

SEXTO PASO: Evaluar la efectividad de los simulacros de terremoto con los alumnos en el salón de clase.

Use la siguiente lista para evaluar los progresos alcanzados con los alumnos (y usted mismo) en la toma de acciones de seguridad al presentarse un terremoto.

- ¿Se encuentran familiarizados usted y sus alumnos con los diferentes tipos de acciones que se deben tomar en caso de terremoto?
- ¿Han demostrado los alumnos su habilidad de tomar acciones inmediatas y adecuadas?
- ¿Se protegen también ustedes con los alumnos?
- ¿Hay suficiente espacio para que todos los alumnos se protejan debajo de mesas y escritorios?
- ¿Todos los alumnos han demostrado su capacidad para protegerse en caso de no hallar un refugio a mano?
- ¿Se encuentran preparados tanto usted como sus alumnos para mantenerse en posición de "a salvo" por 60 segundos por lo menos?
- ¿Encomienda a sus alumnos a mantenerse en silencio durante los simulacros?
- Durante un terremoto real, ¿Podría usted mantenerse en relativa calma e inspirar seguridad a sus alumnos?
- Durante un terremoto real, ¿Podría pensar calmadamente para decidir qué acciones tomar luego que termine el terremoto?
- ¿Se evacúa a los alumnos del salón de clase a un lugar seguro de área abierta luego del simulacro de terremoto?
- ¿Saben sus alumnos qué hacer en caso de encontrarse en los pasadizos o escaleras durante un terremoto?

- ¿Se acuerda de llevar consigo la lista de alumnos durante los simulacros de terremoto, luego de realizar una práctica de evacuación?
- ¿Se les ha dado amplia oportunidad a los alumnos para que discutan sus temores y preocupaciones sobre los terremotos?
- ¿Se ha enseñado a los alumnos cómo ayudarse unos a otros?
- ¿Se encarga de que estas prácticas sean una buena razón para discutir si se encuentran preparados en el hogar?

PELICULAS Y LIBROS SOBRE TERREMOTOS

Los siguientes libros y películas son recomendados por el personal del Proyecto de Educación en Caso de Terremoto, del Centro de Informaciones sobre Terremotos de Tennessee, de la Universidad Estatal de Memphis.

PELICULAS						
Título Fuente	Descripción	Duración minutos	Gratis	Evaluación	Precio	Mínimo Grado Instrucción
	Trata sobre el sistema de predicción de terremotos en el Japón a través de la experiencia de un pueblo (Matu shiro), en una zona de terremotos.	27	Si	Muy buena	\$ 435	Secundaria
	El actor John Ritter hace el papel de un hombre desesperado durante un terremoto que luego reacciona y aprende a tomar medidas adecuadas.	11	Si	Muy buena	\$ 225	Primaria
	Explica que son los terremotos y normue ocurren. Presenta los diferentes tipos de ondas sísmicas, cómo se registran y de qué manera afectan la tierra.	22	Si	Muy buena	\$ 430	Secundaria
	Explica la teoría de las placas tectónicas.	58	Alquiler	Muy buena	\$ 635	Secundaria
					(2 cintas) \$ 20.75	

Título	Fuente	Descripción	Duración minutos	Gratis	Evaluación	Precio	Mínimo Grado Instrucción
		Explica los diferentes métodos que se usan en las investigaciones sobre predicción de terremotos; también presenta el comportamiento inusual de los animales antes de los terremotos. Se combina animación, tomas fijas con viva actividad.	16	Si	Buena	\$ 350	Primaria.

ACTIVIDADES PARA QUE EL ALUMNO SE LLEVE A CASA

- Búsqueda de peligros en la casa
- Simulacro de terremoto con la familia
- Lista de revisión de seguridad en caso de terremoto

BUSQUEDA DE PELIGROS EN LA CASA

Cualquier cosa que se pueda caer, mover o romper cuando la casa empieza a temblar, es un peligro en el hogar en caso de presentarse un terremoto.

Las causas más comunes de daños durante un terremoto son los objetos y escombros al caerse. Usted y su familia pueden reducir los riesgos de resultar heridos en su hogar, reduciendo los peligros que se presenten. Una búsqueda de peligros en el hogar le ayudará a identificar los peligros potenciales que pueden reducirse o eliminarse con poco esfuerzo y poco o ningún gasto.

