



## Apagón prolongado

Qué hacer antes, durante y después de un corte de luz que dura horas o días. Imprime y guarda con tu kit.

### Antes (preparación)

- Ten una **linterna** y una **radio a pilas o de manivela** en un sitio fijo y conocido por todos.
- Guarda **pilas de repuesto** revisadas (que no estén caducadas) para cada aparato.
- Mantén **agua** embotellada y algo de **comida que no necesite nevera** (conservas, frutos secos, barritas).
- Deja el **powerbank cargado** y a mano; carga el móvil siempre que puedas.
- Ten algo de **efectivo en billetes pequeños**: sin luz, los datáfonos y cajeros pueden no funcionar.
- Prepara **mantas** o ropa de abrigo si el corte ocurre en invierno (la calefacción se apaga).
- Localiza dónde está el **cuadro eléctrico** de tu casa y cómo se rearma el diferencial.

### Durante el apagón

1. **Comprueba el alcance.** Mira si es solo tu casa (puede ser tu diferencial saltado: rearma el cuadro) o si afecta a todo el edificio o la calle (mira ventanas de vecinos y farolas).
2. **No abras la nevera ni el congelador.** Cerrados aguantan unas **4 horas** la nevera y hasta **48 horas** el congelador lleno. Cada apertura acelera la descongelación.
3. **Usa linternas, no velas** si hay niños, mascotas o posibilidad de fuga de gas. Las velas son un riesgo de incendio.
4. **Desenchufa** los aparatos sensibles (TV, ordenador, router) para evitar daños por el subidón de tensión cuando vuelva la luz. Deja una lámpara encendida para saber cuándo regresa.
5. **Escucha la radio** a pilas o manivela para recibir información oficial de Protección Civil y de tu compañía eléctrica.
6. **Raciona la batería del móvil.** Activa modo avión o ahorro de energía y úsalo solo para lo imprescindible.
7. **Cuidado con los generadores.** Nunca los pongas en marcha dentro de casa, garaje o porche cerrado: emiten monóxido de carbono, que es mortal e inodoro.

### Si se alarga (24 h o más)

- Gestiona los **alimentos perdidos**: desecha lo que haya estado a más de 4 °C durante horas; no pruebes carne, pescado o lácteos dudosos.
- Cuida la **hidratación** y el **abrigo**; reúne a la familia en una sola habitación para conservar el calor.
- Contacta con vecinos vulnerables**: personas mayores que viven solas, dependientes de equipos eléctricos médicos o con movilidad reducida.
- Infórmate de si el ayuntamiento ha habilitado un **punto de carga** o centro de acogida municipal.

### Después

- Revisa y **repón lo que hayas usado** del kit: pilas, agua, comida, batería del powerbank.
- Anota qué te faltó** y qué funcionó bien, para mejorar tu preparación de cara al próximo corte.
- Comprueba que los electrodomésticos y el router funcionan con normalidad tras volver la luz.

## Kit recomendado para apagón

- Linterna con manivela y panel solar (sin pilas) [Ver en Amazon →](#)
- Radio de emergencia solar/manivela AM-FM [Ver en Amazon →](#)
- Pilas alcalinas de repuesto (pack) [Ver en Amazon →](#)
- Mantas térmicas de supervivencia [Ver en Amazon →](#)
- Botella con filtro de agua [Ver en Amazon →](#)

**Seguridad:** nunca uses generadores, barbacoas ni estufas de combustión en interiores ni espacios cerrados. Emiten monóxido de carbono, un gas inodoro e invisible que puede causar intoxicaciones graves o mortales.

### Prepárate para un apagón en tu zona

El planificador calcula tu kit según las personas y días que quieras cubrir.

[planrefugio.es/planificador](https://planrefugio.es/planificador)