



CHARLA DE 5 MINUTOS UNAP N° 34:
“¿SABES QUE HACER ANTES, DURANTE Y DESPUES DE UN TERREMOTO?”

INTRODUCCION: En esta charla de seguridad se tocará el tema de la seguridad en caso de un terremoto para saber qué hacer ante este fenómeno natural. Un terremoto es el movimiento sísmico de la tierra que trae como consecuencia: daños a las estructuras y el fallecimiento de personas.

INFORMACION:

Cómo actuarías antes, durante y después de un terremoto para prevenir accidentes. Mantener la calma y actuar con conciencia es importante en el tiempo que dure el movimiento telúrico.

1. Prepare un morral que incluya un botiquín de primeros auxilios.
2. Coloque las llaves en una repisa cercana a la puerta de salida
3. Asegure o reubique objetos pesados que puedan caer por el movimiento
4. Asegurar el anclaje de muebles y electrodomésticos altos y pesados a la pared, evitando su vuelco durante la sacudida
5. Almacenar productos químicos (de limpieza, pinturas, etc) en zonas ventiladas y lejos de donde guarde objetos de emergencia (comida, medicinas, etc.).
6. Mantenga la calma y protéjase debajo de una mesa, escritorio o pupitre. Colóquese en posición fetal al lado de una columna si no hay muebles donde protegerse
7. Si se encuentra conduciendo un vehículo reduzca la velocidad y estacione en un sitio seguro
8. Si está en la cocina, salga inmediatamente de ella. Es el cuarto más peligroso de su casa por el gran número de objetos que hay en los armarios y que pueden caer.
9. En la escuela haga que los niños y estudiantes se arrodillen debajo de su pupitre
10. Aléjese de edificios, carreteras, postes o árboles. Busque sitios abiertos.
11. No use el ascensor recuerde que puede quedar atrapado
12. No encienda fósforos, velas ni encendedores.
13. Colabore en el rescate y atención de los heridos
14. Encienda la radio y escuche las noticias y partes de información de Protección Civil.



Qué hacer **antes** de un terremoto

Tenga preparado



Botiquín primeros auxilios



Linternas de dinamo



Agua embotellada y comida no perecedera



Silbato



Radio con pilas



Extintor

Hable, planee y practique

Haga simulacros y hable con la familia sobre cómo actuar en caso de terremoto



Tenga siempre identificadas las zonas seguras y las salidas de emergencia de su casa, colegio o lugar de trabajo.



Sepa cómo cerrar las llaves de agua, gas y luz. Revise los enchufes



Conozca los teléfonos de emergencias (ambulancias, policía, bomberos)

Disminuya los riesgos



Asegure firmemente objetos que puedan ocasionar daños: cuadros, espejos, lámparas, armarios, librerías, etc.



No coloque en zonas altas objetos pesados como macetas, jarrones, botellas, libros, televisores, etc.



Qué hacer **durante** un terremoto



AGÁCHESE



CÚBRASE



AGÁRRESE



CÁLMESE

En la medida de lo posible trate de mantenerse tranquilo



EN EL INTERIOR

Aléjese de muebles, ventanas y lámparas



EN EL EXTERIOR

Aléjese de edificios, muros y postes eléctricos



Si está conduciendo pare en un lugar seguro, encienda las luces de emergencia y permanezca dentro del vehículo



Si utiliza silla de ruedas, frénela en lugar seguro y protéjase la cabeza con los brazos



Si está en un lugar de asistencia masiva protéjase la cabeza con los brazos o resguárdese debajo de asientos y mesas

Qué hacer **después** de un terremoto



CIERRE

llaves de agua, luz y gas



UTILICE

las escaleras



NO UTILICE

los ascensores



APAGUE

todo tipo de fuego



ILUMINE

con linterna, no con fuego



NO ENTRE

en edificios dañados



Si está atrapado

Cúbrase la boca y la nariz,
evite gritar porque puede
asfixiarse con el polvo.
Golpee con un objeto
para indicar su posición



Si hay heridos

No mueva a las personas
gravemente heridas a
menos que estén en
peligro inminente de
sufrir daños



Esté alerta
ante las posibles
réplicas que
puedan ocurrir



No use el teléfono
a menos que sea
estrictamente
necesario



Sólo haga caso de
informaciones de
organismos y
autoridades oficiales