IMAGEN : [https://static.comunicae.com/photos/notas/1230030/1635508640\_kit\_de\_supervivencia.jpg](http://imagen/)

# La importancia de tener un kit de supervivencia personal, según kitsupervivencia.com

## En caso de desastres naturales o de la presencia de extraños en casa, estos equipos poseen todo lo necesario para defenderse o curar las heridas ocasionadas. De acuerdo a ciertos estudios, el 70% de las personas saben usar los kits donde conseguirán salir ilesos de situaciones de riesgo

Las emergencias pueden surgir en cualquier momento del día. En este sentido, tener un kit de supervivencia es indispensable. Dicho equipo se encuentra equipado con materiales de primeros auxilios y otras herramientas para poder salir ilesos de cualquier situación peligrosa.

¿Qué se recomienda tener en un kit de supervivencia?

A pesar de que durante años se han visto como equipos especializados para personas que realizan viajes a montañas o deportes extremos, la recomendación es que todos tengan uno en casa u oficina.

En el interior de los kits debe haber tanto medicamentos como elementos para protegerse de la temperatura. Teniéndolo en cuenta, los equipos deben conformarse por:

Botiquín de primeros auxilios

Uno de los apartados del kit debe tener vendas, desinfectante, hilo, tirita, suero fisiológico para los ojos, repelente, crema para aliviar dolores, paracetamol y antiinflamatorios. Por supuesto, puede agregarse cualquier medicamento importante e indispensable que deba ingerir algún miembro de la familia.

Herramientas cortantes

Por otro lado, las navajas o cuchillos también deben encontrarse en el kit; suelen ser eficientes cuando de desastres naturales se trata, debido a que, por lo general, existen muchos escombros y desechos.

Equipo para mantener el calor corporal

De acuerdo a lo expresado por algunos expertos, muchas de las muertes en desastres naturales se deben a que las personas no tienen a mano mantas o equipos de protección para las bajas temperaturas. Mayormente, cuando se debe a inundaciones y tormentas, aquellos que quedan a la intemperie olvidan que debe tener equipos de protección para su cuerpo.

Alimentos no perecederos y agua

La comida es indispensable, cuando se presentan emergencias nunca se sabe cuánto tiempo tardarán las situaciones en volver a la normalidad. En estos casos, tener enlatados, alimentos secos, algunos dulces y agua es la solución eficaz para evitar mayores daños.

Equipos para ver en la oscuridad y comunicarse

Linternas, radios y cualquier otro equipo que pueda ayudar a conseguir información de la situación debe formar parte del kit de supervivencia. Del mismo modo, deben guardarse baterías de recambio y velas junto a encendedores para garantizar la iluminación en todo momento.

Mantener los equipos a la mano puede salvar muchas vidas

Después de diferentes investigaciones, la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias de los Estados Unidos, han podido asegurar que el 60% de los adultos de dicho país no poseen un equipo preparado para emergencias. Por otra parte, quienes sí lo poseen, lo mantienen guardados en armarios o habitaciones lejanas a la salida, por lo que no tienen tiempo a tomarlo.

Considerando esto, la recomendación es que el kit de supervivencia permanezca siempre junto a la puerta, es decir, que pueda tomarse tan fácilmente como las llaves para salir.