

Medidas de Seguridad
para afrontar un terremoto.

¿QUÉ HACER EN CASO DE TERREMOTO?

ANTES DEL TERREMOTO:

- En primer lugar, por si acontece el terremoto, plantéese como reaccionarían usted y su familia; revise detalladamente los posibles riesgos que puedan existir en su hogar, en casa de amigos, en el trabajo, etc.
- Conozca las vías de escape del edificio en que está y las vías de evacuación de la zona si está cerca del mar. **NO EXISTE MEJOR MEDIDA PREVENTIVA QUE EL ENSAYO PREVIO DE LAS ACCIONES A SEGUIR DURANTE UN SISMO**
- En relación a la estructura del edificio, revise, controle y refuerce el estado de aquellas partes de las edificaciones que primero se pueden desprender, como chimeneas, aleros o balcones, así como de las instalaciones que puedan romperse (tendido eléctrico, conducciones de agua, gas y saneamientos). Los llamados "cielos falsos" pueden provocar heridas al caer u obstaculizar la evacuación. Evítelos o manténgalos fijos para evitar su desprendimiento.
- Enseñe a sus familiares como cortar el suministro eléctrico, de agua y gas.
- Mantenga al día la vacunación de todos los miembros de su familia.
- Aseguren al suelo o paredes las conducciones y bombas del gas, los objetos de gran tamaño y peso, estanterías, etc., y fije los cuadros a la menor altura posible. Almacene siempre los objetos pesados o frágiles a la menor altura posible y lejos de camas, estaciones de trabajo o lugares desde donde puedan caer sobre las personas.
- Tenga un especial cuidado con la ubicación de productos tóxicos o inflamables, a fin de evitar fugas o derrames.
- Tenga a mano una linterna y un transistor (radio a pilas), así como pilas de repuesto para ambos, mantas, y cascos o gorros acolchados, para cubrirse la cabeza y un par de zapatos gruesos por si tiene que pisar sobre escombros, vidrios, agua o estar a la intemperie. Asigne siempre un lugar para sus documentos personales importantes, teléfono celular y llaves para no perder tiempo buscándolos en caso de emergencia.
- - Almacene agua en recipientes de plástico y alimentos no perecibles para varios días, renovándolos periódicamente.

DURANTE EL TERREMOTO:

- La primera y primordial recomendación es la de mantener la calma y extenderla a los demás.
- Manténgase alejado de ventanas, cristaleras, cuadros, chimeneas y objetos que puedan caerse.
- En caso de peligro, protéjase en posición fetal al lado de algún mueble sólido, como mesas, escritorios o camas; cualquier protección es mejor que ninguna. Ver: Triángulo de la vida
- Si está en un gran edificio no se precipite hacia las salidas, ya que las escaleras pueden estar congestionadas de gente o haber sufrido daño estructural. Si está en un piso alto, espere a que el sismo acabe para bajar, premunido de una linterna (seguramente estará oscuro por el polvo o el corte de la energía eléctrica), inspeccionando cuidadosamente el estado de las vías de escape, tanto en su estructura como en la presencia de fugas de fluidos. Lleve consigo una toalla húmeda por si el aire está irrespirable.
- No utilice los ascensores; la fuerza motriz puede interrumpirse y usted puede quedar atrapado o caer.
- Si está en el exterior, manténgase alejado de los edificios altos, postes de energía eléctrica y otros objetos que le puedan caer encima. Diríjase a un lugar abierto.
- Si va conduciendo, pare y permanezca dentro del vehículo, teniendo la precaución de alejarse de puentes, postes eléctricos, edificios dañados o zonas de desprendimientos. Muchos conductores no se percatan del sismo mientras conducen y creen haber sufrido la rotura de sus neumáticos.

DESPUÉS DEL TERREMOTO:

- No trate de mover indebidamente a los heridos con fracturas, a no ser que haya peligro de incendio, inundación, etc.
- Si hay pérdidas de agua o gas, cierre las llaves de paso y comuníquelo a la compañía correspondiente. No encienda fósforos, mecheros o artefactos de llama abierta, en previsión de que pueda haber escapes de gas.
- Limpie urgentemente el derrame de medicinas, pinturas y otros materiales peligrosos.
- No ande por donde haya vidrios rotos, cables de luz, ni toque objetos metálicos que estén en contacto con los cables.
- No beba agua de recipientes abiertos sin haberla examinado y pasado por coladores o filtros correspondientes.
- No utilice el teléfono indebidamente, ya que se bloquearán las líneas y no será posible su uso para casos realmente urgentes. Los teléfonos celulares también pueden colapsar. Prefiera enviar mensajes de texto o conversaciones cortas y concisas.
- No ande ni circule por los caminos y carreteras paralelas a la playa, ya que después de un terremoto puede producirse un TSUNAMI. Si el sismo es suficientemente intenso como para dificultarle caminar y usted está cerca del océano, diríjase de inmediato a lugares altos (más de 50 metros sobre el nivel del mar son generalmente seguros)
- Infunda la más absoluta confianza y calma a todas cuantas personas tenga a su alrededor.
- Responda a las llamadas de ayuda de la policía, bomberos, Protección Civil, etc.

Recuerde:

- Las emisoras de radio y televisión le facilitarán información del Instituto Meteorológico y de Protección Civil. Présteles atención.
- No propague rumores o informaciones exageradas sobre la situación.