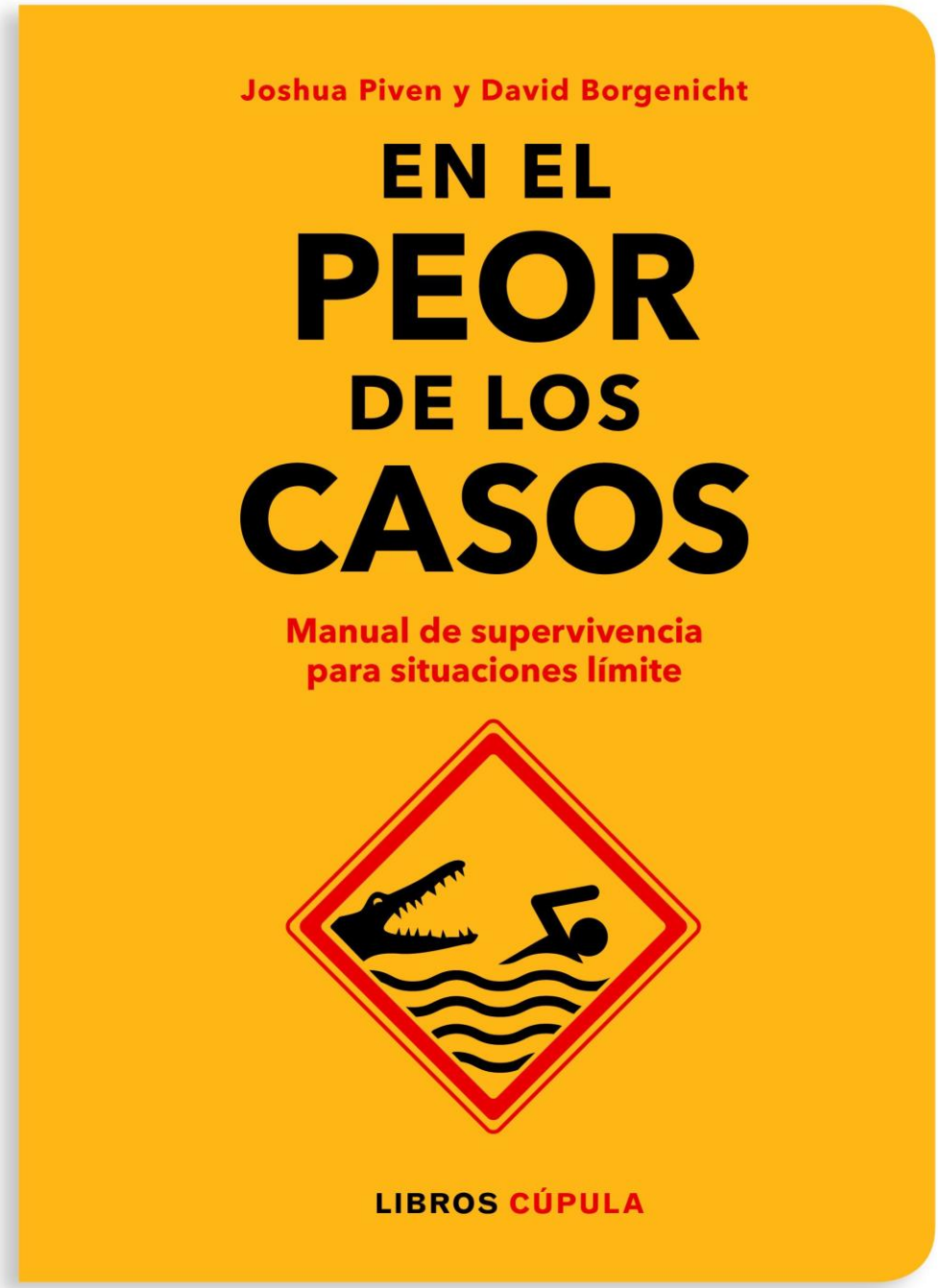
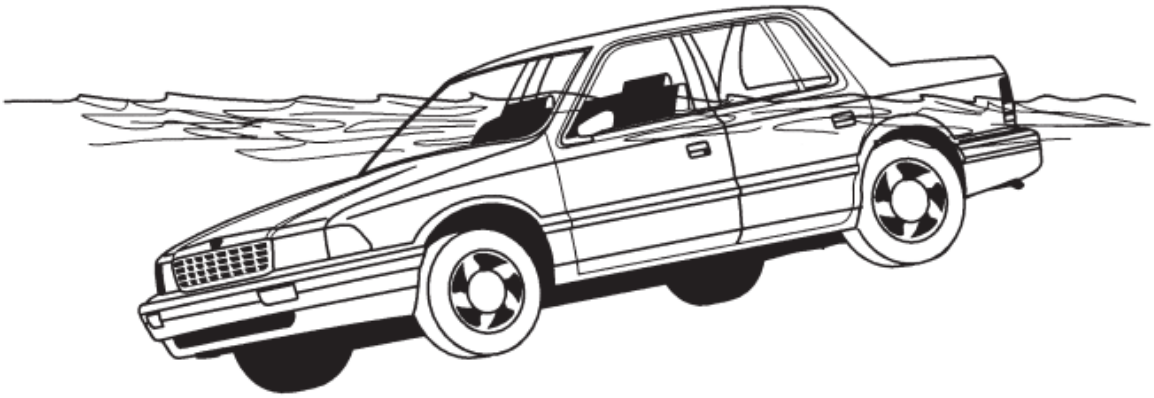
LIBROS CÚPULA



