

¡Prepárate con Pedro!

TERREMOTO 



**Cruz Roja
Americana**



¡Hola! ¡Soy Pedro!
Estoy aprendiendo
a prepararme para
las emergencias.



Prepararse significa “estar listo”.

Uno se prepara para distintas cosas
todo el tiempo, como cuando te pones
una chaqueta y agarras un paraguas
para alistarte en un día lluvioso.

Quiero estar listo para cualquier
emergencia, por eso estoy aprendiendo
cómo mantenerme a salvo cuando
se presente una.



¡Tú también te
puedes preparar
para las emergencias!
¡Tan solo sígueme!

Palabras importantes que hay que saber: **TERREMOTO,**
AGACHARSE, CUBRIRSE, AGARRARSE, RÉPLICA

Pedro estaba cenando en la casa de sus amigos Brandon y Jasmine. De repente, todos sintieron un pequeño temblor y oyeron un ruido como de algo que retumba.

TEMBLORRRRRRRRR



“¡Vaya!” dijo Jasmine. “¿Alguien más sintió eso?”

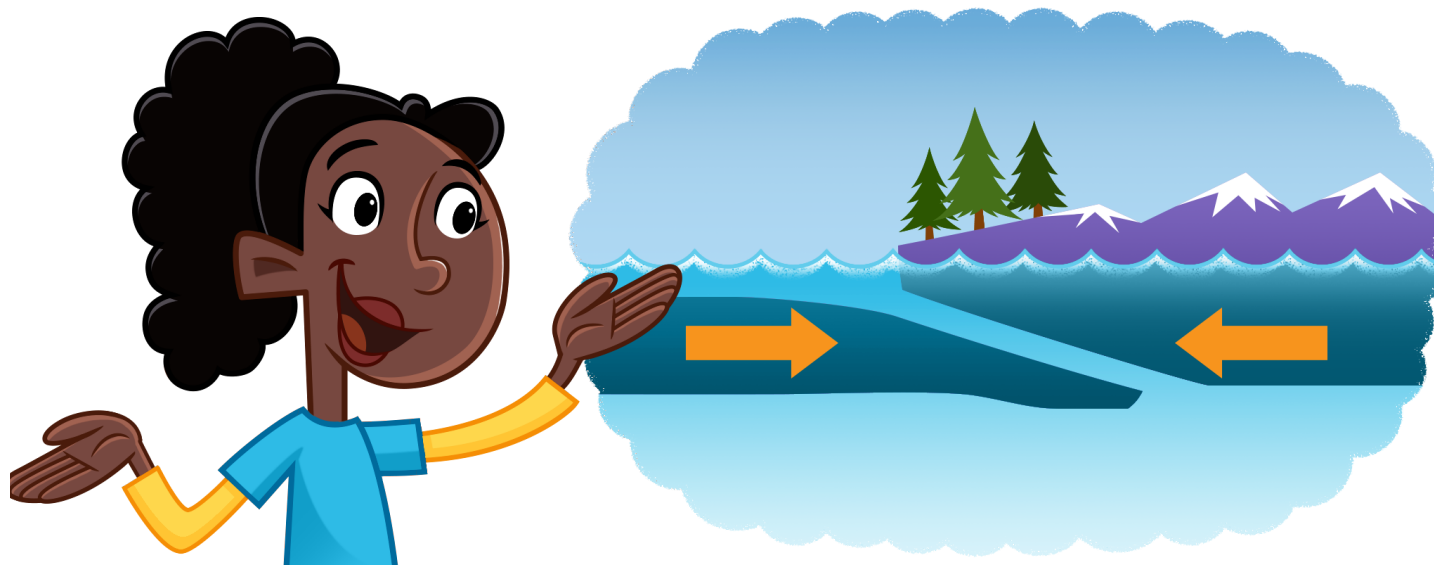
“¡Yo sí!” dijo la abuela. “Solo fue un camión grande que pasaba, pero me recordó al terremoto que sentí cuando tenía tu edad, Jasmine.”

“¿Qué es un terremoto?” preguntó Pedro.



“¡Ah, ya sé! Hace poco lo aprendimos en la escuela.

