

CÓMO SOBREVIVIR
A UN
APOCALIPSIS ZOMBI
CON
EXPC SEROS



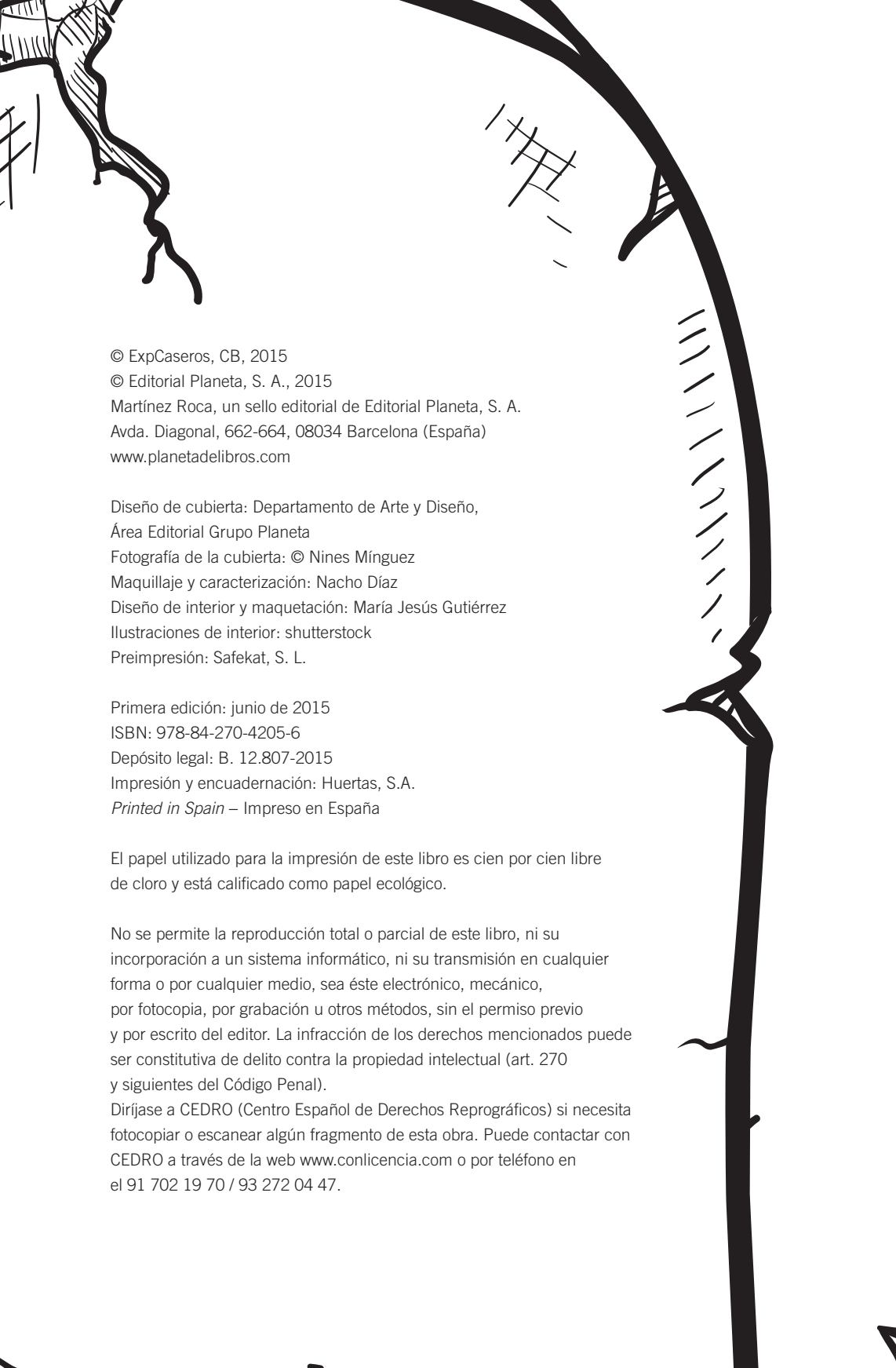
NATALIA y MAYDEN



CÓMO SOBREVIVIR
A UN
APOCALIPSIS ZOMBI
CON
EXPCEROS

NATALIA y MAYDEN

m̄r



© ExpCaseros, CB, 2015

© Editorial Planeta, S. A., 2015

Martínez Roca, un sello editorial de Editorial Planeta, S. A.

