

PROTÉGETE

Terremotos

¿Qué hacer DURANTE?

Los testimonios de aquellos que han experimentado un sismo subrayan lo impactante y desorientador que pueden resultar esos segundos en los que la tierra tiembla. Sin embargo, nuestra reacción en esos segundos es la clave para proteger la vida.

¿Qué puedo esperar?

Los conocedores explican que durante un terremoto podrás sentir un movimiento violento que podría durar más de un minuto y pudiera ser difícil mantenerse de pie. A este movimiento desorientador se suma un ruido muy fuerte, acompañado de objetos que se caen y cristales que estallan con la vibración.

¿Cómo me protejo?

En un terremoto lo más importante es actuar rápido y buscar un lugar seguro. Aunque el instinto natural es tratar de salir si estamos en un edificio, las estadísticas muestran que las personas que tratan de salir son las más propensas a recibir lesiones. Además, los ascensores y escaleras son lugares peligrosos durante un terremoto.

Los expertos en desastres están de acuerdo en que la mejor forma de protegerte se resume en tres palabras: agáchate, cúbrete y sujétate. Si estás dentro de una estructura, cubre tu cabeza y muévete bajo una mesa, escritorio o cama fuerte y aguántate ya que por el movimiento el mueble puede dejar de cubrirte (agáchate, cúbrete, sujétate). No se recomienda que te pares bajo el marco de una puerta. Aléjate de la cocina, ventanas, puertas de cristal, espejos, estantes, libreros y gabinetes. Si te encuentras en un lugar público, evita correr hacia la salida porque puede haber una multitud de personas aglomeradas y podrían atropellarte.

Si te encuentras en la calle, es importante que te alejes de los edificios, cables eléctricos, árboles u otros peligros que puedan causarte daño. Identifica rápidamente hacia donde dirigirte, se recomienda buscar un lugar abierto. En el caso de que te encuentres en tu auto, debes detenerte pero lejos de postes, cables eléctricos, puentes y túneles. De estar en un centro comercial o supermercado debes alejarte de las góndolas y vitrinas. Si es posible, vira el carrito de compras y trata de protegerte con él.

Durante un terremoto lo más importante es mantener la calma para actuar apropiadamente y con prudencia.