

## **RECOMENDACIONES ANTE UN TERREMOTO**

### **Modo de actuación cuando se está produciéndose un terremoto**

Si estamos dentro de un edificio:

1. No correr y mantener la calma y evitar situaciones de pánico que puedan producir avalanchas.
2. Colocarse debajo de una mesa o mueble resistente, junto a un muro de carga o debajo del marco de una puerta.
3. Alejarse de ventanas, cristaleras y estanterías.
4. Sentarse en el suelo, flexionando y levantando las rodillas cubriéndose con ellas el cuerpo. Proteger la cabeza con las manos o cualquier cosa de la que se disponga (libro, cojín, etc)
5. Intentar no permanecer en lugares donde puedan producirse escapes de gas que puedan provocar explosiones (por ejemplo, la cocina).

Si estamos fuera del edificio tenemos que alejarnos de edificios, farolas y árboles o tendidos eléctricos.

### **Modo de actuación cuando ha finalizado el terremoto**

1. Debemos abandonar lo más rápido posible el edificio.
2. No utilizar el ascensor
3. Utilizar luz de linternas, pues la chispa producida al accionar un interruptor de luz eléctrica, en presencia de gas puede producir una explosión.
4. Cortar el suministro de gas, luz y agua.
5. Si se aprecia un escape de gas no debemos cortar la luz ya que al hacerlo puede saltar una chispa que prenda el escape. No se deben utilizar aparatos eléctricos que puedan causar chispas.
6. Debemos evitar acercarse a cables caídos. Hay que recordar que el agua, que puede fluir al romperse las tuberías, es conductor de la corriente eléctrica que pueden transmitir cables caídos como consecuencia del seísmo.
7. No debemos asomarnos a ventanas o balcones ya que podrían estar dañados por efecto del terremoto, derrumbándose debido al peso de las personas.
8. No debemos utilizar el teléfono al menos que sea estrictamente necesario ya que pueden colapsarse líneas vitales de comunicación de las autoridades.
9. Si no hay peligro de explosión, debemos encender la radio para escuchar las noticias y partes de Protección Civil.

10. Siempre hay que obedecer las instrucciones de las autoridades.
11. Debemos procurar no mover a personas gravemente heridas a menos que sea necesario. Espere a que lleguen equipos de rescate.
12. Mucho cuidado al abrir armarios, los productos almacenados dentro pueden caer al abrir las puertas.
13. Pueden producirse réplicas (pequeños terremotos posteriores a uno mayor), que pueden causar destrozos adicionales, por los que debe mantenerse alejado de los edificios dañados.
14. La conducción en un área afectada por un terremoto puede ser peligrosa debido al deterioro de las vías de comunicación producido por el seísmo. La huida masiva de una zona afectada puede colapsar las vías de comunicación dificultando la actuación de los equipos de emergencia.
15. No debemos hacer uso de los servicios hasta comprobar que la red de alcantarillado está en condiciones.
16. No debemos beber agua directa del grifo, sino embotellada o hervida.
17. Si el epicentro del terremoto es marino, hay que alejarse de la costa ya que puede haberse generado un maremoto.