Todos los miembros de la familia deben participar en la búsqueda. Previsión y sentido común es todo lo que se necesita cuando uno va de habitación en habitación imaginándose qué pasaría cuando la tierra y la casa empezaran a temblar.

1. Imagínese lo que pasaría al empezar a temblar su casa.

ligeros en su lugar. La solución más fácil es retirar todos los objetos pesados de los estantes que estén más alto que el miembro más pequeño de la familia.

- ¿Tiene plantas colgantes o luces colgantes? ¿Cómo están aseguradas? ¿Podrían balancearse y romper algún vidrio? ¿Pueden salirse de sus ganchos?

Como precaución mínima traslade las plantas colgantes de macetas de barro a macetas de plástico que son menos pesadas y use ganchos seguros en todo objeto colgante.

- ¿Dónde se sienta o duerme? ¿Se encuentra algún cuadro grande o estante de libros sobre su cama? Haga algunos pequeños cambios para asegurarse un sueño placentero y un despertar seguro.
 - ¿Qué tipo de seguros usa en los estantes de su cocina? Considere el reemplazar los de tipo magnético por seguros que se mantengan cerrados al ocurrir el terremoto.
 - ¿Se encuentran botellas de vidrio dentro de su botiquín o alrededor o al lado de su tina de baño? Reemplácelas por botellas de plástico o sitúelas en un lugar más bajo (use seguros que los niños no puedan abrir en caso de que usted tenga niños)
3. Busque por si hay peligros potenciales dentro de su cochera o sótano.
- ¿Dónde guarda los productos inflamables? Estos deben mantenerse en lugares alejados de cualquier fuente de calor.
 - ¿Se encuentra asegurada su terna de agua? Hacer esto es fácil

y barato.

Se puede usar cinta metálica engomada, también conocida como "cinta del gasfitero" para asegurar la terma a la viga más cercana.

No confíe solamente en tubos para que soporten la terma. Este tipo de aparatos debe estar sujeto a una pared sólida para limitar su movimiento en caso de terremoto. Aun un temblor suave puede producir suficiente movimiento como para destruir las líneas eléctricas o de gas y volcar las termas.

Coloque material no combustible como relleno (por ejemplo - una plancha de yeso) entre el tanque y la pared para de esta manera tener el tanque firmemente asegurado.

Vigas.

Envuelva con la cinta de gasfitero (tira de metal perforado) alrededor de la terma de agua, cruce la cinta al pasar por la - terma, y sujete la cinta directamente a las vigas con pernos grandes (como de 1/4" de diámetro) y que penetre algunas pulgadas dentro de la viga. Para paredes de concreto substitúyalas por tuercas de 1/4" de expansión para tornillos.

Haga que el gasfitero le reemplace la conexión de gas de tipo - rígido por una de tipo flexible.

(con todo este texto va el dibujo de la terma)

4. Revise la parte de afuera de su casa

- Las chimeneas de ladrillo son muy susceptibles de ser dañadas por terremotos. Si usted tiene una chimenea, determine dónde es posible que esos ladrillos caigan. ¿Es posible que atraviesen el techo y que penetren al dormitorio o a la salita familiar?

Tome en consideración el añadir un escudo de triplay a las vigas del techo para proteger a los ocupantes de la habitación de abajo.

Triplay (por lo menos 1/2" de grosor) colocado sobre las vigas del techo, evita que la chimenea al caer atraviese el techo.

(dibujo)

Con todos sus poderes perceptivos puestos a trabajar, conduzca su propia búsqueda de peligros en su centro de trabajo. Si tuviera muy poco, o ningún control sobre su ambiente de trabajo, por lo menos asegúrese de que su compañía tenga un plan de seguridad en caso de terremoto.

Cuando los miembros de una familia se encuentren separados durante un terremoto o cualquier otra desgracia, cada uno de ellos necesita tener la seguridad de que el resto se encuentra preparado para mantenerse a salvo.

SIMULACION DE TERREMOTOS CON LA FAMILIA

Lo más aterrador cuando se presenta un terremoto es no saber - qué hacer.

Lo segundo más aterrador es creer que no hay nada que se pueda hacer.

Es lógico y normal tener miedo a los terremotos. Sin embargo los temores y las ansiedades se pueden disminuir si uno planea y practica lo que debe hacer ANTES de que se presente un terremoto. Usted y su familia pueden aprender a reaccionar correcta y automáticamente cuando se presenta la primera sacudida.

