**MINISTERIO DE SALUD PUBLICA Y ASISTENCIA SOCIAL
DIRECCION GENERAL DE SERVICIOS DE SALUD
UNIDAD DE DESASTRES**

COMO SOBREVIVIR A UN TEMBLOR

Es importante saber que nos encontramos en una región con amenazas naturales como temblores, erupciones volcánicas, tornados, inundaciones, huracanes y otros.

Identificando grupos prioritarios: Niños, Mujeres, Ancianos y personas Discapacitadas.

Para estar mejor preparados cuando ocurra una emergencia, o mejor aun, evitar o disminuir sus efectos, debemos tomar medidas y adoptar actitudes como costumbres normales, observando:

PUNTOS BASICOS QUE DEBEN SEGUIRSE DURANTE UN TEMBLOR DE TIERRA.

1. Manténgase Calmado.
2. Bajo Techo: Ubíquese directamente debajo del marco de la puerta, o busque refugio debajo de una mesa o escritorio, lejos de ventanas o puertas de vidrio.
3. Al Aire Libre: Manténgase lejos de edificios, árboles y líneas eléctricas o telefónicas.
4. En la Carretera: Maneje hacia un lugar donde quede a una distancia lejos de puentes o vías elevadas (pasos a desnivel); estacionese en un área fuera de peligro; quédese en su vehículo.

PASOS BASICOS QUE SE DEBEN TOMAR DESPUES DE UN TEMBLOR.

1. Localice heridos: administre los primeros auxilios.
2. Inspeccione el área: Localice gas, agua, rupturas en conductos de desperdicio; localice cortos circuitos, y líneas de electricidad caídas, desconecte las llaves respectivas. Localice daños estructurales que puedan empeorar con movimientos sísmicos secundarios.
3. Limpie derramamientos de substancias dañinas.
4. Use zapatos.
5. Sintonice su radio para recibir instrucciones de las organizaciones de servicio y rescate.
6. No utilice su teléfono, excepto en casos de emergencia.