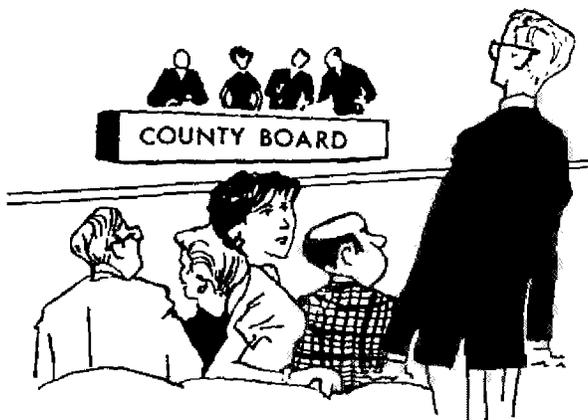


¿QUE PUEDE HACER USTED?

Hay muchas cosas que usted puede hacer para reducir los peligros que los terremotos encierran para usted, su familia y otros.

A. Antes de que ocurra un terremoto

1. Como ciudadano:



a. En las regiones donde es probable que ocurran terremotos dañinos, apoye el establecimiento de códigos de edificación locales seguros con una inspección eficaz y un cumplimiento estricto. (La ingeniería moderna puede crear estructuras que resisten los temblores mucho mejor que los antiguos edificios de mampostería. Si en su localidad no existen tales reglamentaciones o códigos, usted debe ayudar a que se establezcan.)

b. Apoye los programas de construcción de escuelas que prevén el refuerzo de los edificios escolares viejos y faltos de resistencia, o que contemplan el remplazo de los mismos por estructuras resistentes a los temblores en terrenos en que es razonable presumir que no se producirán fallas durante temblores violentos.

c. Apoye los esfuerzos de su localidad para el remplazo de edificios viejos y faltos de resistencia y para asegurar que los objetos flojos en los exteriores de los edificios (como, por ejemplo, cornisas) sean sacados o asegurados debidamente.

d. Organice y apoye programas de preparativos para el caso de futuros temblores. (Las escuelas y organizaciones cívicas podrían

prestar un servicio muy beneficioso en la comunidad mediante la realización de simulacros de temblores y clases de instrucción para preparar a los ciudadanos para el caso en que ocurriera un terremoto.)

e. Apoye la investigación para lograr un mayor conocimiento acerca del problema de los temblores y para suministrar la información necesaria para planear sensatamente la ubicación, el diseño y la construcción de estructuras hechas por el hombre.

2. Como propietario o inquilino:

a. Inspeccione los posibles riesgos de su casa en caso de temblores. Atornille al suelo o asegure mediante soportes los calefones y otros artefactos a gas pues la rotura de un caño o de una conexión de gas puede originar incendios. Utilice conexiones flexibles donde sea posible. Coloque los objetos de gran tamaño y peso elevado en los estantes inferiores. Asegure debidamente los estantes a las paredes. Asegure al suelo o con soportes los objetos altos a que tengan mayor peso en la parte superior.

b. En caso de nuevas construcciones y obras de reparación, cumpla con los códigos de edificación para reducir a un mínimo los riesgos en caso de temblores. Los sitios para la construcción deben elegirse y prepararse para reducir los riesgos de daños en caso de temblores.



3. Como padre o jefe de familia:



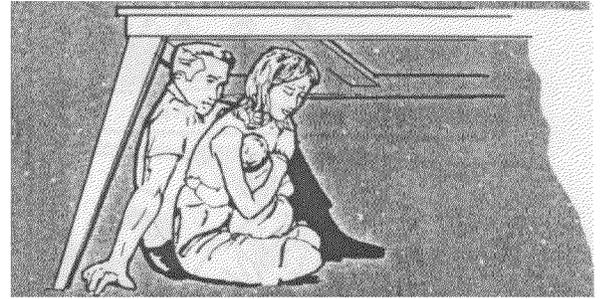
- a. Realice ocasionalmente en su casa simulacros de temblores para suministrar a su familia conocimientos para evitar heridas y el pánico durante un temblor.
- b. Enseñe a miembros responsables de su familia cómo cortar la electricidad, el gas y el agua desde la llave y válvulas principales. Solicite instrucciones a las compañías que suministran estos servicios en su localidad.
- c. Tome las providencias para que miembros responsables de su familia reciban instrucción básica de primeros auxilios dado que los servicios médicos pueden ser insuficientes inmediatamente después de un terremoto violento. Solicite información acerca de estas clases llamando a la Cruz Roja o al director de la defensa civil local.
- d. Tenga a mano en todo momento en la casa una linterna y una radio de transistores a pilas.
- e. Mantenga al día la vacunación de todos los miembros de su familia.
- f. Mantenga conversaciones familiares en forma serena acerca de los temblores y otros posibles desastres. No cuente cosas horripilantes acerca de estos desastres.

4. Como individuo:



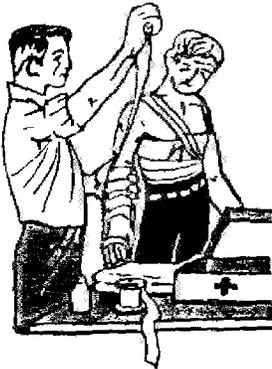
Piense lo que debe hacer si se produce un temblor cuando usted está en su casa; en su automóvil; en el trabajo; en una tienda; en una sala pública; una sala de espectáculos o un estadio; en casa de amistades; o realizando cualquier otra de sus actividades regulares. Esta preparación puede ayudarlo a actuar en forma serena y constructiva en una emergencia.

