

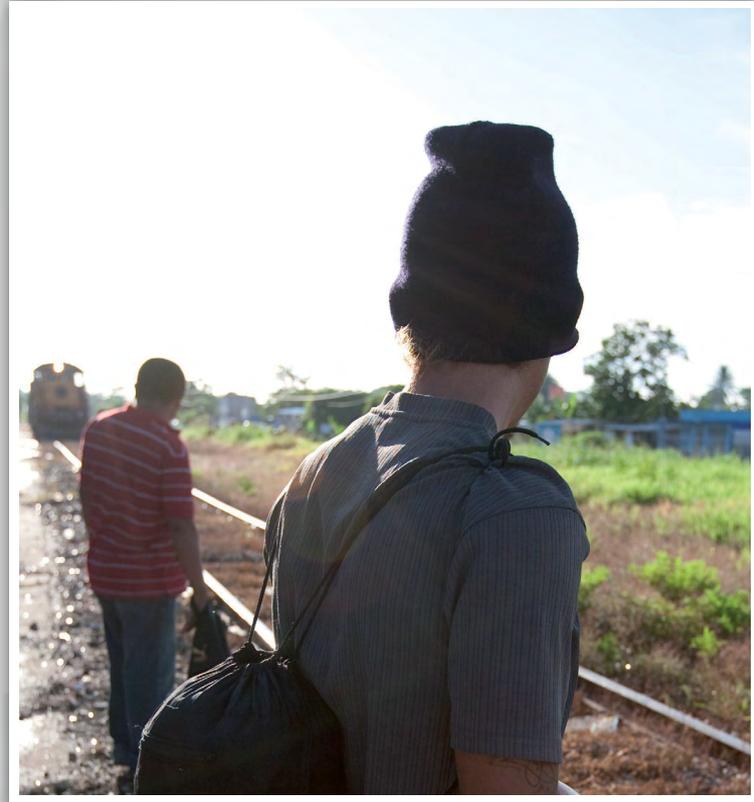
Amigo migrante, eres lo más importante,
no arriesgues tu vida ni la de tu familia



GRUPOS BETA
DE PROTECCIÓN A MIGRANTES

Amigo migrante, estos consejos
pueden salvar tu vida y la de tu
familia

www.inm.gob.mx



Tu paso por zonas desérticas, selváticas, ríos y montañas, pone en riesgo tu vida y la de quienes viajan contigo.

El clima extremo, el contacto con algunos animales y plantas, la deshidratación y el hambre, son los principales peligros a los que te expones.



TRANSPORTE



Ten en cuenta que **viajar hacinado** en camiones con poca ventilación, puede causarte **deshidratación** severa o **asfixia**.

También recuerda que viajar en trenes de carga es muy **peligroso**, ya que puedes caerte y sufrir **lesiones graves** e incluso la **muerte**.



ANIMALES



Recuerda que en los lugares con climas cálidos, tanto tropicales como desérticos, puedes encontrar una gran variedad de **animales venenosos**, como alacranes, arañas y víboras, entre otros.

Si sufriste alguna **picadura** o **mordedura** de animal, mantén la calma, si puedes lava la herida y busca ayuda de inmediato.



RÍOS



En épocas de **lluvia** evita cruzar por arroyos o caminar por el **cauce de ríos**, ya que en cuestión de minutos **aumentan su nivel** y te pueden arrastrar.

Evita bañarte en ríos o estanques, especialmente si no sabes **nadar**, pues podrían tener zonas profundas difíciles de detectar a simple vista y corres el peligro de **ahogarte**.



DESIERTO

DURANTE EL DÍA



En el desierto, especialmente en los estados del norte de México, las **temperaturas son extremas** durante el día, llegando a los 50° C (122° Fahrenheit) o más, por eso, considera llevar contigo:

- Agua potable (al menos 4 litros).
- Alimentos enlatados o empaquetados.
- Suero oral o en su defecto agua con una pizca de sal.
- Usa pantalones y mangas largas para protegerte del sol y mantener la humedad de tu sudor.
- Usa zapatos cómodos y de preferencia cerrados.



