

¿Qué hacer en caso de sismo?

Indicaciones generales durante el movimiento sísmico :

1.-SI ESTA EN EL INTERIOR DE UN EDIFICIO PERMANEZCA AHI.

Deberá alejarse de ventanas que puedan romperse , de repisas altas y otros objetos que puedan venirse abajo. Este alerta de objetos que estén cayendo, como aparatos de alumbrado ,desprendimientos de plafón y cielo etc.

2.-BUSQUE REFUGIO SI ES POSIBLE.

Póngase si es posible debajo de una mesa fuerte, mesabanco, mostrador o escritorio. Algunas veces estos muebles se mueven, esté listo a moverse junto con ellos. Guarde la calma; el pánico es el principal enemigo en estos casos, no corra.

3.-SI SE ENCUENTRA EN EL EXTERIOR DEL EDIFICIO PERMANEZCA AHI.

Alejese de edificios y tendidos eléctricos, muchas lesiones son causadas por pedazos que caen sobre transeúntes, o sobre aquellos que salen de edificios. Tirese al piso, o intoduzcase a su vehículo, el cual es un lugar muy seguro.

4.-MAESTROS Y ALUMNOS EN CLASE.

Si no es posible ponerse debajo del mesabanco o escritorio, permanezcan sentados en el mesabanco, flexionando el cuello hacia abajo y cubriendo su cabeza con cuadernos y libros. Si su mesabanco está próximo a ventanas, levántese con calma y péguese a la pared que no tenga pizarrón o ventanas resguardando su cabeza y cuello con manos y brazos. El alumno que está sentado más próximo a la puerta deberá abrirla y quedarse bajo el marco.

Al terminar el sismo :

Evite perder el tiempo reuniendo las pertenencias personales. Salga ordenadamente cuando ya no se sientan movimientos. No correr , no gritar, no bromear. Seguir las señales que marcan las rutas de evacuación hacia las zonas de seguridad o puntos de reunión. No trate de regresar al inmueble a rescatar sus pertenencias, recuerde que probablemente haya réplicas, espere instrucciones. No se deberá intentar salir inmediatamente en su carro, ni usar el teléfono. Reportar a gente lastimada a la brigada de búsqueda y rescate, pero no mueva a personas inconscientes, fracturadas o atrapadas.

EN CASO DE QUEDAR ATRAPADO :

No se desespere; recuerde: hay gente que lo rescatará, espere ayuda. Mantenga ocupada la mente. Haga ruidos de vez en cuando, para orientar a los socorristas. Trate de conservar el aire : Economice esfuerzos. Si no puede moverse, no se jalonee. No trate de prender cerillos o encendedores para ver.