Avda. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

www.planetadelibros.com

Diseño de cubierta: Departamento de Arte y Diseño,
Área Editorial Grupo Planeta

Fotografía de la cubierta: © Nines Mínguez

Maquillaje y caracterización: Nacho Díaz

Diseño de interior y maquetación: María Jesús Gutiérrez

Ilustraciones de interior: shutterstock

Preimpresión: Safekat, S. L.

Primera edición: junio de 2015

ISBN: 978-84-270-4205-6

Depósito legal: B. 12.807-2015

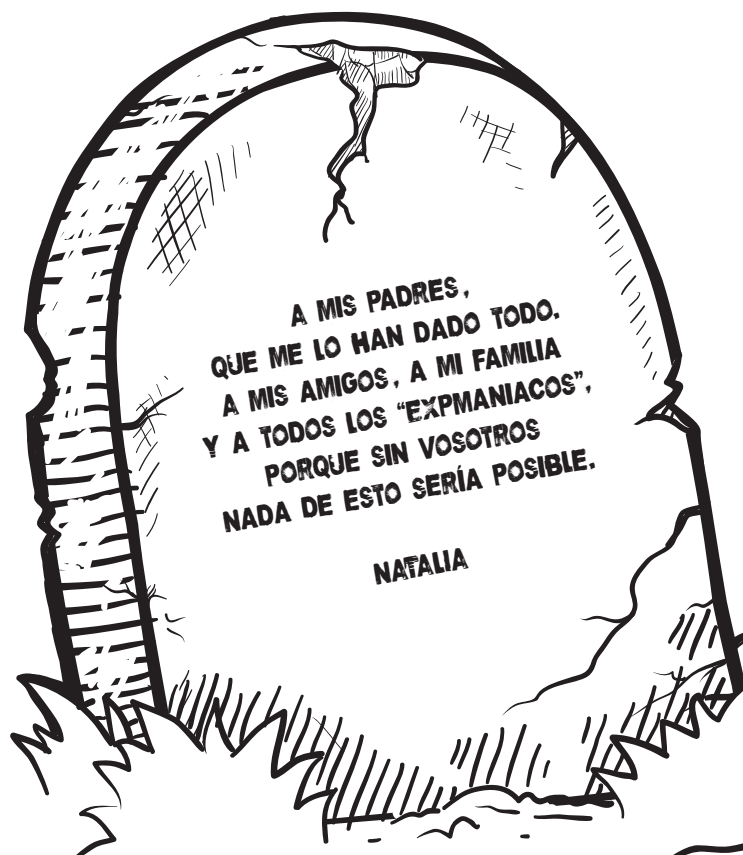
Impresión y encuadernación: Huertas, S.A.

Printed in Spain – Impreso en España

El papel utilizado para la impresión de este libro es cien por cien libre de cloro y está calificado como papel ecológico.

