

PREPARARSE Y REACCIONAR

ante el riesgo sísmico

Aunque no es posible predecir los terremotos, existen formas de reducir el riesgo mediante acciones preventivas.



ANTES prepararse



¡ Anticípese !

Controle y fortalezca las partes no estructurales de su vivienda (como las chimeneas). Asegure los muebles a las paredes y retire los objetos pesados colocados en altura.



Localice zonas seguras

Identifique de antemano las áreas donde se puede proteger (en un marco de puerta sólido, debajo de una mesa...). Asegúrese que las salidas estén despejadas. Infórmese de la existencia de puntos de encuentro cerca de su casa.



El kit de emergencia

Prepare un kit de emergencia : botiquín de primeros auxilios, agua, alimentos calóricos, linterna, silbato, radio, pilas, ropa cálida, copia de documentos, dinero...

DURANTE protegerse



Dentro de un edificio : ¡ resguárdese !

Desde la primera sacudida, agáchese, protéjase la cabeza y agárrase. Elija un mueble macizo, una pared maestra o un rincón. Manténgase alejado de todo lo que pueda caerse y de las superficies de vidrio.



¿ Cuando evacuar ?

Evacue (con calma) tan pronto como sea físicamente posible, especialmente si se encuentra en la planta baja y cerca de una salida. Si es imposible (sacudidas demasiado fuertes, salida demasiado lejos), continúe resguardándose en el lugar. En cualquier caso, nunca utilice los ascensores.



Fuera de un edificio : ¡ aléjese !

Afuera, manténgase alejado de los edificios, postes y cables eléctricos, árboles y relieves. En coche, deténgase en un lugar despejado y permanezca en el vehículo.

DESPUÉS reaccionar



¡ Salga del edificio !

Tan pronto como cese el temblor, coja sólo su kit de emergencia y evacue el edificio.



Manténgase alerta

Regrese al edificio sólo si tiene el permiso de las autoridades. Tenga cuidado con las réplicas sísmicas y los efectos secundarios (incendio, deslizamiento de tierra, tsunami...).



Infórmese

Escuche una radio pública para conocer las instrucciones de las autoridades. Sólo utilice su teléfono en caso de emergencia para no saturar las redes. Diríjase hacia un punto de encuentro si hay uno cerca.