A la venta desde el 25 de febrero de 2020

LIBROS **CÚPULA**



EN EL PEOR DE LOS CASOS

David Borgenicht y Joshua Piven
con traducción de María Fresquet

Una guía indispensable para situaciones en las que podrías jugarte la vida

- **Nunca podemos saber con total certeza con qué giros nos va a sorprender la vida**, qué nos espera a la vuelta de la esquina, qué está pasando donde no logramos ver o qué se esconde debajo de la superficie que conocemos. **Nunca sabemos cuándo será necesario que realicemos un acto de valentía extrema y debamos escoger entre la vida y la muerte con nuestras propias acciones.**

- En este ***bestseller* internacional**, los autores nos ofrecen **consejos e instrucciones para salir airoso de situaciones imprevistas en las que podrías jugarte la vida**. Dentro de los peligros que aborda, se encuentran **situaciones clásicas** como arenas movedizas, ataques de tiburón o realización de una traqueotomía urgente; pero también se incluyen **amenazas del siglo XXI**: cómo eludir un dron, cómo reconocer noticias falsas o cómo escapar de un cenote, entre otras. ¡Que nada te pille por sorpresa!

INTRODUCCIÓN DE LOS AUTORES

Tenemos buenas y malas noticias. Primero las malas: **lamentamos informaros de que el mundo exterior sigue siendo peligroso**. Por mucho que nos hayamos esforzado, por muchos avances que se hayan logrado en los campos de la tecnología, la medicina y la conciencia mundial, y a pesar de los millones de lectores a los que hemos llegado durante las dos últimas décadas con nuestros libros (muchos de esos lectores aseguran que nuestros consejos les han salvado alguna vez la vida), **el peligro sigue acechando a la vuelta de la esquina. Y nunca se sabe cuándo puede presentarse una situación peligrosa. O la peor.**

Y ahora llegan las buenas noticias: **estamos aquí para ayudaros**. Queremos que sepas qué hacer cuando estas situaciones peligrosas se presenten. Queremos que sepas qué hacer si el piloto del avión se desmaya, si el tren se descarrila o si te hundes en arenas movedizas. Queremos que sepas qué hacer si te ataca un cocodrilo, te embiste un toro, o si un payaso te parece más peligroso que gracioso.

Queremos que sepas qué hacer si tu móvil empieza a arder en llamas, si se rompe un dique o si te entierran vivo. Porque **si estás preparado, podrás salvar tu vida y tus extremidades**. Pero, cuidado: estar preparado no significa que recuerdes palabra por palabra nuestros consejos. **Afortunadamente, la clave principal para la supervivencia es simple: No te dejes llevar por el pánico.**

Con ello, deseamos que, cuando llegue el momento, como habrás leído este manual de cabo a rabo, **en algún lugar escondido de tu cerebro sabrás qué tienes que hacer**, y esta regla tan básica te ayudará **a mantener la calma y a pensar con tranquilidad cuál debe ser tu siguiente movimiento.**

Para **esta edición, completamente revisada y puesta al día**, hemos consultado a **expertos en todo tipo de ámbitos**, para asegurarnos de **que los consejos seguían vigentes y actualizados con la tecnología e información más reciente**. Y lo seguiremos haciendo en nuestra página web <www. worstcasescenario.com>, donde también ofrecemos la **información de supervivencia más reciente para ayudarte a manejar de la mejor manera cualquier situación que se te presente.** Porque el mundo exterior sigue siendo peligroso, siempre estaremos aquí para ayudar.

