

PREPÁRATE PARA TERREMOTOS

Los terremotos suceden de repente y sin aviso. Suceden en cualquier momento del año, día o noche. Compartimos algunos consejos para que estés mejor preparado.



DURANTE:

1. ¡Agáchate, cúbrete y agárrate!
2. Quédate dentro hasta que los temblores hayan cesado y estés seguro de que se puede salir sin peligro. Si debes abandonar el edificio luego que haya finalizado el temblor, usa las escaleras en vez de un elevador por si surgen réplicas, cortes de energía u otros daños.

SI ESTÁS FUERA CUANDO COMIENZA EL TEMBLOR

- Busca un lugar despejado (lejos de edificios, árboles y cables eléctricos) y tiéndete en el suelo. Quédate ahí hasta que cesen los movimientos.

SI ESTÁS DENTRO DE UN VEHÍCULO

- Disminuye la velocidad y conduce a un lugar despejado. Evita puentes y si es posible, no cruces sobre cables eléctricos. Mantente dentro de tu vehículo con tu cinturón de seguridad abrochado hasta que cesen los movimientos. Luego conduce con cuidado y recuerda evitar puentes y rampas.
- Si un cable eléctrico cae sobre tu vehículo, no salgas. Espera ayuda.

DESPUÉS:

1. Prepárate para posibles réplicas, derrumbes o incluso un tsunami. Los tsunamis son generados a menudo por terremotos en zonas costeras.
2. Cada vez que sientas temblores posteriores, agáchate, cúbrete y agárrate. Las réplicas suceden minutos, días, semanas y hasta meses luego de un terremoto.
3. Busca fuegos pequeños y extínguelos. El fuego es el peligro más común luego de un terremoto.
4. Ten cuidado con los cables eléctricos caídos o las líneas de gas comprometidas. Mantente alejado de las áreas afectadas.

PLANIFIQUE PARA EL FUTURO:

1. Desarrolla un plan familiar de desastres- repásalo y practícalo con tu familia.
2. Confecciona un kit de emergencias para 10 días. Incluye agua y alimentos no perecederos.
3. Instala pestillos y fija bien los gabinetes
4. Coloca artículos frágiles y objetos grandes y pesados en estantes inferiores.
5. Fija los libreros, armarios y otros muebles altos a la pared para evitar que se caigan durante un terremoto. También, fija los artefactos de luz del techo.
6. Fija y sujeta los calentadores de agua y equipos que funcionen con gas al entramado de la pared.



Para conocer más, acceda cruzrojapr.net o descarga la aplicación **Emergencia de la Cruz Roja Americana** en el Apple App Store o Google Play Store.



**Cruz Roja
Americana**