno de ellos.

Infórmate de las condiciones del tiempo en [www.meteochile.gob.cl](http://www.meteochile.gob.cl)



CHILE LO  
HACEMOS  
TODOS

## PREVIENE, INFÓRMATE Y PREPÁRATE

### ¿Qué es una helada?

Es el descenso de la temperatura del aire superficial por debajo de los 0° C, que dependiendo de la humedad del aire, la intensidad del viento y la condición del terreno, puede formar hielo o escarcha. Generalmente, la helada se presenta en la madrugada o en horas de la mañana y pueden afectar tanto a la población urbana como rural y provocar importantes pérdidas al sector agrícola.

#### RECOMENDACIONES HELADAS - MESA POR VARIABLE DE RIESGO HIDROMETEOROLÓGICO:

- Dirección Meteorológica de Chile.
- Ministerio de Agricultura.
- Ministerio de Energía.
- Servicio Nacional de Pesca y Acuicultura.
- Comisión Nacional de Riego.
- Servicio Meteorológico de la Armada de Chile.
- Dirección General de Aguas - Ministerio de Obras Públicas.
- Oficina Nacional de Emergencia del Ministerio del Interior y Seguridad Pública.

#### ONEMI

Av. Beaucheff 1671, Santiago, Chile.

#### Sistema Integral de Atención Ciudadana (SIAC)

Oficina de Atención Ciudadana (56-2) 600 586 7700  
Centro de Documentación (56-2) 2252 43 91  
[www.repositoriodigitalonemi.cl](http://www.repositoriodigitalonemi.cl)

[www.onemi.cl](http://www.onemi.cl)

# PREVIENE

infórmate y prepárate



# Heladas



ONEMI  
Ministerio del Interior  
y Seguridad Pública

Gobierno de Chile

CHILE LO  
HACEMOS  
TODOS

1



**QUÉ HACER EN CASO DE HELADAS**

Viste adecuadamente con ropa de abrigo. Utiliza calzado cerrado y mantén tus manos, cuello y cabeza protegidos.



Aumenta el consumo de proteínas (como frutos secos) y frutas ricas en vitamina C (como cítricos). Bebe líquidos calientes para mantener la temperatura corporal.



Evita cambios bruscos de temperatura. Al salir de un lugar temperado, cubre tu nariz y boca. No exponer al frío a niños, ancianos y enfermos crónicos.



Sigue las recomendaciones de la Campaña de Invierno del Ministerio de Salud, visite [www.minsal.cl](http://www.minsal.cl)



**SI ESTÁS EN UNA CASA O EDIFICIO:**

Mantén una misma temperatura al interior y procura ventilar las habitaciones para renovar el aire.



Si usas calefactores y/o chimeneas, mantenlos alejados de elementos inflamables y realiza la mantención de estos artefactos con personal calificado.

2



Vigila la temperatura de las habitaciones de niños pequeños y ancianos durante la noche y madrugada. Ellos pierden calor corporal más rápido que un adulto.

3



Protege el medidor del agua de tu casa, cubriéndolo con algún elemento que lo aisle de la escarcha y hielo.



**SI ESTÁS AL AIRE LIBRE**

Evita permanecer expuesto a las bajas temperaturas. Dirígete a un lugar calefaccionado.



Al caminar, ten precaución y permanece atento al estado de las veredas y aceras.



Si conduces un vehículo, hazlo con precaución y manteniendo una distancia prudente con el que te antecede.



Si ves a alguien en situación de calle, comunícate con el Fono Calle al 800 104 777 del Ministerio de Desarrollo Social o contacta a tu municipio.