



¿CÓMO PREPARARSE? FRENTE A UN SISMO

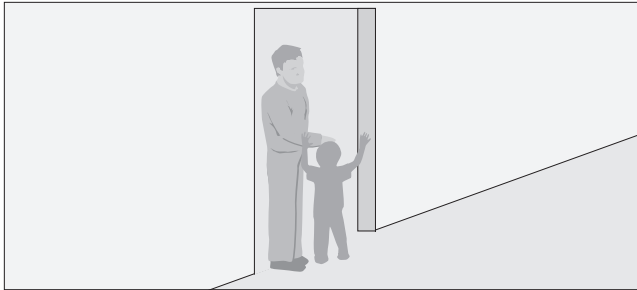
¿Está mi hogar preparado para enfrentar en buena forma un terremoto o un temblor fuerte? Diferentes factores hacen que, un mismo movimiento telúrico, pueda significar para una familia nada más que un buen susto, mientras que para su vecino pueda traer graves consecuencias.

Al momento de prepararse y tomar precauciones, tan importante como examinar el estado en el que se encuentra la construcción, es verificar el buen funcionamiento de las redes de gas y electricidad pero, sobre todo, habrá que prepararse para saber qué hacer y qué evitar frente a emergencias de ese tipo.



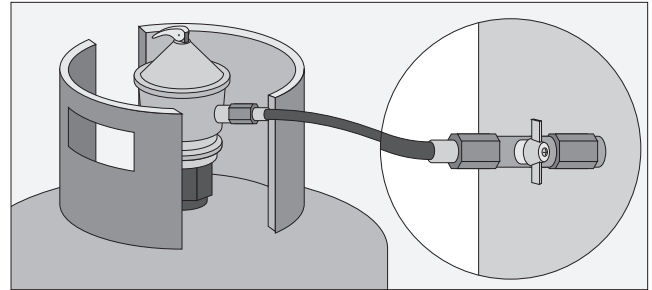
ANTES DEL SISMO, PREVENGA

1 Planificar



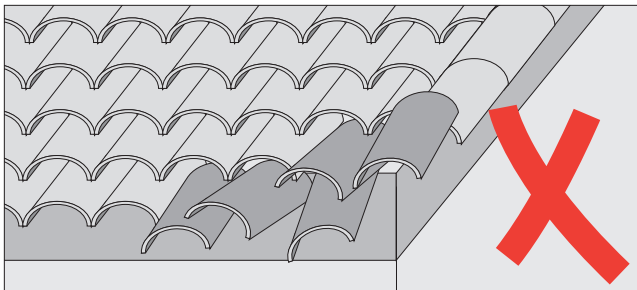
- Decidir en familia las posibles acciones en caso de sismo. Identificar con anticipación los lugares seguros al interior y fuera del hogar.
- Definir dónde guarecerse ante la emergencia y practicar un plan de evacuación cada cierto tiempo. Establecer un punto de reunión donde la familia pueda encontrarse tras un movimiento telúrico que los haga dispersarse.

2 Revisar instalaciones

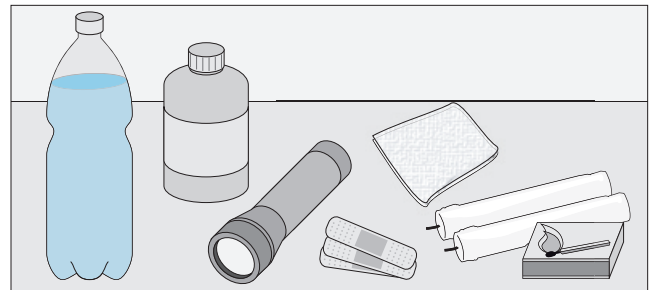


- Asegurarse de que las instalaciones de gas y electricidad se mantengan en buenas condiciones. Encargarse de que la familia conozca la ubicación de las llaves de paso de todas las instalaciones y sepan cómo cerrarlas.

3 Prevenir



- No permitir elementos que puedan desprenderse y caer en un temblor fuerte (tejas, tarros, macetas, etc.).
- No haga remodelaciones que impliquen derribar muros o pilares sin tener la asesoría de un especialista.