SIMULACION DE TERREMOTOS CON LA FAMILIA

¿ Adónde debe ir en busca de protección cuando su casa empieza a temblar - y usted está en la sala, el dormitorio, el baño, o la cocina? ¿Qué sucede si usted se encuentra en un lugar de la casa y los otros miembros de la familia se encuentran en otro? Durante un fuerte terremoto, usted no tendrá tiempo ni piernas lo suficientemente serenas para irlos a buscar. ¿Sabrán ellos - qué hacer para protegerse? ¿Y usted?

Debido a que los terremotos se presentan sin previo aviso, es - importante que usted y su familia sepan tomar las medidas de - seguridad necesarias al primer temblor que sientan. No tendrá tiempo para pensar, sólo tendrá tiempo para REACCIONAR.

Al presentarse un terremoto violento, al comienzo puede sentir una sacudida suave y luego de uno o dos segundos un estremeci- miento tan violento que lo bote al piso.

O de repente, será sacudido primero por una violenta sacudida - parecida a un estruendo sónico. O puede oír un ruido sordo y - bajo (o tal vez muy alto). Uno o dos segundos más tarde sentirá la sacudida; y como en el primer ejemplo, le va a resultar - muy difícil (si no imposible) desplazarse de un lugar a otro.

Estos ejemplos deberían darle la clave de que tanto usted como su familia tendrán tal vez sólo uno o dos segundos para buscar protección DENTRO de su casa.

LOS SIMULACROS DE TERREMOTO le ayudarán a usted y a su familia a planear y recordar dónde buscar cobijo y como protegerse a sí mismos.

1. Localice los lugares seguros dentro de cada habitación. El primer paso es hacer conocer a cada miembro de la familia - los lugares seguros que hay en cada habitación de la casa.
 - Bajo la mesa de estudios, escritorio, aparador de cocina, o puerta con marco de madera.
 - Contra la esquina o pared interior. Tome medidas de protección adicionales en estos casos, como protegerse la cabeza - con los brazos o con lo que tenga a mano (e.g., cojín, almohada).

Refuerce esta idea haciendo lo que dice, colóquese usted en estos lugares. Este es un paso muy importante para sus hijos. El hacer lo que les enseña les ayudará a recordar qué hacer en

2. Tenga cuidado con las áreas peligrosas.

Luego, localice las áreas de peligro en cada habitación. Durante un terremoto cada uno de los miembros de la familia debe:

MANTENERSE ALEJADO DE

- Ventanas de vidrio que se puedan romper;
- La calefacción, cocina, chimenea, y áreas donde puedan caer - los ladrillos de la chimenea; y
- Estantes, gabinetes y muebles que puedan volverse.

3. Practique acciones de seguridad en caso de terremoto.

Realice simulacros de terremoto sorprendidos en los días siguientes a este ejercicio inicial. Grite "TERREMOTO" desde donde es té en su casa. Cada miembro de la familia debe reaccionar dirigiéndose al sitio de protección más cercano.

Una vez al mes (por lo menos por algunos meses) deje que uno de sus hijos empiece un simulacro de terremoto sorprendente y practique todo lo que ha aprendido. Pruébense unos a otros. ¿El lugar que escogió David era el más seguro? ¿No tomó Sally en consideración que se le podía cerrar la puerta del closet? ¿La persona que estaba en la cocina se acordó de apagar la cocina?

4. Discuta lo que puede suceder luego de un terremoto violento.

- Esté preparado para cuidar a los heridos. El personal de emergencia no podrá acudir a los llamados individuales pudiendo - ayuda por varias horas y tal vez hasta días.
- Cuidese de los escapes de gas y preocúpese en saber dónde se encuentran las llaves generales para apagar o cerrar el gas,

agua, y electricidad.

- Esté preparado por si se presenta un segundo remezón que puede ser tan fuerte como el primer terremoto. Manténganse fuera y lejos de los edificios que puedan resultar aun más dañados por este segundo terremoto.
- Esté preparado para enfrentar las necesidades emocionales de los miembros de su familia.
- Recuerde el mantenerse juntos para darse apoyo y cariño unos a otros.
- Recuerde conversar sobre lo que ha sucedido y asegúrese de lograr que sus hijos hablen sobre cómo se han sentido - cuan valientes y cuanto miedo sintieron.

