RECOMENDACIONES EN CASO DE SISMO

Antes

Durante

Después

Use un silbato si requiere ayuda. Grite solo como último recurso o use los mensajes **SMS del celular.**

Sepa que después de un sismo **vendrán réplicas.** Si el lugar donde se encontraba fue afectado por el primer temblor evite volver a el.

Conserve la calma.

Aléjese de ventanas, vidrios, paredes, lámparas y muebles que puedan caer.

Ubíquese en el punto de encuentro definido con su familia o empresa.

Identifique objetos que puedan convertirse en un peligro durante un sismo.

Realice simulacros de evacuación.

Cubra cara y cabeza con sus brazos y agáchese lejos de ventanas y estanterías.

Inspeccione su hogar para ver si hay daños estructurales; si no es seguro, no ingrese.

Identifique las rutas de evacuación de su hogar y lugar de trabajo.

Use linternas de batería. No use velas ni fósforos en el interior después de un sismo, ya que puede haber fugas de gas.

Tenga a mano botiquín de primeros auxilios y kit de emergencia.

Ubíquese en las zona de seguridad.

Conozca dónde y cómo cerrar el paso de la electricidad, el gas y el agua.

Si está en la calle o en un vehículo, **busque protección** lejos de edificios, árboles, cables, postes y vidrios.

No mueva personas que estén seriamente lesionadas a menos que estén en peligro de muerte.

No utilice ascensores.

INSCRIBETE AL CURSO DE PRIMER RESPONDIENTE

PRIMER RESPONDIENTE
Siempre que se pueda