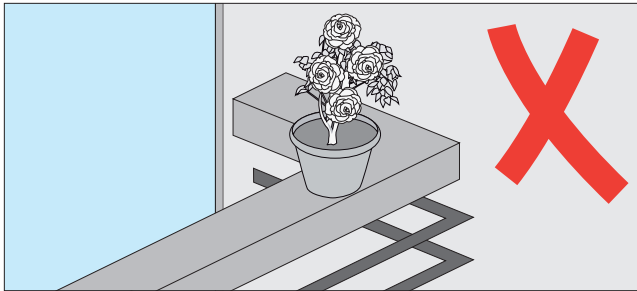
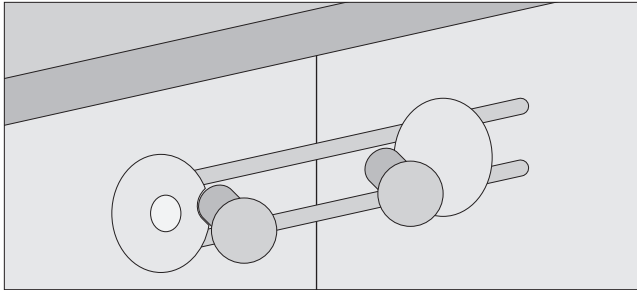


- Mantenga un kit de emergencia que cuente con los siguientes elementos:
 - Linterna a pilas y pilas de repuesto.
 - Velas, fósforos.
 - Radio a pilas y pilas de repuesto.
 - Botiquín, que cuente al menos con desinfectante, algodón, gasa, cinta adhesiva, parches curita, aspirinas.
 - Comida en lata (que no esté vencida) para unos 5 días.
 - Abridor de latas manual.
 - Agua embotellada
 - Ropa de abrigo.
 - Frazadas o sacos de dormir.
- Evalúe la conveniencia de tomar un seguro contra daños por terremoto.

RECOMENDACIONES

Mantenga a mano los números telefónicos de emergencia. Cruz Roja, carabineros, compañía de gas, de electricidad, bomberos, clínicas y hospitales.

4 Identificar objetos de riesgo

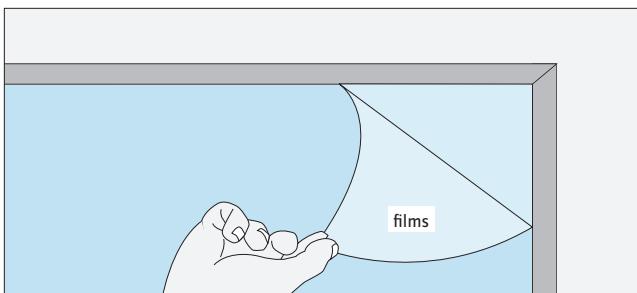


- Revisar que los objetos colgantes estén debidamente anclados y, en caso de temblor, procurar alejarse de ellos inmediatamente, ya sea un cuadro, lámpara, ventilador, espejo, etc.
- Mantener las camas alejadas de estantes, cuadros, lámparas pesadas u otros objetos que puedan caer sobre alguien en caso de sismo. Si no es posible hacerlo, anclar las estanterías firmemente al muro mediante simples escuadras metálicas. Considerar la posibilidad de utilizar barras de madera o metal en los frentes, para evitar que escapen los objetos con el movimiento.
- Instalar elementos que permitan bloquear la apertura accidental de las puertas de los muebles, especialmente los de cocina, evitando que se abran y caiga su contenido.
- También ayuda usar un velcro autoadhesivo o UHU u otro adhesivo sobre la base de los objetos delicados o frágiles, para impedir que salgan "caminando" durante un sismo.
- Procurar asegurar firmemente los maceteros en el balcón, evitando ubicarlos donde puedan caer hacia los pisos inferiores en caso de sismo.

