

Protege tu Hogar *premium*

Guía premium para reforzar la casa como base de resistencia, refugio temporal o punto de salida rápida ante apagones, confinamientos o interrupciones graves.

El hogar preparado no es el que acumula cosas, sino el que sabe sostener servicios mínimos, reducir riesgos y convertir una vivienda normal en una base más estable durante 72 horas o más.

USO RECOMENDADO

Revisión por estancias +
mantenimiento mensual

ESCENARIOS

Apagón, inundación,
incendio, confinamiento,
cortes

PRIORIDAD

Agua, energía, información,
botiquín, evacuación

Capas de protección del hogar

Piensa la casa como un sistema: acceso, suministros, refugio interior y salida.

Acceso y salida

- Llaves, documentos y mochilas en un único punto.
- Ruta de salida despejada.
- Iluminación de apoyo cerca de accesos.

Agua y alimentación

- Reserva mínima por persona.
- Rotación simple para no olvidar caducidades.
- Separar comida lista para usar de la cocina diaria.

Energía e información

- Linternas por zonas.
- Power banks cargadas.
- Radio convencional y libreta visibles.

Refugio interior

- Definir la estancia más manejable.
- Guardar allí mantas, botiquín y luz.
- Evitar que el material esté repartido por toda la vivienda.

Primer protocolo doméstico

En una incidencia doméstica grave, la velocidad sin orden crea más problemas que soluciones.

Si debes quedarte

- Reducir consumo desde el minuto uno.
- Mover agua, luz y comunicación al punto central.
- Escuchar instrucciones oficiales antes de improvisar.

Si debes salir

- Coger mochilas, documentos y medicación.
- Cerrar suministros solo si corresponde y sabes hacerlo.
- No volver a por objetos secundarios.

Si hay humo o fuego

- 112 y salida inmediata.
- No usar ascensor.
- No perder tiempo recogiendo cosas.

Si hay apagón prolongado

- Proteger baterías.
- Pasar a consumo mínimo.
- Verificar estado de personas vulnerables y comida sensible.

Checklist base por zonas

Conviene revisar la vivienda por espacios, no solo por categorías.

ZONA	QUÉ REVISAR	ESTADO
Entrada	Llaves, mochilas, documentos, linterna	
Cocina	Agua, comida compacta, abrelatas, bolsas	
Baño	Botiquín, higiene, toallas, medicación	
Salón / punto central	Radio, cargadores, libreta, mapas	
Dormitorios	Mudas, abrigo, necesidades infantiles	

Inventario crítico del hogar

Lo importante aquí es la trazabilidad: saber qué tienes y dónde está.

RECURSO	CANTIDAD MÍNIMA	UBICACIÓN
Agua	72 horas por persona	
Linternas	1 principal + 1 respaldo	
Pilas / carga	Stock mínimo revisado	
Botiquín	Completo y accesible	
Documentación	Carpeta física y copia digital	

Checklist mensual del hogar

Una casa preparada se mantiene con hábitos cortos, no con grandes revisiones esporádicas.

CHECKLIST

- ☐ Agua y comida revisadas
- ☐ Pilas y power banks comprobadas
- ☐ Botiquín completo
- ☐ Radio convencional probada
- ☐ Carpeta documental localizada
- ☐ Salida principal despejada
- ☐ Mochilas de evacuación listas
- ☐ Plan de refugio interior confirmado

CRITERIO DE USO

Revisa este bloque en frío. No esperes a una urgencia real para descubrir huecos del plan.

Deja una copia offline, otra impresa y comparte el contenido crítico con quien deba ejecutarlo.

BLOQUE 6

Hoja de control del hogar

Rellena y deja una copia donde cualquier adulto responsable pueda encontrarla.

Ubicación de llaves de repuesto

Ubicación de la carpeta documental

Ubicación de las mochilas

Estancia refugio interior

Persona que corta suministros si procede

Ruta de salida principal

Ruta de salida alternativa

Mapa crítico de vivienda y ocupantes

El hogar gana valor cuando todo adulto sabe dónde están las personas y dónde están las cosas clave.

