QUE HACER EN CASO DE SISMOS

ANTES

Cumpla con las normas sísmicas de construcción.

Recurra a técnicos y especialistas para la construcción o reparación de su vivienda, de este modo tendrá mayor seguridad ante un sismo.

Mantenga siempre en buen estado las instalaciones de gas, agua y electricidad. En lo posible, use conexiones flexibles.

Junto con su familia, prepare un plan para enfrentar los efectos de un sismo. Esto requiere que organice y ejecute simulacros.

Guarde provisiones (latería, agua hervida, etc.) que podrían ser necesarios.

Tenga a la mano los números telefónicos de emergencia, un botiquín, de ser posible un radio portátil y una linterna con pilas.

Procure que todos, especialmente los niños, usen siempre una placa de identificación que contenga su nombre, domicilio, teléfono y tipo de sangre.

Identifique los lugares más seguros del inmueble, las salidas principales y alternas. Verifique que las salidas y pasillos estén libres de obstáculos.

Fije a la pared: repisas, cuadros, armarios, estantes, espejos y libreros. Evite colocar objetos pesados en la parte superior de éstos.

Asegure firmemente al techo las lámparas y candiles.

Aléjese de los objetos que puedan caer, deslizarse o quebrarse.

No se apresure a salir, el sismo dura sólo unos segundos y es posible que termine antes de que usted lo haya logrado.

DURANTE

Conserve la calma, no permita que el pánico se apodere de usted. Tranquilice a las personas que estén alrededor.

Colóquese en los lugares seguros previamente establecidos; cúbrase la cabeza con ambas manos colocándola junto a las rodillas.

No utilice los elevadores.

DESPUES

Verifique si hay lesionados, incendios o fugas de cualquier tipo, de ser así, llame a los servicios de auxilio.

Use el teléfono sólo para llamadas de emergencia. Escuche la radio para informarse y colabore con las autoridades.

Si es necesario evacuar el inmueble, hágalo con calma, cuidado y orden, siga las instrucciones de las autoridades.

Reúnase con su familia en el lugar previamente establecido.

No encienda cerillos ni use aparatos eléctricos hasta asegurarse de que no hay fugas de gas.

Efectúe con cuidado una revisión completa de su casa y mobiliario, no haga uso de ella si presenta daños graves.

Limpie los líquidos derramados o escombros que ofrezcan peligro.

Esté preparado para futuros sismos, llamados réplicas. Generalmente son más débiles pero pueden ocasionar daños adicionales.

Aléjese de los edificios dañados y evite circular por donde existan deterioros considerables.

No consuma alimentos ni bebidas que hayan podido estar en contacto con vidrios rotos o algún contaminante.

En caso de quedar atrapado, conserve la calma y trate de comunicarse al exterior golpeando con algún objeto.

No propague rumores.