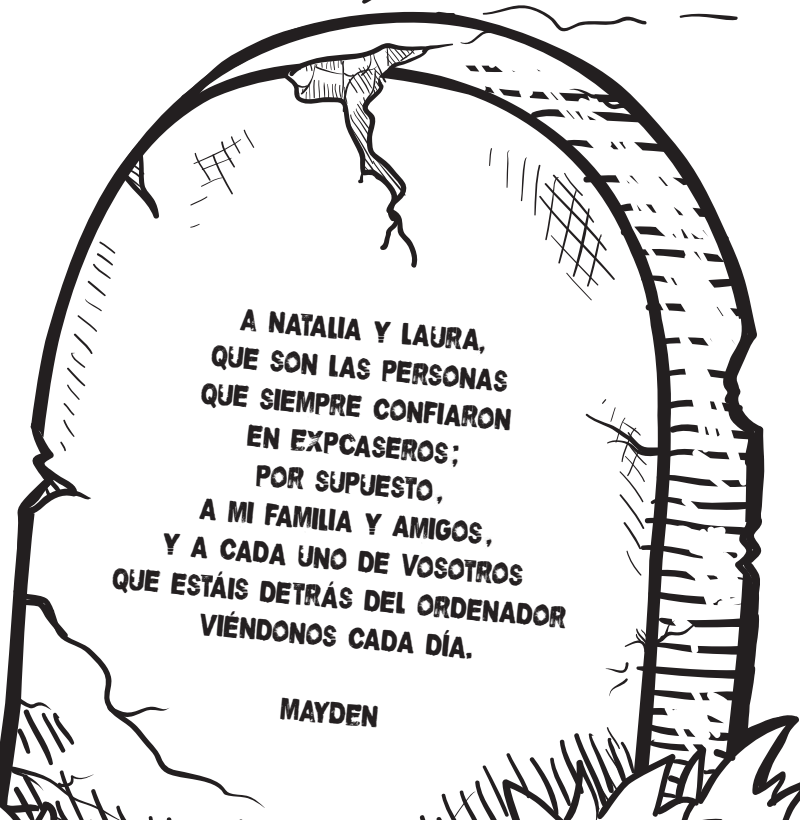
No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (art. 270 y siguientes del Código Penal).

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.



**A MIS PADRES,
QUE ME LO HAN DADO TODO.
A MIS AMIGOS, A MI FAMILIA
Y A TODOS LOS "EXPMANIACOS",
PORQUE SIN VOSOTROS
NADA DE ESTO SERÍA POSIBLE.**

NATALIA



**A NATALIA Y LAURA,
QUE SON LAS PERSONAS
QUE SIEMPRE CONFIARON
EN EXPCASEROS;
POR SUPUESTO,
A MI FAMILIA Y AMIGOS,
Y A CADA UNO DE VOSOTROS
QUE ESTÁIS DETRÁS DEL ORDENADOR
VIÉNDONOS CADA DÍA.**

MAYDEN



«VIVE COMO SI FUERAS
A MORIR MAÑANA.
APRENDE COMO SI FUERAS
A VIVIR SIEMPRE.»

GANDHI

ÍNDICE

PRIMEROS
PASOS
PÁG. 12

CONTINÚA
UN DÍA MÁS
PÁG. 39

ASIENTATE
Y MIRA POR
EL FUTURO
PÁG. 110

SÉ FELIZ
PÁG. 154

EL
APOCALEXTRA
PÁG. 174

TE DESPIERTAS Y NO HAY NADIE A TU ALREDEDOR.

SILENCIO ABSOLUTO.

MIRAS POR LA VENTANA Y EN LA CALLE NO HAY
NI UN ALMA.

¿QUÉ ESTÁ PASANDO?

DECIDES SALIR A AVERIGUARLO, PERO LA PUERTA DE TU
HABITACIÓN ESTÁ BLOQUEADA.

¡PUM!

ALGUIEN (O ALGO) EMPIEZA A GOLPEAR LA PUERTA.
PREGUNTAS, PERO NADIE CONTESTA.
SOLO ESCUCHAS UNA ESPECIE DE GRUÑIDOS.