Un **TERREMOTO** ocurre cuando las rocas se mueven debajo de la superficie terrestre ¡y hacen que la tierra tiemble!” respondió Jasmine. “Puede suceder sin aviso en cualquier lugar del mundo.”



“¿Cómo me mantengo a salvo durante un terremoto?” preguntó Pedro.

“Puedes **ACTUAR** y ayudar a mantenerte a salvo durante el terremoto si sigues estos tres pasos: agacharte, cubrirte y agarrarte” dijo Brandon.

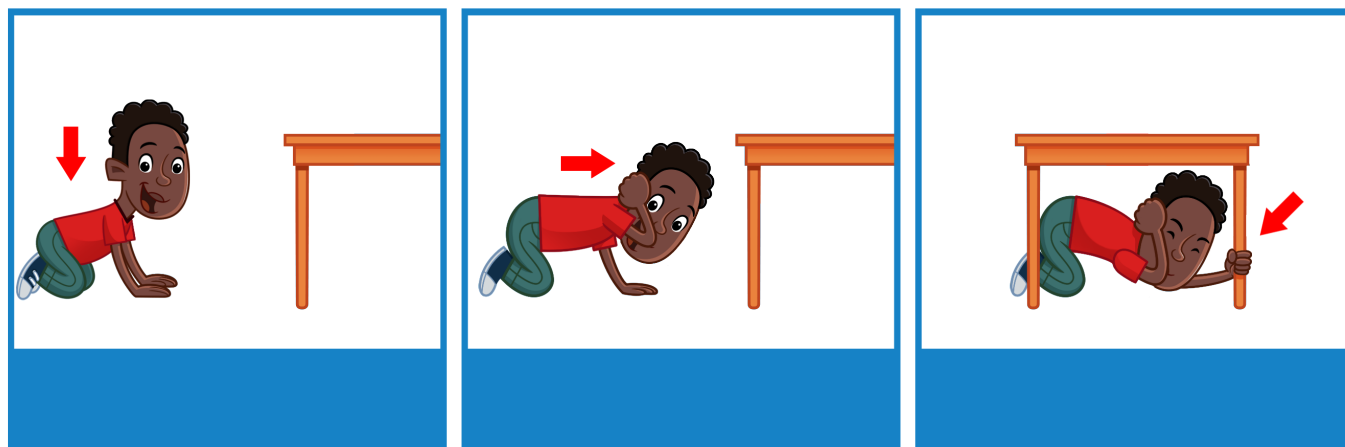
“¿Qué significa todo eso?” preguntó Pedro.



“Primero, nos **AGACHAMOS** y nos echamos al piso sobre las manos y las rodillas, así no nos caemos por el temblor” explicó la abuela. “Como estoy en una silla de ruedas, me voy a asegurar de que las ruedas estén trabadas para no empezar a rodar por todas partes” dijo la abuela.



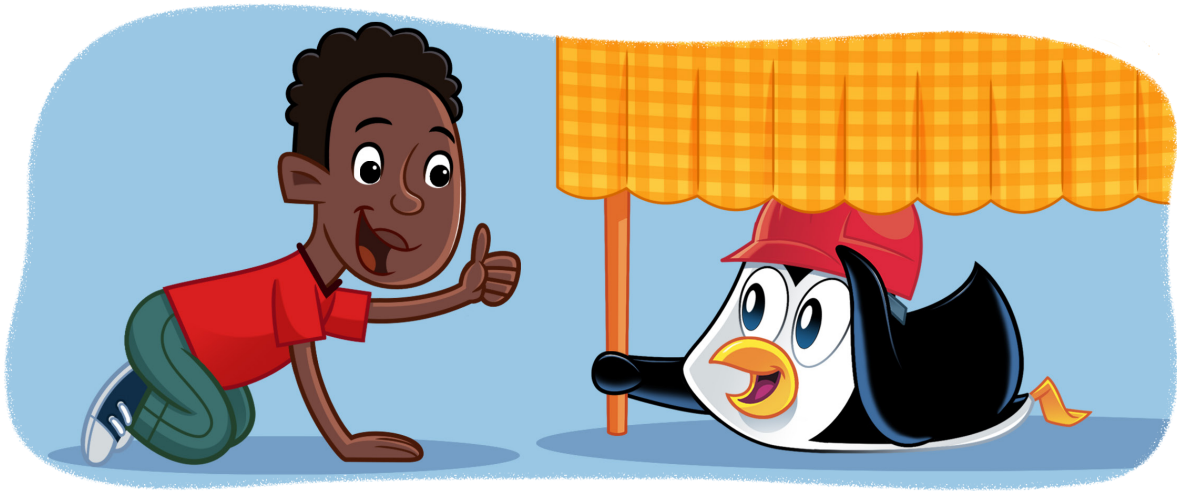
“Luego buscamos un lugar seguro que esté lejos de todo objeto que pueda caerse y lastimarnos” dijo Jasmine. “Si estás adentro, aléjate de las ventanas o ponte debajo de una mesa” agregó Brandon. “Si estás afuera, aléjate de los árboles y de los edificios porque podrían caerse.”