LISTA DE REVISION PARA SEGURIDAD EN CASO DE TERREMOTO

LA PREPARACION Y SEGURIDAD EN CASO
DE TERREMOTO EMPIEZA CON LA FAMILIA

(ZAPATOS) Asegúrese de que todos tengan un par de zapatos cerrados o de zapatillas bajo la cama.

(CAMA Y MESA DE NOCHE) Coloque una linterna con buenas baterías y un radio a pilas al lado de su cama. Asegúrese que las baterías funcionen. Escuche la radio para informarse luego del desastre.

(CAMA Y ESTANTES) Asegúrese de que en ninguno de los dormitorios haya nada pesado o que se pueda romper y caer sobre las camas.

(TERMA) Junto con su familia revise que la terma esté asegurada a la pared. Esto evitará incendios y es una buena fuente de agua potable.

(MESA Y SILLA) Que su familia practique protegiéndose bajo las mesas o sillas, o parándose bajo el marco de la puerta.

(LIBROS Y VENTANAS) Manténganse alejado de estantes de libros y ventanas durante los terremotos.

(TELEFONO) ¿Han decidido usted y su familia a quiénes deben llamar fuera del área en caso de desastre? Asegúrese de que todos sepan el número telefónico.

(SOL Y SOMBRA) Si se encontrase adentro durante un terremoto, - manténgase adentro. Si se encontrase afuera, quédese allí, pero aléjese de los edificios

(EXPRESIONES) Aconseje a su familia quedarse tranquila. El encontrarse preparado ayuda a que la gente mantenga la tranquilidad.

Puente L.A. Kids Feb/Mar 1982, por Nancy Polinski, reimpresso con permiso de Los Angeles (California) Museo de los Niños.

APENDICE C

INFORMACION SOBRE SEGURIDAD EN CASO DE TERREMOTO
PARA PADRES DE FAMILIA Y PERSONAL DE TRABAJO

- GUIAS DE REACCIONES EN CASO DE TERREMOTO

Acciones de seguridad en caso de terremoto durante el horario
escolar

- LISTA PARA REVISAR ASUNTOS DE SEGURIDAD EN CASO DE TERREMOTO

- FOTOCALCO PARA SOBREVIVIR EN CASO DE TERREMOTO

GUIAS DE REACCIONES EN CASO DE TERREMOTO

SI SE ENCUENTRA ADENTRO

Quédese adentro. Aléjese de las ventanas, estantes y objetos pesados que puedan caer. Cúbrase bajo una mesa o escritorio, o bajo el marco de alguna puerta.

Aunque tradicionalmente se ha considerado los marcos de las puertas como lugares seguros, es importante anticipar que se pueden cerrar con fuerza durante un terremoto.

En vasillos, escaleras, u otras áreas donde no se hallan disponibles ningún refugio, vénguese a una pared interior. Aléjese de las ventanas, arrodílese junto a la pared, doble la cabeza negándola a sus rodillas, cúbrase los costados de la cabeza con sus codos y agárrese fuertemente las manos detrás de la nuca.

En la biblioteca inmediatamente aléjese de libros y estantes que se puedan caer y busque un refugio adecuado.

En los laboratorios, todos los mecheros deben apagarse (si fuera posible) antes de cubrirse. Manténgase alejado de sustancias químicas peligrosas que se puedan derramar.

No existen guías uniformes para proteger a los alumnos en otras áreas dentro del local escolar (e.g., gimnasio y auditorio). DETERMINE LOS PROCEDIMIENTOS ADECUADOS PARA SU COLEGIO RECURRIENDO A EXPERTOS (ingenieros de estructuras y bomberos).

SI SE ENCUENTRA AFUERA:

Colóquese en un espacio abierto, lejos de edificios y postes de luz. Héchese o pongase en cuclillas (las piernas no deben quedarse arrisionadas). Mire a su alrededor y esté al tanto de cualquier peligro que se pueda presentar y que exija movimiento.

Si se encuentra en el ómnibus del colegio, estacione el vehículo lejos de postes de luz, puentes, cruces y edificios. Los alumnos deben permanecer en sus asientos y aguardar.

Adentro o afuera, cuando se presente un terremoto:
REACCIONE A LA PRIMERA INDICACION DE ESTREMECIMIENTO DEL SUELO.