DESIERTO

DURANTE LA NOCHE



Durante las noches, las **temperaturas pueden bajar a -10°C** (14° Fahrenheit), o menos, por eso, considera llevar contigo:

- Ropa abrigadora.
- Zapatos cómodos y calcetines gruesos.
- Dulces o alimentos calóricos. Te ayudarán a mantener tu temperatura corporal regular.
- Guantes para proteger tus manos.
- Una lámpara de mano y cerillos.

¡LOS GRUPOS BETA ESTÁN PARA AYUDARTE!



No olvides que:

- Si te detiene alguna autoridad mexicana o estadounidense, no corras, muestra tus manos al frente y no trates de sacar nada de tus ropas.
- Recuerda traer siempre contigo documentos de identidad, así el contacto con las autoridades de tu país o con tus familiares será mucho más sencillo.
- No camines por lugares solitarios, especialmente de noche, porque puedes ser víctima de asaltos u otros abusos en tu contra.
- Siempre mantente cerca del grupo con el que viajas, especialmente si son mujeres o niños.
- Si estás perdido, mantén la calma, construye un refugio para protegerte y haz señales que faciliten tu localización y rescate.
- Si alguien del grupo con el que viajas se accidenta, marca inmediatamente a los teléfonos de emergencia que aparecen en este folleto.

GRUPOS BETA DE PROTECCIÓN A MIGRANTES

Grupo Beta Tijuana

Tels. 01 (664) 6823171,
01 (664) 6833068

Grupo Beta Tecate

Tels. 01 (665) 6543780,
01 (665) 654 2449

Grupo Beta Mexicali

Tels. 01 (686) 5525596
01 (686) 5542624

Grupo Beta San Luis Río Colorado

Tels. 01 (653) 5344870,
01 (653) 5345062

Grupo Beta Sonoyta

Tel. 01 (651) 5121051,
01 (651) 5121520

Grupo Beta Sásabe

Tels. 01 (637) 3748076

Grupo Beta Nogales

Tels. 01 (631) 3126180,
01 (631) 3126181

Grupo Beta Agua Prieta

Tels. 01 (633)3381618
01 (633) 3388962

Grupo Beta Puerto Palomas

Tels. 01 (656) 6660889

Grupo Beta Ciudad Juárez

Tel. 01 (656) 6127618
01 (656) 6127618

Grupo Beta Ciudad Acuña

Tels. 01 (877) 7727524,
01 (877) 7721239

Grupo Beta Piedras Negras

Tels. 01 (878) 7828846,
01 (878) 7828832

Grupo Beta Matamoros

Tels. 01 (868) 8123468,
01 (868) 8123664

Grupo Beta Acayucan

Tel. 01 (924) 2479174,
01 (924) 2479173

Grupo Beta Tenosique

Tel. 01 (934) 3420110

Grupo Beta Comitán

Tels. 01 (963) 6327709,
01 (963) 6325751

Grupo Beta Tuxtla Gutiérrez

Tels. 01 (961) 6026111,
01 (961) 6026119

Grupo Beta Tapachula

Tels. 01 (962) 6257986,
01 (965) 6267332

Grupo Beta Arriaga

Tels. 01 (962) 6257986,
01 (962) 6267332

Grupo Beta Palenque

Tel. 01 (55) 53872400 ext
14110

Grupo Beta Ixtepec

Tel. 01 (971) 7133047

Grupo Beta Ojinaga

Tel. 01 (626) 453 1303 04

Emergencias

Emergencias

(Bomberos, Policía y
Ambulancias)
066

Cruz Roja Mexicana

Tel. 065,
01 (55) 1084 9000

Policía Federal (PF)

Tel. 088,
01 (55) 1103 6000

Procuraduría General de la República (PGR)

Tel. 01 (55) 53460000

Instituto Nacional de Migración (INM)

Tel. 01 (55) 53872400
Lada sin costo:
01 800 00 46 264