Sea cual fuere la situación, tanto si estamos en la montaña, en un avión o conduciendo campo a través, sobrevivir significa «vivir después de la muerte de otra persona o después de un determinado suceso; vivir con escasos medios o en condiciones adversas; permanecer en el tiempo, perdurar». Al fin y al cabo, se trata de esto precisamente, de seguir existiendo, independientemente de las circunstancias.

LAS REGLAS DE LA SUPERVIVENCIA
Por *Mountain* Mel Deweese

Soy instructor de supervivencia, evasión, resistencia y fuga. He desarrollado, escrito, asistido e impartido cursos alrededor del mundo a más de cien mil estudiantes (civiles, aviadores navales y equipos de élite de la Marina). Cuento con **más de treinta años de experiencia en materia de supervivencia**, desde el Círculo Polar Ártico hasta entornos salvajes en Canadá, pasando por la selva de Filipinas y el desierto australiano. Digamos, simplemente, que a lo largo de todos estos años he aprendido algunos **trucos para mantenerme con vida en situaciones de máximo riesgo.**

Mi experiencia en el Círculo Polar Ártico fue mi aventura más extrema. El Ártico es un **entorno muy duro y despiadado**, pero aun así, **el pueblo inuit (esquimal) no solo sobrevive en él sino que vive en lo más alto del mundo. La mayoría de las cosas que necesitamos para sobrevivir en el Polo Norte debemos llevarlas encima,** puesto que este entorno ofrece poco margen para la improvisación.

Una mañana, cuando estábamos refugiados en un iglú bebiendo té para calentarnos, me di cuenta de que nuestro veterano guía inuit había bebido muchas más tazas de té que nosotros. «Debe de tener sed», pensé. Después, salimos al exterior para caminar a través del paisaje helado. Cuando alcanzamos nuestro campo base, este mismo guía subió a una pequeña loma. Nuestro guía inuit más joven nos explicó que ese era el lugar que un zorro elegiría para tener una buena panorámica de los alrededores, y que era también un buen lugar para poner una trampa. Entonces, el guía veterano sacó su trampa de acero, la colocó con una cadena en el suelo y, para mi sorpresa, ¡orinó sobre el final de la cadena!
El guía joven nos explicó: «Por eso bebió tanto té esta mañana, para anclarla bien». Efectivamente, la cadena se había congelado y anclado bien en el suelo. **Lección: recursos e improvisación equivalen a supervivencia.**

CÓMO SOBREVIVIR A UNA EMERGENCIA DURANTE UN VUELO

1. Asegúrate de que todos los objetos que estén sueltos queden bien sujetos.
Una turbulencia puede llegar sin previo aviso, provocando que todo lo que no esté bien sujeto vuele por toda la cabina. Guarda en una bolsa todos los objetos que no estés usando (sobre todo, los más pesados, como libros o aparatos electrónicos), y coloca la bolsa debajo del asiento de delante o en el compartimento de arriba. Los objetos más pequeños puedes guardarlos en el bolsillo de la butaca. No dejes objetos potencialmente peligrosos (como latas de refresco sin abrir, por ejemplo) encima de la mesita plegable.

2. Abróchate el cinturón.
El cinturón tiene que estar lo más apretado posible, sin que llegue a resultar incómodo. En caso de extremas turbulencias, el avión puede sufrir caídas bruscas, y los pasajeros que no lleven el cinturón abrochado podrían golpearse la cabeza con el compartimento de arriba, o con el techo del avión, y resultar gravemente heridos.

3. Pliega la mesita de delante
Asegúrate de que queda bien cerrada.

4. Protégete la cabeza.
Una vez que estés bien sujeto en tu asiento, protege tu cabeza de posibles proyectiles. Coloca un cojín, una chaqueta gruesa o una manta por encima de la cabeza. Si es posible, usa un cojín hinchable para el cuello para protegerlo. No uses nada duro ni pesado, pues podría convertirse en un proyectil.

5. Colócate en la posición de impacto.
Agáchate y pon la cabeza tan cerca como sea posible de tu regazo hasta que se recupere la estabilidad.

