

QUÉ HACER EN CASO DE SISMO

Recomendaciones importantes de Defensa Civil para saber cómo actuar y qué hacer antes, durante y después de un sismo:

ANTES

- Evalúa las estructuras de tu casa, centro de trabajo y estudio, identifica los peligros, las zonas seguras y adopta las medidas correctivas.
- Identifica rutas de escape y zonas de seguridad. Distribuye los muebles y equipos para despejar las rutas de escape. Asegura las repisas y lámparas.
- Practica con tu familia, compañeros de trabajo o estudio simulacros con la finalidad de corregir y mejorar las acciones a realizar en caso de sismo.
- Ten a mano un botiquín de primeros auxilios con alcohol, agua oxigenada, aseptil rojo, algodón, esparadrapo y vendas, igualmente una linterna y un extintor.



DURANTE

- Conservar la calma, infunde serenidad y ayuda a los demás.
- Si no pueden evacuar el lugar, ubíquense en las zonas de seguridad.
- Aléjate de las ventanas, repisas y de cualquier utensilio o artefacto caliente y de objetos que pueden rodar o caer. No uses los ascensores, puedes quedar atrapado. Si el sismo te sorprende dentro, sal de inmediato e impide que otras personas ingresen.
- Si estás en la calle busca protección lejos de edificios, árboles, cables y vehículos en marcha. Ubícate en parques, patios, playas de estacionamiento, jardines, etc.
- Si te encuentras en tu vehículo, estacionalo en un lugar fuera de peligro, lejos de edificios y puentes.



DESPUÉS

- Revisa el inmueble para determinar si es habitable o no y evalúa los daños.
- Si estás preparado, coopera proporcionando ayuda y atención de primeros auxilios. Ayuda a los lesionados, niños, ancianos y a las personas discapacitadas.
- No trates de mover a los heridos graves o con fracturas.
- Sigue las recomendaciones de las autoridades y del Comité de Defensa Civil.
- Reúnete con tus hijos y familiares en el lugar común de encuentro previamente establecido, luego de ocurrido el sismo.