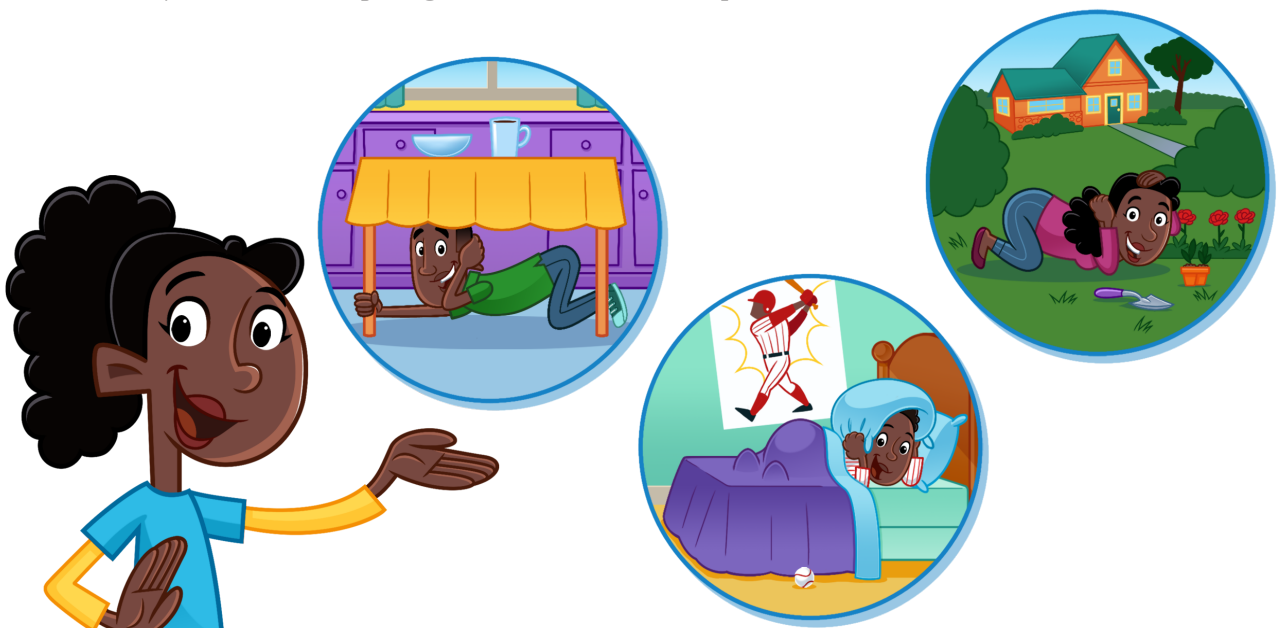
“Cuando hayas encontrado un lugar seguro, busca dónde refugiarte. Si puedes, ponte debajo de un mueble fuerte, como un escritorio o una mesa. **CÚBRETE** la cabeza y el cuello con una mano” dijo Jasmine. “O busca algo para cubrirte, como unos libros, tal como está haciendo la abuela.”

“Por último, ¡**AGÁRRATE** del objeto que te cubre!” exclamó Brandon.
“Si no hoy nada que te cubra, agárrate la cabeza y el cuello con ambos brazos y ambas manos.”