LISTA PARA REVISAR ASUNTOS DE SEGURIDAD EN
CASO DE TERREMOTO

Para mayor información:

U.S. Geological Survey
Public Inquiries Office
302 National Center
Reston, Virginia 22092

Federal Emergency Management Agency
Natural Hazards Division, ONTH-SLPS
Washington D.C. 22472

Contacte las oficinas de la Cruz Roja Americana

TELEFONOS Y DIRECCIONES IMPORTANTES

Durante las primeras 24 horas de haber sucedido un fuerte terremoto use su teléfono sólo en casos de suma urgencia.

Policía _____

Bomberos _____

Ambulancia _____

Dirección del trabajo de _____

Teléfono _____

Dirección del trabajo de _____

Teléfono _____

La política del colegio _____ es:

Que los alumnos se queden

Que los alumnos se vayan

La política del colegio _____ es:

Que los alumnos se queden

Que los alumnos se vayan

Nombre y teléfono de algún pariente o amigo fuera de la ciudad que pueda actuar como punto de contacto entre diferentes miembros de una familia.

SE ENCUENTRA PREPARADO PARA EL SIGUIENTE TERREMOTO

Este folleto está diseñado para ayudar a usted y a su familia a planear cómo recibir un fuerte terremoto y cómo sobrevivirlo. Tomando ciertas medidas de precaución, se puede ciertamente disminuir el impacto que pueda ocasionar un terremoto. Tenga preparado ciertos implem^{en}tos de emergencia y enseñe a su familia qué hacer en el hogar durante y luego del desastre. Puede quedarse sin ayuda hasta por 72 horas, por lo tanto aprenda a mantenerse por su cuenta por lo menos por ese espacio de tiempo.

Muy pocas veces la causa real de muertes es el mismo temblor - del suelo. La mayoría de los accidentes suceden por la caída - parcial de edificios, por objetos y escombros que caen, como - chimeneas que se vienen abajo, ladrillos, el yeso de las paredes y las luces, y todas estas situaciones se pueden prevenir.

En vista de que los terremotos se presentan sin previo aviso, - es importante tomar medidas preparatorias, para así saber qué - hacer y cómo reaccionar. De esta manera será posible una acción constructiva y protectora.

PARA CUALQUIER EMERGENCIA TENGA A MANO

Tenga linternas con pilas de repuesto. Debe guardarlas al costado de su cama. No use fósforos ni velas después de un terremoto hasta que esté seguro que no existe ningún escape de gas.

las pastillas.

Implementos especiales. Tenga por lo menos provisión para una semana de medicina y alimentos especiales para niños o personas con dietas especiales.

Herramientas. Llave inglesa y llave francesa para cerrar la llave general del gas y del agua.

PRECAUCIONES EN LA CASA

Enseñe a los miembros más responsables de su familia cómo cerrar y apagar las llaves generales del gas, agua y luz. Precaución: No cierre las válvulas de gas a menos que surja una emergencia. Si se necesita cerrar el gas, recuerde que todos los pilotos de luz necesitará prenderse nuevamente.

Llave del circuito

Jalar el tapón de los fusibles

Válvula de gas

Prendido Apagado

Válvula designada al agua, se encuentra donde el agua entre a la casa. También la válvula principal del agua, se encuentra con el medidor en una caja de concreto en la vereda.

BUSQUEDA DE PELIGROS EN CASO DE TERREMOTO

Puede localizar peligros potenciales en su casa conduciendo una búsqueda de los riesgos en caso de presentarse un terremoto. Previsión y sentido común es todo lo que necesita cuando va de habitación en habitación imaginándose lo que puede suceder en caso de presentarse un terremoto.

Algunos peligros posibles son:

- Muebles altos y pesados que se puedan volcar, como estantes de libros, gabinetes o modulares que sirven como paredes para dividir espacios.

- Terma para agua caliente que puede desprenderse arrancándose de las cañerías.
- Implementos que al moverse puedan ocasionar la ruptura de las conexiones de gas o electricidad.
- Plantas colgantes en macetas pesadas que puedan salir despedidas de sus ganchos.
- Cuadros o espejos pesados sobre la cama.
- Seguros en los reposteros de la cocina u otros gabinetes que no mantengan las puertas cerradas durante un terremoto.
- Objetos pesados o que puedan romperse, que se guarden en estantes altos o abiertos.
- Una chimenea de ladrillo que pueda derrumbarse y al caer atravesar un techo sin fuerte apoyo.
- Líquidos inflamables, como pintura o productos de limpieza, que estarían más seguros en la cochera o desván abierto.