6. Mantente alerta para recoger la mascarilla de oxígeno cuando salte.
Las mascarillas de oxígeno están diseñadas para caer cuando se produzcan cambios de presión en la cabina del avión, pero también podrían hacerlo en caso de turbulencias. No te dejes llevar por el pánico si esto sucede. No la uses a no ser que te lo indique la tripulación del avión.

7. Prepárate para las caídas.
Las turbulencias ligeras y moderadas pueden provocar caídas en el avión de varios metros; las turbulencias más severas pueden provocar que el avión caiga treinta metros, o más. Normalmente, el piloto tratará de esquivar el aire de las turbulencias con la información que le proporcione el avión que le preceda y variando su altitud.

8. Respira dentro de una bolsa.
Si empiezas a hiperventilar, coge la bolsa para las náuseas, ciérrala por arriba y acércala a tu boca. Inhala y exhala lentamente por tu boca, dentro de la bolsa. Este procedimiento incrementa el nivel de dióxido de carbono en la sangre, que habrá disminuido con la hiperventilación. Sin embargo, ten en cuenta que esta solución podría ser peligrosa si la hiperventilación está causada por un problema médico como un ataque al corazón o asma, y no ansiedad.

9. Habla.
En la mayoría de los casos, hablar con otro pasajero ayuda a controlar mejor la respiración.

CÓMO SOBREVIVIR A UN GOLPE DE CALOR

1. Interrumpe todo lo que estés haciendo.
Siéntate a la sombra o en algún lugar fresco y descansa. Al sentarte también disminuirás las probabilidades de hacerte daño si te desmayas.

2. Quítate cualquier prenda apretada.
Así incrementarás la circulación y se favorecerá el enfriamiento.

3. Enfría tu cuerpo.
La forma más rápida de bajar la temperatura corporal es sumergirte en agua fría

4. Abanícate.
Abanícate o pide a alguien que lo haga, usando una revista, un libro, un mapa, un sombrero o ropa. Ello hará que tu piel se refresque al incrementar la velocidad de evaporación.

5. Rehidrátate despacio.
Toma pequeños sorbos de agua; no bebas de golpe. Si es posible, restituye los minerales comiendo un plátano o tomando bebidas deportivas, también llamadas isotónicas.

6 Orina.
Esto indicará que los riñones han recuperado su actividad normal. Sigue con el tratamiento y, cuando puedas, ve a un lugar con aire acondicionado.

CÓMO EVITAR EL ATAQUE DE UN TIBURÓN

- **Muévete en grupo siempre.**

Los tiburones suelen atacar individualmente.

- **No nades muy lejos de la orilla.**

Si te alejas demasiado, quedas aislado y creas un peligro añadido de encontrarte demasiado lejos de la ayuda.

- **Evita bañarte durante la noche o a la hora del crepúsculo.**

Durante las horas de baja luz es cuando los tiburones están más activos y cuentan con mayor ventaja sensorial.

- **No te bañes si tienes una herida abierta que sangra o si tienes la menstruación.**

Los tiburones se sienten atraídos por la sangre y su sentido del olfato es muy fino.

- **No te bañes con joyas o bisutería brillantes.**

La luz reflectante se parece al brillo de las escamas de los peces.

- **Evita las aguas residuales y en las que se practica deporte o se comercia con pescado, especialmente si hay signos de que haya cebos a base de pescado o cualquier actividad alimenticia.**

Un buen indicio para detectar estas zonas son las aves marinas zambulléndose en el agua.

- **Ten especial precaución cuando el agua esté turbia.**

Evita exponer marcas de bronceado desiguales o ropa muy colorida, pues los tiburones se fijan particularmente en el contraste.

- **Si un tiburón se acerca a ti, seguramente es porque siente curiosidad, más que por tener una intención depredadora.**

Seguramente pasará de largo nadando y te dejará en paz. Si te encuentras debajo de la superficie del agua, y tienes la suerte de ver a un tiburón a punto de atacar, tendrás la oportunidad de defenderte si el tiburón no es muy grande.

- **Un buceador debe evitar permanecer estirado en la superficie.**

A un tiburón le parecerá una presa potencial y, además, el buceador no podrá ver aproximarse al tiburón.

