

Manual por progreso al originarse el terremoto

Originarse un terremoto

1 a 2 mnts

3 mnts

5 mnts

10mnts
varias horas
3 días

La 1ra fuerte sacudida es después de un minuto

Protegerse (usando cojines para cubrir la cabeza, entre otros)

Al pasar el temblor

- **Confirme de donde proviene el fuego** Si es que hay fuego, calmadamente extinguir de donde proviene el fuego
- **Asegúrese que su familia este protegida** verificar si no han quedado atrapados bajo los muebles caídos
- **Ponerse los zapatos** Dispersión de pedazos de vidrios dentro de casa. Ponerse zapatos o pantuflas gruesas
- **Al evacuar tener mucho cuidado con las cubiertas de los tejados, bloques del techo, máquinas expendedoras, entre otros.**



Confirmar que todos esten bien Prevenir que se inicien incendios

- Llamar por los vecinos**
- Garantizar la necesidad de los necesitados **Ayudarse unos a otros en el vecindario**
 - **No conoce el paradero de algunas personas** ● **No hay heridos**
- Prevención del fuego**
- **Extinción del fuego inicial** ● **Use extintor de incendios** ● **Brigada de cubetas** Mantenga la fina del baño llena de agua
 - **Tenga cuidado con las fugas eléctricas y de gas** Bajar la llave de electricidad ● **Cierre la válvula principal de gas** ● **Tenga cuidado con las réplicas**

Obtener la información correcta a través de la radio, etc.

- **Confirmar la información difundida por entidades y organizaciones voluntarias de prevención de desastre.**
- **No dejarse guiar por comentarios no constatados**
- **Trate de no usar su automóvil durante la evacuación**
- **Solo usar el teléfono para casos de emergencia**



Colaborar en las actividades para extinguir el incendio actividades de rescate y protección.

- **Mantenga el agua y los alimentos en stock** Conservar el agua potable y los alimentos durante un mínimo de 3 días (se recomiendan 7 días)
- **Recopilar información sobre el desastres y los daños** ● **No exagerar**
- **Rescate, cuidado de personas cercanas** ● **No entrar a casas desmoronadas**

En caso de estar bajo techo

dentro de la casa

- Apenas sienta el temblor, protegerse y una vez que haya cesado el movimiento salir a evacuar a un lugar Seguro.
- Verifique de donde proviene el fuego.
- Verificar que las personas que necesitan mas protección como bebés, personas enfermas y ancianas esten seguras.

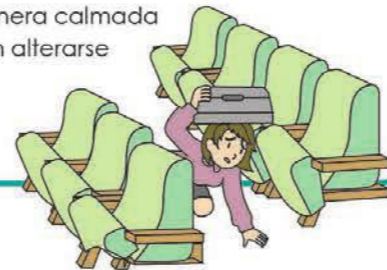
Supermercado de grandes almacenes

- Proteja la cabeza cubriéndosela con un maleta, etc, alejé de las ventanas de muestra de las tiendas así mismo de los estantes de productos. No apoyarse en las columnas ni paredes, calmadamente seguir las instrucciones del personal de la tienda.



Teatros y salas

- Para proteger la cabeza cubrirla con una maleta esconderse entre los asientos seguir las instrucciones del personal del local. Actuará de manera calmada y sin alterarse



Agrupaciones de viviendas

- Asegúrese donde evacuar dejando las puertas y ventanas abiertas.
- Nunca use los ascensores al evacuar. Trate de usar las escaleras para evitar quedar atrapado entre llamas y humo.

Si se está al aire libre

Calles

- No se detenga en el lugar donde está, y cubriéndose la cabeza con una maleta o algún otro material para protegerse de los vidrios y carteles que caen, evacuar en terrenos desocupados o parques.
- De no haber terrenos desocupados cerca tranquilamente verificará las condiciones en la que se encuentra a su alrededor y trasladará a lugares altos lejos de edificios.
- Manténgase alejado de bloques y máquinas expendedoras.
- Tenga cuidado con los postes de teléfono y los cables colgantes que podrían caerse.



Al encontrarse conduciendo el automovil

- Sujete firmemente el volante, reduzca gradualmente la velocidad, ver espacios por donde pueda pasar de emergencia con el vehiculo, y detenerse al lado izquierdo de la autopista.
- Hasta que pase el sismo, calmadamente observe las condiciones de su alrededor y este atento a las informaciones que provienen de la radio.
- Si es necesario evacuar, dejará el automovil con la llave puesta y cerrará sin seguro, llevando consigo el certificado de inspección del auto así como sus objetos de valor.

Dentro de un tren u otro transporte

- Con ambas manos sujetará con firmeza la correa y/o el pasamanos.
- Incluso si el transporte se detiene en medio camino, no abrirá la llave de la puerta de emergencia ni saldrá para por la ventana.
- Calmadamente seguirá las indicaciones dadas por la tripulación.



Para proteger la seguridad en casa.

Marcar un check si está preparado

1 Decidir un espacio donde pueda refugiarse en casa.

De contar con varias habitaciones utilice la habitación menos transcurrida para dejar los muebles. Si es imposible al menos trate de preparar un espacio seguro.



2 No dejar los muebles en el dormitorio de niños y ancianos

Es de mucho peligro si el terremoto ocurre mientras duerme. Niños, ancianos y personas enfermas tardarían en evacuar.