Tome medidas para corregir estos peligros. Asegúrese o coloque en un lugar diferente estos items en forma más adecuada.

SIMULACRO DE TERREMOTO CON LA FAMILIA

Es importante saber dónde debe ir en busca de protección cuando su casa empieza a temblar. Al planear o practicar lo que debe hacer antes de que se presente un terremoto, condicione a su familia y a usted mismo a reaccionar correcta y espontáneamente cuando se siente la primera sacudida o temblor. Los simulacros de terremoto enseñan a su familia qué hacer cuando este se presenta.

- Cada miembro de la familia debe conocer los lugares seguros en cada habitación.
- Lugares seguros: los mejores lugares para protegerse son bajo los marcos de las puertas, junto a paredes interiores y bajo muebles pesados como escritorios y mesas de estudio.
- Lugares peligrosos: Manténgase alejados de ventanas, objetos colgantes, espejos, chimeneas y muebles altos y pesados.
- Refuerce este conocimiento dando el ejemplo usted mismo colocándose en los lugares seguros. Este es un paso muy importante para los niños.
- Días y semanas después de estos ejercicios, realice simulacros sorpresa.
- Esté preparado para encarar lo que se pueda presentar después de un terremoto tanto física como emocionalmente.

COMO ENFRENTAR EFICAZMENTE UN TERREMOTO

Durante un fuerte terremoto, puede sentir una sacudida que comienza muy suavemente y luego de un segundo o dos se acrecienta violentamente y lo tumba al piso ...

0

puede sentirse sacudido violentamente como si un camión se hubiera estrellado contra su casa. Un segundo o dos después, sentirá el temblor y como en el primer ejemplo, sentirá que es muy difícil (si no imposible) trasladarse de una habitación a otra.

Si se encuentra adentro, quédese ahí. Colóquese bajo un escritorio o mesa o párese bajo el marco de la puerta o en la pared interior de una esquina como lo hizo durante los simulacros. Acuértese, manténgase alejado de las ventanas, estantes, gabinetes, espejos y chimeneas hasta que el temblor cese.

Si se encuentra en la cocina, apague las hornillas apenas sienta el temblor y rápidamente busque cobijo bajo una mesa o repisa, o bajo la puerta.

Si se encuentra afuera, colóquese en un espacio abierto, lejos de edificios, árboles, paredes y postes eléctricos.

Si se encuentra en un lugar público y lleno de gente, no se apresure en llegar a la puerta ya que todo el resto de la gente tendrá la misma idea. Aléjese de los estantes llenos de cosas que se puedan caer.

Si se encuentra en un edificio rascacielo, ubíquese debajo de un escritorio, aléjese de las ventanas y paredes exteriores. Quédese dentro del edificio en el mismo piso. No se sorprenda si la electricidad se corta, o si las alarmas del ascensor, de fuego o los sistemas de riego emniezan a funcionar. ;No utilice los ascensores!

Si se encuentra en su carro, pare el carro a un costado de la vista. No se estacione debajo de postes de luz o cruces. Quédese en su carro hasta que el terremoto haya pasado. Si el terremoto ha sido muy fuerte, no trate de cruzar puentes o cruces que se hallan dañado.

CUANDO EL SUELO DEJE DE TEMBLAR

CHEQUEE SI HAY HERIDOS

Si alguien ha dejado de respirar, hágale respiración boca a boca. Detenga cualquier hemorragia presionando directamente la herida. No traslade o mueva a los heridos a menos que se encuentren en peligro de que su situación empeore. Cubra los heridos con mantas para que se mantengan abrigados.

No utilice el teléfono a menos que se presente un herido grave. Para mayor detalle de los procedimientos en caso de emergencia, consulte su libro de primeros auxilios.

Use zanatos en áreas donde hallan caido escombros y vidrios rotos.

REVISE LOS PELIGROS

Si es posible, apague los incendios pequeños; si no, salga de su casa inmediatamente y avise a los vecinos.

Revise las conexiones de gas, agua y electricidad, además vea si han sufrido algún daño los implementos. Si huele a gas o ve alguna conexión rota, cierre la llave principal. No conecte ni el gas ni la electricidad nuevamente hasta que los de la compañía - hayan revisado las conexiones. No busque los escapes de gas con un fósforo encendido.