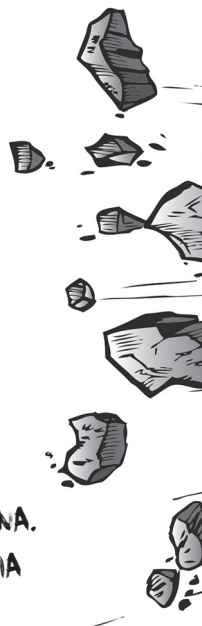
**¿QUÉ HAY
AL OTRO LADO?**

SOLO TE QUEDA LA OPCIÓN DE ESCAPAR POR LA VENTANA.
ASÍ QUE ANUDAS TUS SÁBANAS AL CABECERO DE LA CAMA
Y BAJAS CON CUIDADO. DE REPENTE TE DAS CUENTA.
LO QUE HABÍA EN TU CASA NO ERAN PERSONAS.
NI ANIMALES...

...¡ERAN ZOMBIS!

ESTÁS TÚ SOLO. EL APOCALIPSIS ZOMBI, QUE TANTO
PREGONABAN AQUELLOS LOCOS, HA LLEGADO.
Y AHORA.

¿QUÉ HACES?





ANTES DE QUE TE QUEDES EN SHOCK, TE VAMOS
A ENSEÑAR LOS PRIMEROS PASOS QUE DEBES SEGUIR
PARA SOBREVIVIR EN ESTE PARTICULAR ESCENARIO
(E INCLUSO PASÁRTELO BIEN).



LO PRIMERO ES LO PRIMERO:
AGUA, COMIDA, REFUGIO, INDUMENTARIA,
Y UNOS CONSEJILLOS PARA DESRISTAR A LOS
SIMPRÁTICOS ZOMBIS QUE TE VAYAS ENCONTRANDO.

Y DE REGALO, UN KIT MÉDICO BÁSICO.

PRIMEROS PASOS

CÓMO CONSEGUIR AGUA PÁG. 14

QUÉ COMIDA COGER PÁG. 26

DÓNDE REFUGIARTE PÁG. 30

INDUMENTARIA BÁSICA PÁG. 36

CÓMO MOVERSE ENTRE ZOMBIS PÁG. 42

MINI BONUS. DEFENDERSE DE LOS

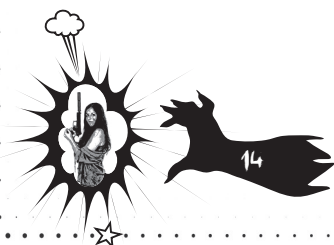
MOSQUITOS PÁG. 50

BONUS. KIT MÉDICO BÁSICO PÁG. 54

CÓMO CONSEGUIR AGUA

AUNQUE PAREZCA
INCREÍBLE, APROXIMADAMENTE
UN 70% DE NUESTRO PESO CORPORAL
LO COMPONE ESTE LÍQUIDO.
SIN ÉL, NO DURAREMOS
MÁS DE UNA SEMANA.

ANTES QUE NADA, PILLA TODAS LAS **GARRAFAS**
DE AGUA QUE TENGAS POR CASA. SÍ, SABEMOS QUE
SON POCAS, PERO AL MENOS TE DARÁN UN MARGEN
DE TIEMPO PARA ENCONTRAR OTRA FUENTE. SI NO
PUEDES CON TODAS SIEMPRE PUEDES HACERTE CON
UN CARRITO DE LA COMPRA PARA TRANSPORTARLAS.
... PERO A LA LARGA NO ES MUY PRÁCTICO.



SI ENCUENTRAS AGUA, PERO NO TE FÍAS MUCHO
DE SU PUREZA (ALGO NORMAL EN PLENO APOCALIPSIS ZOMBI)
HAY ALGUNAS FORMAS DE CONSEGUIR QUE SEA,
AL MENOS, **"BEBIBLE"**.

UNA DE ELLAS ES METER EL AGUA EN UNA
BOTELLA GRANDE DE PLÁSTICO (DE ESAS QUE PONE PET*)
EN LA PARTE DE ABAJO), CERRARLA BIEN Y DEJARLA
AL SOL DURANTE UNAS 6 HORAS.

SI PASADO ESE TIEMPO
AÚN NO TE HAS MUERTO DE SED,
PODRÁS BEBÉRTELA
SIN PROBLEMAS.