3 Evitar que los muebles caigan

Si los muebles no están firmemente asegurados en las paredes y columnas podrían caer. Dejar tablas u otro material bajo los muebles, para asegurarlos con las paredes y columnas para así evitar que caigan. Por otro lado, usar materiales de metal o aseguradores para evitar por completo que los muebles caigan.



4 No dejar objetos en las puertas para poder así evacuar con seguridad.

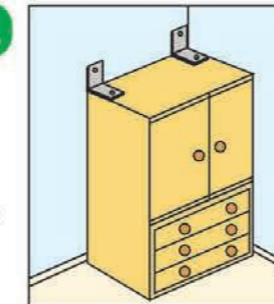
No dejar muebles ni objetos fáciles de caer en las puertas de entrada ni corredores. También no dejar muchas cosas ya podrían obstruir el paso e impedir salir al ocurrir el desastre.



Caídas de muebles , y cuidados para evitarlo.

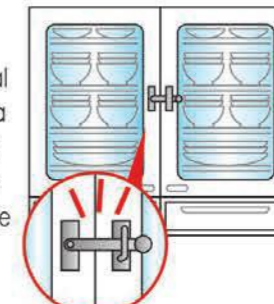
Estantes de libros u otros objetos.

Fijar con soporte en forma de L o barra de soporte. En el caso de dos niveles asegurar firmemente con el punto que las une.



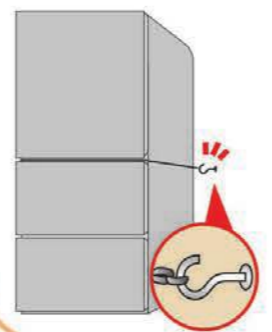
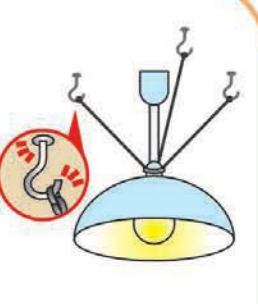
Estante de vajillas

Asegure con objetos de metal en forma de L, y extienda una tela antideslizante o trapo en la tabla del estante. Coloque las vajillas pesadas en la parte baja. Y con asegurar con el objeto de metal para que la puerta no abra por sí misma.



Luces

Asegurar e con cadenas o accesorios de metal por varios lados. Asegurar con cinta adhesiva los extremos de los fluorescentes.

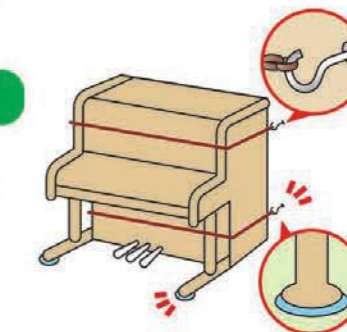
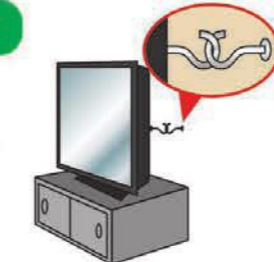


Refrigerador

Enrolle un alambre, u otro material entre las puertas para asegurarlo con la pared.

Televisor

Tratar de instalar el televisor en la zona baja (Evitar colocarlo encima de los muebles)



Piano

Enrollarlo con una cinta de nylon y asegurarlo con el accesorio de metal instalado. Colocar en las patas objetos que impidan el deslizamiento

Asegurar la seguridad de alrededor de casa

Marcar un check si está preparado

Tejado

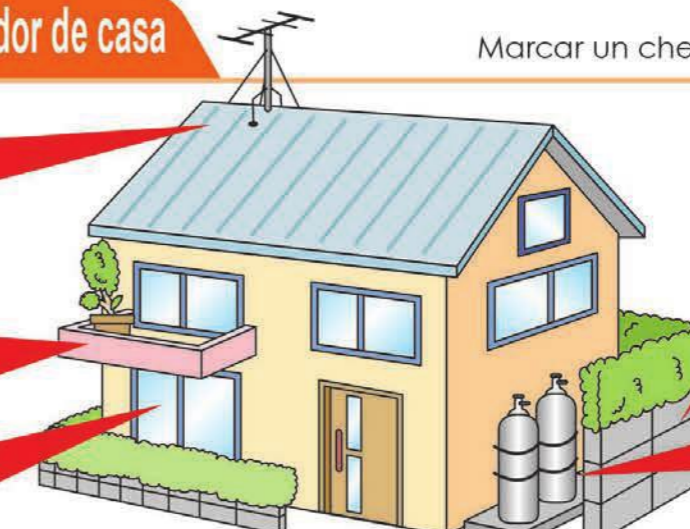
Verificar que el tejado, la antena, etc esten firmemente asegurados

Balcon

Organizese al colocar macetas y otros artículos. No dejar nada que tenga el peligro de caerse.

Ventanas

Aplicar filme antidespersivos



Los bloques de cercas y postes

Los bloques de cercas y postes que no tienen base ni barras de refuerzo para ser colocado en el terreno son un peligro, tratar de sobre reforzarlos al instalarlos. Reparar las grietas y óxido de las barras de metal.

Gas propano

Fijar el cilindro con una cadena