Datos del hogar

- Dirección completa, referencias de acceso y coordenadas si la zona es difícil.
- Titularidad, póliza de hogar, comunidad o administrador si aplica.
- Ocupantes habituales y personas vulnerables que viven o pasan horas allí.

Privacidad y criterio seguro

- Guarda datos sensibles solo en copia física protegida o en una nube privada de confianza.
- No anotes CVV, PIN, contraseñas bancarias ni credenciales completas dentro del kit.
- Para ubicación en tiempo real usa funciones nativas del móvil o AlertCops, no el PDF.

MAPA DOMÉSTICO

Puntos y recursos del hogar

Rellena esta tabla para que cualquier adulto pueda moverse con criterio en una salida o confinamiento.

ELEMENTO	UBICACIÓN	RESPONSABLE	OBSERVACIONES
Llaves / repuesto			
Carpeta documental			
Botiquín / medicación			
Mochilas / bolsas			
Corte de suministros			

Seguros, incidencias y salida rápida

La casa también necesita continuidad documental y de seguro cuando hay daños, fuga, incendio o evacuación.

Qué dejar listo

- Póliza de hogar, teléfono de siniestros y número de póliza.
- Fotos básicas del estado de la vivienda y documentos clave guardados.
- Ruta principal y alternativa de salida, también de noche.

Ubicación y emergencia

- Guarda 112, bomberos, seguro y administrador en favoritos.
- Usa AlertCops o funciones nativas del móvil si necesitas compartir ubicación.
- No dependas de recordar dónde está cada documento bajo estrés.

SALIDA Y SOPORTE

Contactos e incidencias del hogar

Debe estar listo antes de que haya humo, agua o una salida precipitada.

CONTACTO / RECURSO	DATO	USO
Seguro hogar		
Administrador / comunidad		
Bomberos / 112	112	Peligro inmediato
Ruta principal		
Ruta alternativa		

Fuentes y enlaces oficiales

Revisa avisos y recomendaciones desde estas fuentes antes de mover a la familia o cambiar decisiones.

Protección Civil

<https://www.proteccioncivil.es/>

AEMET avisos

<https://www.aemet.es/es/eltiempo/prediccion/avisos>

Red Eléctrica demanda en tiempo real

<https://www.ree.es/es/datos/demanda-tiempo-real>

IDAE ahorro energético

<https://www.idae.es/ahorra-energia>

AlertCops

<https://alertcops.ses.mir.es/publico/alertcops/>

BIBLIOGRAFÍA INSTITUCIONAL Y METODOLOGÍA

- Metodología editorial: síntesis operativa de fuentes institucionales y organismos públicos para consulta rápida en móvil.
- Última revisión editorial: abril de 2026.
- Este documento no sustituye instrucciones oficiales ni órdenes de evacuación, confinamiento o atención sanitaria.
- Protección Civil · <https://www.proteccioncivil.es/>
- AEMET avisos · <https://www.aemet.es/es/eltiempo/prediccion/avisos>
- Red Eléctrica demanda en tiempo real · <https://www.ree.es/es/datos/demanda-tiempo-real>
- IDAE ahorro energético · <https://www.idae.es/ahorra-energia>
- AlertCops · <https://alertcops.ses.mir.es/publico/alertcops/>

CRITERIO DE CREDIBILIDAD

SeguraKit traduce documentación oficial a un protocolo doméstico claro, legible y ejecutable. Cuando exista duda, prevalece siempre la autoridad competente y la instrucción pública vigente.

Usa este bloque como referencia de consulta y como lista rápida para revisar cambios institucionales antes de actualizar el plan del hogar.

Una casa útil en crisis es una casa clara.

La seguridad del hogar no depende de parecer un búnker. Depende de saber sostener lo básico, reducir errores y convertir la vivienda en una base de control, no de improvisación.