- **Aunque el ataque de un tiburón es un peligro potencial para cualquiera que frecuente el mar, hay que ponerlo en perspectiva.**

Abejas, avispas y serpientes son las responsables de muchas más muertes al año que los tiburones y, en países como Estados Unidos, el riesgo de muerte por un relámpago es treinta veces superior al de un ataque de tiburón

CONSEJO PROFESIONAL

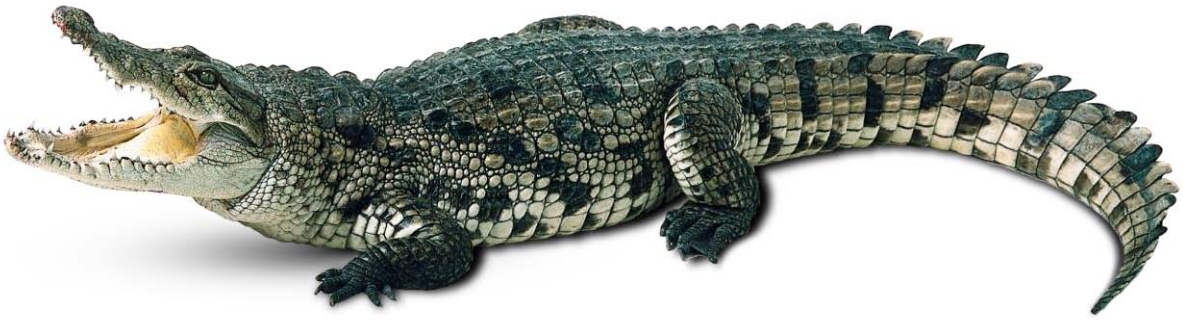
La mayoría de los ataques de tiburón ocurren en las zonas costeras, normalmente en la orilla de un banco de arena o entre dos bancos de arena donde los tiburones acuden a alimentarse y pueden quedar atrapados si hay
marea baja.

Los tiburones también suelen atacar en zonas con escaleras que dan al agua. Se congregan en estas áreas porque ahí suele hacerlo también su presa natural. Quienes corren más riesgo de ser atacados por un tiburón son los surfistas y los pescadores que usan arpón. Los surfistas se aventuran por zonas de aguas profundas y los pescadores con arpón suelen pescar en las mismas áreas donde los tiburones cazan.

Casi cualquier tiburón grande, de dos metros o más de largo, es una amenaza potencial para el hombre. Pero hay tres especies en particular que atacan repetidamente a la especie humana: el tiburón blanco *(Carcharodon carcharias)*, el tiburón tigre *(Galeocerdo cuvier)* y el tiburón toro *(Carcharhinus leucas)*. Los miembros de estas especies son cosmopolitas, crecen mucho y su dieta habitual suele estar compuesta por presas grandes, como los mamíferos marinos, las tortugas de mar y los peces.

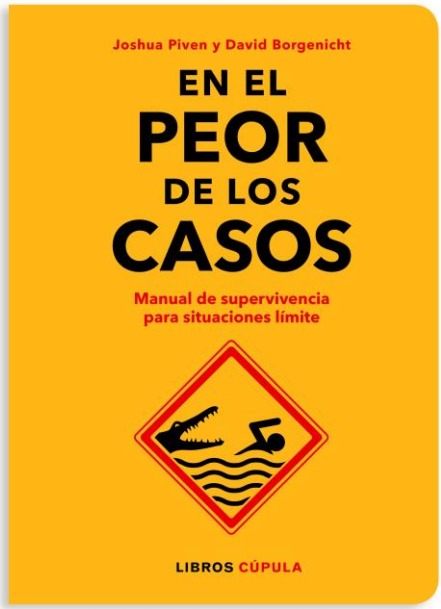
ÍNDICE DE CONTENIDOS DEL LIBRO

- **Prólogo: Las reglas de la supervivencia**
- **Prefacio**
- **Capítulo 1. Evasiones y entradas geniales**
- **Capítulo 2. Dientes y garras**
- **Capítulo 3. La mejor defensa**
- **Capítulo 4. Saltos al vacío**
- **Capítulo 5. Problemas técnicos**
- **Capítulo 6. Condiciones críticas**
- **Capítulo 7. Aventuras de supervivencia**
- **Los expertos**
- **Sobre los autores**



LIBROS CÚPULA

EN EL PEOR DE LOS CASOS
JOSHUA PIVEN y DAVID BORGENICHT
Con traducción de MARÍA FRESQUET
Libros Cúpula, 2020
12,7 x 17,7 cm.
328 páginas
Rústica sin solapas
PVP c/IVA: 18,95 €
A la venta desde el 25 de febrero de 2020



Para más información a prensa:
Lola Escudero. Directora de Comunicación Libros Cúpula
Tel: 91 423 37 11 - 680 235 335
lescudero@planeta.es