RECOMENDACIONES

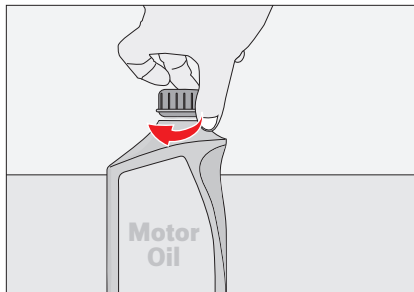
Ubicar los objetos más pesados o que se pueden quebrar fácilmente en las partes bajas de los muebles, por ejemplo televisores, grandes maceteros, libros muy pesados.

5 Tener precaución con vidrios



- Al ubicar las camas, prefiera posiciones alejadas de los ventanales.
- Cambie sus viejos ventanales de vidrio por cristales de seguridad. Otorgan mayor seguridad en caso de sismo y, además, evitan daños mayores en caso de estrellarlos.
- También puede proteger sus ventanales con láminas de seguridad (films) que se adhieren al vidrio. Se trata de una película adhesiva que evita que los pedazos de vidrio salten al romperse.

6 Evitar incendios



- Para evitar derramamientos, guarde los productos inflamables bien cerrados y en envases resistentes y en buen estado.

RECOMENDACIONES

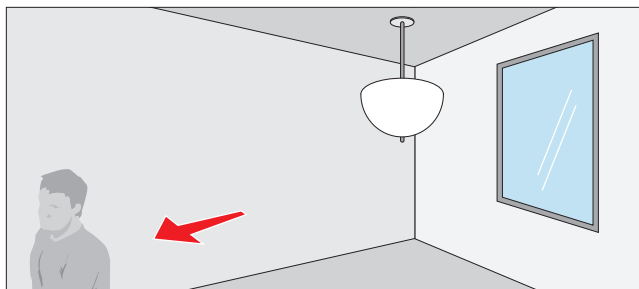
Mantenga las instalaciones eléctricas y de gas de su hogar siempre en buen estado.

DURANTE EL SISMO

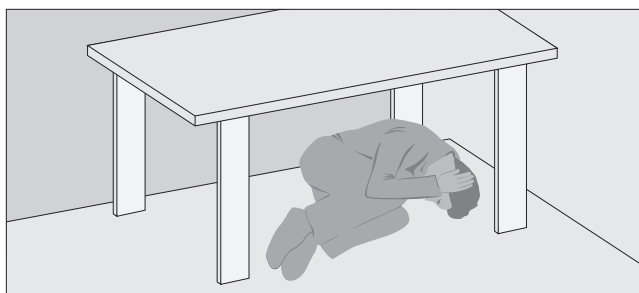
1 En un interior



- Conservar la calma y controlar el miedo. No salir corriendo a un lugar con flujo vehicular. No gritar ni empujar.
- Dentro de un edificio o en un lugar con mucha gente, sin salida cercana, tratar de permanecer en el lugar hasta que la situación se calme un poco. No utilizar ascensores mientras dure el movimiento ni en los minutos siguientes. Utilizar las escaleras sólo si es muy necesario.



- Alejarse de objetos colgantes que puedan caer (lámparas, esculturas pesadas, etc.), de vidrios y espejos que puedan romperse (ventanas, tragaluces, etc.), de estantes y muebles que pudieran volcarse o despedir otros objetos desde su interior.
- Las zonas más resistentes de una buena construcción, suelen ser las esquinas, rincones, pilares y el área que queda bajo el marco de una puerta.

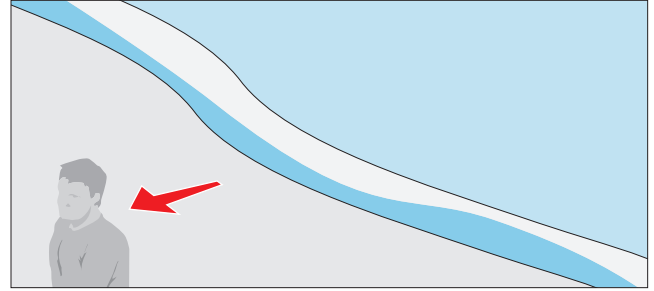
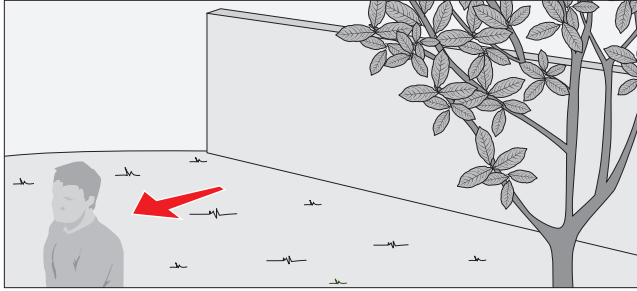