¿POR QUÉ?

SE HA DEMOSTRADO QUE LA
RADIACIÓN ULTRAVIOLETA QUE
DESRENDE EL SOL AYUDA A
DESINFECTAR EL AGUA CONTAMINADA.
ESTE PROCESO, POR SI TE INTERESA,
SE LLAMA "DESINFECCIÓN
SOLAR".

* PET SON LAS SIGLAS DE "POLIETILENO TEREFALATO",
LO QUE EN CRISTIANO SIGNIFICA QUE ESTÁ HECHA DE
UN MATERIAL QUE NO INTERFIERE EN LA TRAYECTORIA
DE LA LONGITUD DE ONDA DE LA LUZ. QUE DEJA
PASAR LOS RAYOS DEL SOL PERFECTAMENTE, VAMOS.



PUEDO QUE EL ÚNICO AGUA QUE ENCUENTRES ESTÉ MÁS
NEGRA QUE EL SOBACO DE UN GRILLO. POR MUCHO QUE
LA DEJES AL SOL, TODA ESA SUCIEDAD NO SE VA A IR
POR ARTE DE MAGIA:

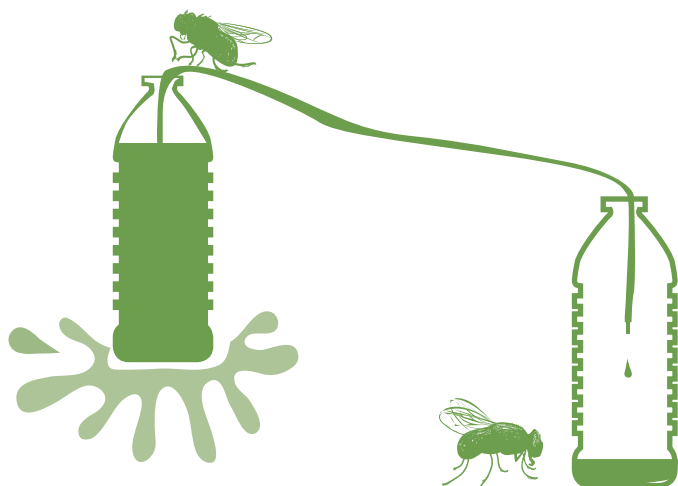
NECESITAS FILTRARLA.

COGE ALGÚN **TROZO DE CUERDA** QUE TENGAS A MANO (O
LOS PROPIOS CORDONES DE TUS ZAPATILLAS) Y COLOCA
UN EXTREMO DENTRO DE UNA BOTELLA LLENA DE ESA
DESAGRADABLE AGUA.

SI PONES EL OTRO EXTREMO EN OTRA BOTELLA VACÍA Y
PROCURAS QUE ESTÉ A UN NIVEL MÁS BAJO, EL AGUA
EMPEZARÁ LENTAMENTE A TRASPASARSE; ESO SÍ, SIN
TODAS ESAS PARTÍCULAS DE BARRO.

MÁS INFO SOBRE
CÓMO FILTRAR AGUA CON UNA CUERDA
EN ESTE VÍDEO DE EXPCASEROS.





**ESTE PROCESO PUEDE DURAR
MINUTOS, HORAS E INCLUSO DÍAS,
ASÍ QUE NECESITARÁS MUCHA
PACIENCIA.**

**PUEDES APROVECHAR PARA
MEDITAR SOBRE LA VIDA O
ENTRETENERTE OBSERVANDO
A LAS MOSCAS
(SEGURO QUE TRAMAN ALGO).**



**SI TE CORRE UN POCO MÁS DE PRISA (TAL VEZ ESTÉS A
PUNTO DE MORIR POR DESHIDRATACIÓN, NO SÉ) PASA A
LA SIGUIENTE PÁGINA Y TE ENSEÑAMOS UN MÉTODO MÁS
RÁPIDO.**

