

¿QUÉ HACER ANTE UN SISMO?



LOS SISMOS NO SON PREDECIBLES.

En 2018 se registraron 30 mil 193 sismos

La mejor herramienta para contrarrestar los efectos es la **PREVENCIÓN**.



ANTES

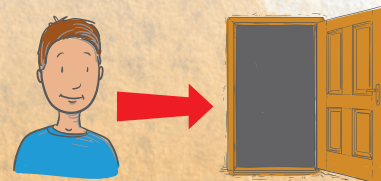
PREPARA UNA MALETA CON OBJETOS INDISPENSABLES.

PARTICIPA RESPONSABLEMENTE EN LOS SIMULACROS Y PROTOCOLOS.



ELABORA UN PLAN DE EMERGENCIA.

- Rutas de evacuación.
- Brigadas.
- Puntos seguros.
- Puntos de encuentro.



SIEMPRE CARGA UNA IDENTIFICACIÓN QUE CONTENGA:



VERIFICA CONTINUAMENTE EL ESTADO DEL INMUEBLE.



Evita correr, empujar y gritar, pues genera pánico y desorden.

SI ESTÁS EN UN PISO ALTO, REPLIÉGATE EN LAS ZONAS SEGURAS. EVITA:

SÓLO EVACÚA EL EDIFICIO HASTA QUE EL MOVIMIENTO TELÚRICO TERMINE.

DURANTE



SIGUE EL PLAN ESTABLECIDO:

- Rutas de evacuación.
- Brigadas.
- Repliegues.
- Movimientos de seguridad.



Escaleras



Elevador



Ventanas



AYUDA A REPLEGARSE A QUIEN SE LE DIFICULTE:



AL ESCUCHAR LA ALARMA TIENES 40 SEGUNDOS PARA DESALOJAR.

SI PUEDES, CIERRA LAS LLAVES DE AGUA, GAS Y LUZ. DE LO CONTRARIO, SIGUE EL PLAN.

DESPUÉS

ÉSTAS SON LAS SEÑALES QUE SALVAN VIDAS:



Silencio



Nadie se mueva



Trabajemos



Identifica los daños.



Utiliza el celular responsablemente.



Mantente informado y atiende las indicaciones.

EN CASO DE QUEDAR ATRAPADA(O):

- Mantén la calma.
- Comparte tu ubicación.
- Golpea objetos.
- Si intentas salir solo, cuidado.
- Cubre tu nariz, boca y cabeza.
- Respira lento y profundo.



Si detectas a alguien atrapado, avisa a las autoridades.

Fuentes:

Secretaría de Gestión integral de riesgos y protección civil (2019) Guía para saber qué hacer en caso de sismo.

Secretariado Técnico del Consejo Nacional para la Prevención de Accidentes (2017) Manual de protección civil ante casos de emergencias, contingencias y desastres.

Servicio Sismológico Nacional (2019) Estadísticas de los sismos reportados por el SSN.