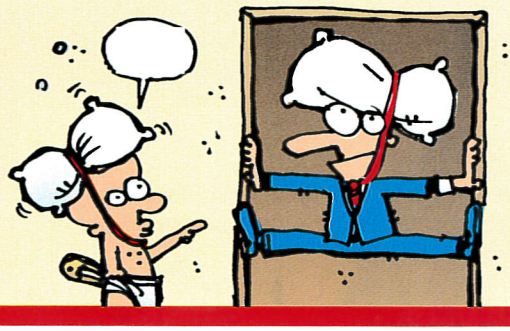
¿ESTÁ PREPARADO PARA EL GRANDOTE?

Protéjase durante los temblores causados por un terremoto

1. ¡Túmbese, cúbrase y aférrese!

Cuando empiezan los temblores, túmbese al piso, cúbrase debajo de una mesa o un escritorio resistente y aférrese a éste con firmeza. Las ventanas, fachadas y detalles arquitectónicos suelen ser las partes de edificios que primero se derrumban. Si no está cerca de una mesa, protéjase la cabeza y el cuello con los brazos.



2. ¡No se dirija a una puerta!

Existe un mito muy arraigado de que el marco de la puerta de un edificio permanecerá en pie aún cuando el resto de la casa se derrumbe a su alrededor. En los hogares de hoy en día, las puertas no son más fuertes que cualquier otra parte de la casa. Está más seguro cubriéndose debajo de un escritorio o mesa resistente.

¿ESTÁ PREPARADO PARA EL GRANDOTE?

Protéjase durante los temblores causados por un terremoto

Qué hacer en lugares específicos

Si está en el interior

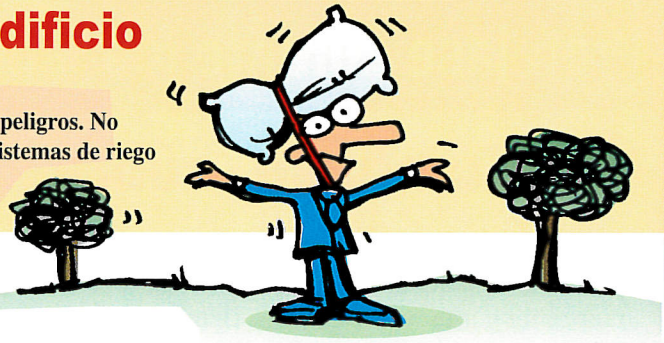
Túmbese, cúbrase y aférrese. Túmbese al piso, cúbrase debajo de una mesa o un escritorio resistente y agárrese firmemente. Esté preparado para moverse con él hasta que pase el temblor. Si no está cerca de una mesa o escritorio, tírese al piso contra una pared interior y protéjase la cabeza y el cuello con los brazos. Evite las paredes exteriores, ventanas, objetos colgantes, espejos, muebles altos, electrodomésticos grandes y muebles de cocina con objetos pesados o de vidrio. No salga corriendo al exterior. Siempre es mejor ponerse a cubierto en el lugar en que se encuentra que tratar de escapar de un terremoto.

Si está en cama

Espere y permanezca allí, protegiéndose la cabeza con una almohada. Tiene menos probabilidades de sufrir lesiones quedándose donde está hasta que pase el temblor. Evite colgar cuadros pesados sobre la cama y tenga un par de zapatos siempre a mano.

Si se encuentra en un edificio de mucha altura

Túmbese, cúbrase y aférrese. Evite las ventanas y otros peligros. No utilice los elevadores. No se sorprenda si se activan los sistemas de riego o alarmas de incendio. Prepárese y participe en los simulacros de evacuación de emergencia de su edificio.



Si está al aire libre...

Vaya a un área despejada si puede hacerlo con seguridad. Evite los cables de alta tensión, árboles, carteles, edificios, vehículos y otros peligros.

Si está conduciendo

Vaya hacia la orilla del camino, deténgase y ponga el freno de estacionamiento. Evite los pasos elevados, puentes, cables de alta tensión, carteles y otros peligros. Permanezca dentro del vehículo hasta que pase el temblor. Si un cable de alta tensión cae sobre el vehículo, permanezca en el interior hasta que una persona idónea lo retire. Si está en un puente o paso elevado, reduzca la velocidad, deténgase, evalúe la situación y luego proceda con cautela. Encienda su radio en una estación local de AM (o cambie de canal) para escuchar los informes de último minuto sobre la emergencia, los daños y las condiciones de los caminos.

Si está cerca de la playa

Túmbese, cúbrase y agárrese hasta que pase el temblor. Si un temblor fuerte dura 20 segundos o más, aléjese inmediatamente del agua a zonas más altas, ya que el terremoto podría haber generado un tsunami. No espere a que se emita la alerta oficial.