- En la cocina, salir con cuidado pero prontamente de allí, sin correr. Este suele ser un lugar donde ocurren muchos destrozos y caen muchos objetos.
- Si es invierno, tener cuidado con estufas, braseros, radiadores o cualquier utensilio caliente que pudiera volcarse o quemar, cafeteras, hervidores, etc. Apáguelos o aléjese de ellos con prontitud.
- Si la situación lo amerita y hay necesidad de protegerse, meterse debajo de una mesa o de un escritorio resistente (que no sea de vidrio) colocándose en posición fetal, con la cabeza junto a las rodillas, cubriéndola con ambas manos.

RECOMENDACIONES

Prestar especial atención y ayuda a ancianos, minusválidos y niños.

2 Al exterior



- Tratar de permanecer en áreas abiertas, alejándose de panderetas, edificios, cornisas, ductos de chimeneas, árboles, postes, cables eléctricos o cualquier otro peligro latente.
- Si se va manejando, avanzar el vehículo serenamente hacia un lugar abierto y permanecer en su interior hasta que el movimiento cese. Estacionarse alejado de peligros evidentes: edificios, cables, transformadores, puentes, vías elevadas, etc.
- Si se está en una zona costera y el movimiento es suficientemente fuerte como para tener problemas para mantenerse de pie, alejarse de inmediato de la orilla y dirigirse a los cerros o a las zonas más altas. Observar el comportamiento del mar, ya que podría sobrevenir un tsunami.

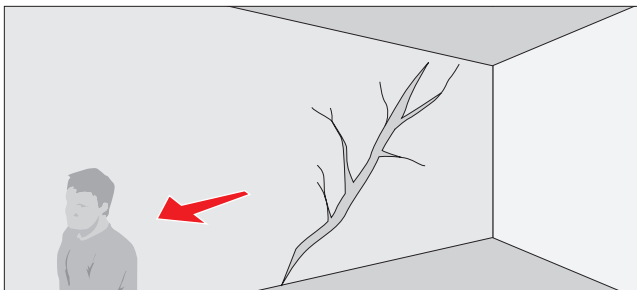
DESPUÉS DEL SISMO

1 Prestar ayuda

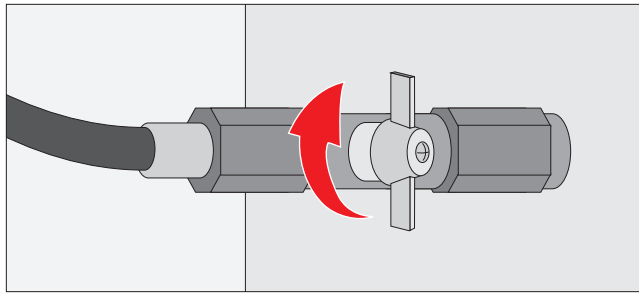


- Si no se está lesionado, procurar transmitir calma al resto. Verificar si hay alguien herido. Ser solidario con quienes lo necesiten.
- Si existe algún lesionado, evitar moverlo a menos que esté expuesto a un peligro mayor.

2 Revisar el lugar

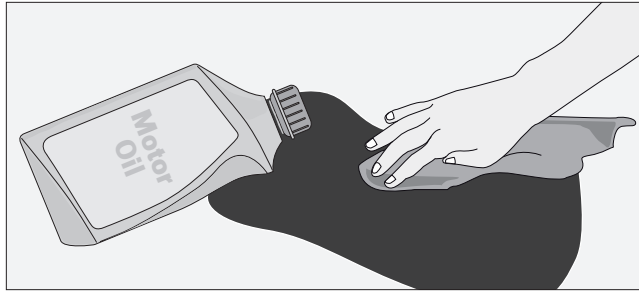


- Evaluar rápidamente los daños en la construcción circundante. En caso de haber grietas (especialmente diagonales), alejarse hasta que un especialista determine si se trata de daños importantes que puedan hacer peligrar la estabilidad del conjunto en caso de nuevos temblores. No permanecer al interior de construcciones que puedan constituir un peligro potencial. Se debe estar preparado para posibles réplicas.