No encienda ninguna luz eléctrica o artefactos si sospecha que - hay algún escape de gas porque las chispas pueden causar incendios en las conexiones rotas.

Apague la llave general de la luz eléctrica si encuentra algún - desperfecto en las conexiones eléctricas de su casa.

No toque los postes de luz caídos ni artefactos dañados.

Limpie todas las medicinas, lejías, gasolina y otros líquidos in flamables que se hayan derramado.

Asegúrese de que el servicio de desagüe se encuentra en perfectas condiciones antes de usar el baño.

Tape el escape de la tina y el lavatorio para evitar que el desa güe se desborde.

Revise sus almacenes de agua y comida. Si se corta el agua, use como emergencia el agua que se encuentre en los tanques (no de la taza), de la terna de agua caliente, de hielos derretidos.

Revise el edificio en busca de rajaduras y daños, en especial las chimeneas, o paredes de ladrillo. No use la chimenea a menos que no se encuentre dañada y sin rajaduras.

Revise los closets y reposteros. Abra las puertas cuidadosamente. Pueda que hayan objetos cayéndose de los estantes.

Encienda su radio a pilas (o radio del carro) para enterarse de lo que ha sucedido en otros lados y estar al tanto.

Use barrillas al carbón para cocinar en casos de emergencia, sólo en espacios abiertos.

No use su vehículo, a menos que surja una emergencia. No vaya a ver las áreas que se encuentren dañadas. Sólo estorbará los esfuerzos de ayuda. Mantenga las calles libres para que los vehículos de emergencia circulen libremente.

Esté preparado para los temblores posteriores. Estos por lo general son más leves y cortos que el principal pero algunos pueden ser lo suficientemente fuertes como para causar más destrozos a las estructuras ya debilitadas por el más fuerte terremoto.

SI TIENEN QUE EVACUAR

Coloque un mensaje en un lugar visible, diciendo dónde se le puede encontrar. Indique puntos de reunión en caso de que se separaren. Estos puntos deben ser de vecinos, amigos, parientes, escuela o centro comunal.

a _____

b _____

Lleve consigo:

- a. Botiquín de primeros auxilios y medicinas.
- b. Linterna, radio y pilas.
- c. Comida, bolsas de dormir/mantas y ropa extra.

FOTOCALCO PARA SOBREVIVIR EN CASO DE TERREMOTO

1. Clave triplay a las vigas del techo para proteger a los ocupantes de los ladrillos de la chimenea que puedan caer.
2. Reemplace las cosas colgantes que se encuentren sobre la cama por otras alternativas de menor peso.
3. Mantenga los objetos pesados y no muy fijos lejos de las vías de salida y ruedas de anclaje.
4. Asegure lámparas colgantes con ganchos circulares o colóquelas en otro lugar.
5. Asegure muebles grandes y pesados a la pared por medio de ángulos metálicos.
6. Mantenga todos los objetos frágiles en estantes bajos o seguros.
7. Ubique las llaves generales de la electricidad y del gas para cortarlas y apagarlas en caso de emergencia.
8. Asegure la terna de agua caliente a la pared por medio de fajas metálicas.
9. Mantenga el extinguidor de fuegos en un lugar asequible.
10. Use conexiones flexibles en los sitios donde se conecten el gas con los artefactos.
11. Mantenga a mano las provisiones de emergencia, incluyendo agua para tomar, comidas enlatadas o secas, botiquín de primeros auxilios, linterna y radio portátil con pilas de repuesto.
12. Coloque buenos seguros en los reposteros para evitar que las puertas se abran con una sacudida.

D

APENDICE D

LOS NIÑOS Y LOS DESASTRES

- LOS NIÑOS EN MEDIO DE UN DESASTRE

- ENFRENTANDO LAS REACCIONES DE LOS NIÑOS DESPUES DE UN
TERREMOTO Y OTROS DESASTRES

RIESGOS

LOS NIÑOS EN MEDIO DE UN DESASTRE

Marzo 1982

Volumen II, Número 9

Sacado del National Institute of Mental Health Training Manual
for Human Service Workers in Major Disasters. Impreso con permiso
del Hazard Monthly, Box 34408, Bethesda, MD 20817.