“¡Cielos! Quiero practicar para estar seguro de hacerlo bien” dijo Pedro. Así que se puso debajo de la mesa, se cubrió la cabeza y el cuello, y se agarró de una pata de la mesa.



“¡Bien hecho, Pedro!” respondió Brandon. “Y para que lo sepas, como los terremotos pueden ocurrir en cualquier momento, puedes agacharte, cubrirte y agarrarte sin importar dónde estés.”





“Nunca sabes cuándo puede ocurrir un terremoto, por eso hacemos algunas cosas para **ESTAR PREPARADOS** y tener lo que necesitamos” dijo Brandon. “Primero, nos aseguramos de que los muebles grandes estén asegurados a la pared para que no se caigan.”



“También nos aseguramos de tener suficientes recursos, como agua, alimentos enlatados, un kit de primeros auxilios, algo de dinero extra y una linterna” agregó Jasmine. “De esa manera, tendremos recursos después del terremoto o si hay una réplica.”

“¿Qué es una réplica?” preguntó Pedro.

“Una **RÉPLICA** es otro terremoto, casi siempre menos fuerte, que puede ocurrir después del primer terremoto” explicó Brandon. “Puede suceder de repente, igual que un terremoto. Por eso es importante saber dónde están los lugares seguros para que puedas agacharte, cubrirte y agarrarte.”



“¡Vaya! Gracias por enseñarme todo sobre los terremotos” dijo Pedro.



Pedro fue a su casa y buscó los lugares más seguros en el interior y en el jardín. También aseguró el vestidor y su estante para libros a la pared, y juntó algunas provisiones de emergencia para estar preparado.

UNAS SEMANAS DESPUÉS...

Pedro estaba en su casa cuando de repente sintió que el piso temblaba.

“Creo que esto es un terremoto. ¡Sé lo que tengo que hacer!” exclamó. Pedro se agachó y se echó al piso, y se puso debajo de la mesa. Luego se cubrió la cabeza y el cuello mientras se agarraba a la pata de la mesa.



Cuando el temblor terminó, Pedro recordó que podía haber réplicas en cualquier momento. Se aseguró de que no fuera peligroso salir de abajo de la mesa y que nada lo fuera a lastimar.

Poco después, la familia de Brandon y Jasmine llegó a la casa de Pedro para ver cómo estaba.



“¡Muchas gracias por enseñarme a mantenerme a salvo durante los terremotos!” dijo Pedro.

“¡De nada, Pedro!” dijo Jasmine. “Nos encanta enseñarles a nuestros amigos a mantenerse a salvo. También es importante visitar a las personas que quieres después de una emergencia para asegurarse de que estén bien.”

Pedro se sentía muy feliz de estar preparado y de saber cómo actuar. ¡Estaba entusiasmado de compartir con los demás lo que había aprendido!



¡Relájate con Pedro!



¡Cielos!
Practicar para emergencias
es emocionante, pero también
me pone nervioso. Por eso,
respiro profundo y lento
para calmarme.



Inhalen lentamente
por la nariz, como yo.



Luego exhalen
lentamente por la boca.

Luego de hacerlo
cinco o seis veces, me siento
mejor y más relajado.
¡Inténtenlo y vean!



Adultos -

Esperamos que su hijo haya disfrutado al aprender a prepararse para una emergencia. Para obtener más información, visite:

www.redcross.org/prepare y www.ready.gov/kids.



Lista de Control de Seguridad Elaborada por Pedro

- ☐ Haga un plan de emergencia familiar que todos comprendan.
- ☐ ¡Prepare un equipo de suministros para emergencias familiar y manténgalo abastecido!
- ☐ Comience a ahorrar para un fondo de emergencias.

¿Sabía que en los Estados Unidos los incendios afectan a más hogares que todas las demás emergencias combinadas?

- ☐ Practique una simulación de escape en caso de incendio en el hogar. ¡Asegúrese de salir en 2 minutos o menos!
- ☐ Pruebe los detectores de humo una vez al mes.



**Cruz Roja
Americana**



FEMA