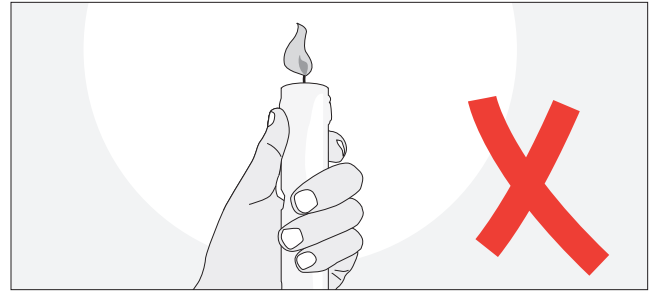


- Verificar que no haya escapes de gas o de agua y, por seguridad, cerrar las llaves de paso. Reportar a bomberos o a la compañía respectiva cualquier problema.
- Examinar el tendido eléctrico y verificar su buen estado, al igual que el del alcantarillado. Evitar pisar o tocar cables sueltos o caídos.

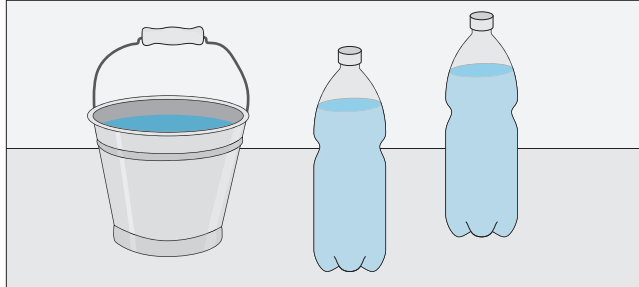
3 Tomar medidas



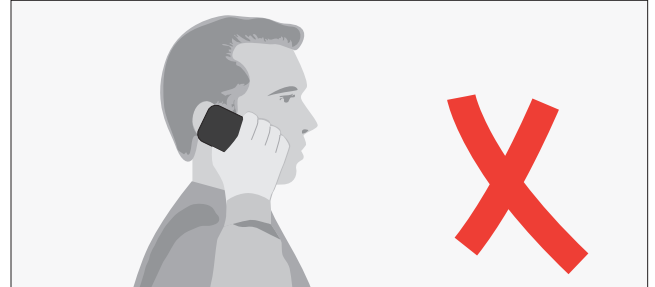
- Controlar si se han producido incendios o situaciones que puedan provocarlos.
- Limpiar de inmediato el derrame de cualquier líquido inflamable o tóxico.



- No encender fósforos, velas, interruptores, ni aparatos de llama abierta o eléctricos hasta asegurarse de que no existan fugas de gas ni problemas en la instalación eléctrica.



- Juntar agua en tinas y otros recipientes por si se corta el suministro de agua potable. En caso de no haber agua, ver la posibilidad de recurrir a la del refrigerador, o la de los estanques del baño.
- Abrir cuidadosamente las puertas de muebles y clósets pues al momento de hacerlo podrían caer objetos.
- Encender una radio a pilas para mantenerse informado respecto a cualquier instructivo de las autoridades o los equipos de rescate y primeros auxilios.



- Evitar utilizar el teléfono y automóvil a menos que se trate de una emergencia. De esa forma se colabora con que las líneas telefónicas y vías no colapsen y puedan usarlas quienes realmente lo necesiten.
- En caso de haber quedado atrapado, conservar la calma y tratar de hacer ruido con algún objeto para poder ser detectado y ayudado a tiempo.

RECOMENDACIONES

No ingerir alimentos o bebidas que puedan haber resultado contaminadas con polvo o restos de vidrio, escombros u otros materiales contaminantes.