B. Durante un Temblor



1. Mantenga la calma. Piense en las consecuencias de cualquier acción que realice. Trate de serenar y tranquilizar a los demás.
2. Si está bajo techo, tenga cuidado con la caída de revoque, ladrillos, artefactos de luz, y otros objetos. Tenga cuidado con las bibliotecas altas, vitrinas, estanterías y otros muebles que pueden correrse o caerse. Manténgase alejado de las ventanas, espejos, y chimeneas. En caso de peligro, protéjase debajo de una mesa, escritorio, o cama; en un rincón alejado de las ventanas; o debajo de un dintel resistente. Aliente a los demás a seguir su ejemplo. Generalmente lo mejor es no salir corriendo hacia afuera.
3. Si está en un edificio elevado de oficinas, busque protección debajo de un escritorio. No se precipite hacia las salidas ya que las escaleras pueden estar rotas o congestionadas de gente. La fuerza motriz para los ascensores puede interrumpirse.
4. Si está en una tienda con mucha gente, no se precipite hacia las salidas pues cientos de personas pueden querer hacer lo mismo. Si es necesario salir del edificio, elija la salida con el mayor cuidado posible.
5. Si está afuera, manténgase alejado de edificios altos, paredes, postes de líneas de energía eléctrica y otros objetos que pueden caer. No corra por las calles. Si es posible, dirijase a un lugar abierto, libre de riesgos. Si está en un automóvil, pare en el lugar más seguro posible, preferiblemente una zona abierta.

C. Después de un Temblor



1. Vea si hay heridos en su familia y vecindario. No trate de mover a personas seriamente heridas, a menos que estén en peligro inmediato de sufrir nuevas heridas.
2. Vea si hay incendios o peligro de incendio.
3. Camine con zapatos donde hay escombros o vidrios rotos.
4. Inspeccione las condiciones de las líneas de energía y los artefactos. Si hay pérdidas de gas, cierre la llave principal. Cierre la llave principal de electricidad si la instalación eléctrica de la casa ha sido dañada. Comunique los desperfectos a la compañía que corresponda y cumpla las instrucciones de la misma. No encienda fósforos, encendedores, o artefactos de llama abierta mientras no esté seguro que no hay pérdidas de gas. No prenda ni apague llaves eléctricas ni artefactos si sospecha que puede haber pérdidas de gas. Esto origina chispas que pueden encender el gas de las cañerías rotas.
5. No toque líneas de energía caídas u objetos en contacto con cables caídos.
6. Limpie inmediatamente el derrame de medicinas, drogas y otros materiales potencialmente peligrosos.
7. Si el suministro de agua está interrumpido, puede obtenerse agua de emergencia de los calefones, depósitos de baños, derritiendo los cubos de hielo del refrigerador, o de latas de vegetales.
8. Asegúrese que las instalaciones cloacales están intactas antes de permitir la descarga continuada de agua en los inodoros.
9. No coma ni beba de recipientes abiertos próximos a vidrios rotos. Los líquidos pueden filtrarse por un pañuelo limpio o tela si existe el peligro de contaminación de vidrio.
10. Si el suministro de energía está interrumpido, inspeccione el congelador y programe las comidas con vistas a consumir los alimentos que se echan a perder rápidamente.
11. Utilice las parrillas al aire libre como cocina de emergencia.

12. No emplee el teléfono excepto para llamadas de extrema emergencia. Use la radio para obtener información acerca de los daños.
 13. Fíjese si su chimenea tiene rajaduras o daños en toda su extensión, especialmente en el altillo y a nivel del techo. Los daños inadvertidos pueden ocasionar incendios. La inspección inicial debe realizarse a cierta distancia. Aproxímese a las chimeneas con cuidado.
 14. Inspeccione los armarios, alacenas y estanterías de almacenamiento. Abra las puertas de los armarios con precaución y tenga cuidado con los objetos que pueden caerse de los estantes.
 15. No haga circular rumores. Estos muchas veces ocasionan mucho daño después de un desastre.
 16. No recorra los puntos de interés inmediatamente, en especial las playas y las zonas próximas a la costa donde pueden ocurrir olas marinas sísmicas. Mantenga las calles despejadas para que puedan circular los vehículos de emergencia.
 17. Esté preparado para el caso de sacudidas adicionales denominadas "temblores secundarios." Aunque en general éstos son menores que el temblor principal, algunos pueden ser suficientemente importantes como para causar daños adicionales.
 18. Responda a los pedidos de ayuda de la policía, los bomberos, la defensa civil y las organizaciones de auxilio, pero no entre en las zonas afectadas a menos que se haya solicitado su ayuda. Coopere totalmente con los funcionarios de la seguridad pública. En algunas zonas, usted puede ser arrestado por dificultar las operaciones de auxilio relacionadas con el desastre.
- No hay reglas que puedan eliminar todos los peligros de un terremoto. Sin embargo, los daños materiales y los accidentes personales pueden reducirse considerablemente si se siguen las simples instrucciones contenidas en este folleto.