

6₂ RECOMENDACIONES DURANTE UN TERREMOTO

① Si en el momento de ocurrir el terremoto se *está en el interior* de un edificio, lo más importante es:

- Permanecer dentro.** No intentar salir al exterior. La mayoría de los accidentes se producen por caída de objetos al intentar escapar.
- Colocarse debajo de un mueble resistente o junto a un muro de carga, lejos de cristales, espejos o muebles que puedan caerse.
- Si hay que evacuar, **bajar por las escaleras,** no utilizar el ascensor.

② Si en el momento de ocurrir el terremoto se *está en el exterior*, conviene:

- Desplazarse con tranquilidad pero sin perder tiempo a espacios abiertos, lejos de edificios, semáforos, farolas, árboles, puentes, tendidos eléctricos.
- Cuando alcance un lugar seguros, **permanecer allí** hasta que cese el temblor.

③ Si en el momento de ocurrir el terremoto *va en coche*, conviene:

- Si se está en un lugar seguro,** parar inmediatamente y permanecer dentro del vehículo.
- Si no se está en un lugar seguro** desplazarse a espacios abiertos, lejos de edificios, semáforos, farolas, arboles...

- ❑ Cuando finalice el temblor, conducir con precaución, evitando túneles o puentes que pueden haber sido dañados por el mismo.

6₃ RECOMENDACIONES INMEDIATAMENTE DESPUÉS DE UN TERREMOTO

1 MANTENER LA CALMA

2 **Cerrar las llaves del gas, luz y agua.** El terremoto puede producir roturas en los conductos. **No encender** cerillas o fuego por las posibles fugas de gas.

3 **Comprobar el estado en el que ha quedado la vivienda.** Si hay algún pequeño incendio, apagarlo inmediatamente. Si es grande, seguir las normas contra incendios.

4 **Ayudar a las personas heridas,** siguiendo las normas de los primeros auxilios. Si existe heridos muy graves, pedir ayuda a los servicios sanitarios.

5 **Usar el teléfono sólo en caso de llamadas de emergencia,** para evitar que las líneas se colapsen y así favorecer que los servicios de emergencia puedan atender las llamadas urgentes.

6 **Encender el transistor y seguir los consejos de las Autoridades.** Las **Autoridades** informarán de todo aquello que sea importante para usted y los suyos. **No haga caso de los bulos,** producen confusión y pueden favorecer el que la población tenga comportamientos peligrosos para si mismos y los demás.

⑦ Cuando abra los armarios hágalo cuidadosamente, podrían caer sobre usted los productos almacenados.

⑧ **Debe abandonar la vivienda si:**

- Detecta** olor a gas, humo o cualquier producto químico.
- El edificio está **dañado**.

⑨ **Permanecer fuera** de los edificios dañados. **Retornar a la vivienda sólo** cuando las **Autoridades** digan que es seguro volver.

⑩ **Ayudar a los vecinos que requieran especial atención:** ancianos, discapacitados...

⑪ El comportamiento de los animales de compañía se puede volver agresivo o defensivo. Si por motivos de la catástrofe hay que alojarse en un albergue, no está permitida su entrada, por lo tanto hay que dejarles una ración de reserva de comida y agua para tres días.

6.4 RECOMENDACIONES DESPUÉS DE UN TERREMOTO

① Pueden producirse **réplicas** (pequeños terremotos posteriores a uno mayor), que pueden causar destrozos adicionales, por lo que debe mantenerse alejado de los edificios dañados.

② **Seguir las instrucciones que las Autoridades den por radio o televisión.**

- ③ **Si colabora** en las operaciones de rescate y salvamento, siga las instrucciones de **Protección Civil**, su ayuda será más eficaz.

- ④ **No curiosar ni deambular** por las zonas afectadas. Es peligroso y puede entorpecer las tareas de rescate.

- ⑤ **Tener cuidado con** las líneas de alta tensión caídas y con los objetos en contacto.

- ⑥ La conducción en un área muy afectada puede ser muy peligrosa, debido a los obstáculos que puede encontrar en la carretera. Tener en cuenta que si se produce una huida masiva de la zona, esto puede provocar muchos accidentes e impediría la ayuda exterior.

- ⑦ No hacer uso de los servicios hasta comprobar que la red de alcantarillado está en condiciones. **Beber agua embotellada o hervida.**

- ⑧ Calzar botas o zapatos resistentes para protegerse de cristales y objetos punzantes.

- ⑨ Si el epicentro del terremoto es marino, aléjese de la costa, puede haberse generado un **maremoto**.

65 RECOMENDACIONES PARA CENTROS ESCOLARES

① Es muy importante, como ya hemos dicho anteriormente, **elaborar un plan de emergencia para el riesgo sísmico**. Este deberá tener en cuenta las recomendaciones anteriormente citadas, que mejorarán la seguridad del edificio. Debe contener también un **plan de evacuación**. Es posible que las rutas de evacuación para una emergencia sísmica, sean diferentes a las rutas de evacuación para otros riesgos.

② Sería recomendable que uno o varios profesores tengan conocimiento de primeros auxilios e incluso de salvamento y rescate, para realizar una rápida intervención a la espera de la llegada de los servicios profesionales de emergencia. Dependiendo de la intensidad del terremoto los servicios de emergencia pueden estar desbordados, y por lo tanto tardar más de lo normal en llegar.

③ Es conveniente que en el plan de emergencia se prevean unos distintivos especiales para que, tanto niños como adultos, puedan identificar fácilmente a aquellos profesores o personas con tareas especiales. **Por ejemplo:** un brazalete rojo será llevado por los profesores o personas encargadas de realizar los primeros auxilios, etc.

