

PREPÁRESE PARA UN TERREMOTO



FEMA

FEMA P-2200/May de 2018

Los terremotos pueden derrumbar edificios y provocar la caída de objetos pesados, lo que provoca lesiones y daños materiales.

Los terremotos son la sacudida repentina y rápida de la tierra, causada por la rotura y el desplazamiento de las placas tectónicas.



Pueden ocurrir en cualquier lugar. Las zonas de mayor riesgo son California, Alaska y el valle del Mississippi



No dan ningún aviso



Provocan incendios y dañan las carreteras



Causan tsunamis, deslizamientos de tierra y avalanchas

SI OCURRE UN TERREMOTO, PROTÉJASE DE INMEDIATO



Si está en un vehículo, salga de la carretera y deténgase.



Si está en la cama, quédese allí.



Si está al aire libre, permanezca en el exterior.



No se pare debajo de los marcos de las puertas.



No corra al exterior.

MANTÉNGASE A SALVO ANTE UN TERREMOTO

Prepárese AHORA

Asegure los artículos como los televisores y los objetos que cuelgan de las paredes. Guarde los objetos pesados y frágiles en estantes bajos.

Practique con su familia y sus compañeros de trabajo el “Agáchese, cúbrase y agárrese” (Drop, Cover, and Hold On). Déjese caer sobre las manos y las rodillas. Cúbrase la cabeza y el cuello con los brazos. Arrástrese solo lo necesario para cubrirse de los objetos que caen. Agárrese a cualquier mueble resistente hasta que el temblor cese.

Cree un plan de comunicación de emergencia familiar que tenga un contacto fuera del estado. Planifique dónde reunirse si se separan.

Haga un kit de suministros que incluya suficiente comida y agua para varios días, una linterna, un extintor y un silbato. Tenga en cuenta las necesidades específicas de cada persona, incluida sus medicinas. No olvide las necesidades de las mascotas. Tenga baterías de repuesto y dispositivos de carga para teléfonos y otros equipos críticos.

Considere las pólizas de seguro para terremotos. El seguro estándar para propietarios de viviendas no cubre los daños por inundaciones o terremotos.

Considere la posibilidad de adaptar su edificio si tiene problemas estructurales que lo hagan vulnerable al colapso durante un terremoto.

Sobreviva DURANTE

Agáchese, cúbrase y agárrese como ha practicado. Déjese caer sobre las manos y las rodillas. Cúbrase la cabeza y el cuello con los brazos. Agárrese a cualquier mueble resistente hasta que el temblor cese. Arrástrese solo si puede alcanzar un lugar con mejor protección sin pasar por una zona con más escombros.

Si está en la cama, quédese allí y cúbrase la cabeza y el cuello con una almohada.

Si está en el interior, quédese allí hasta que cesen las sacudidas. NO corra al exterior.

Si está en un vehículo, deténgase en una zona despejada que esté lejos de edificios, árboles, pasos elevados, pasos subterráneos o cables de servicios públicos.

Si está en un edificio alto, espere a la activación de las alarmas de incendio y los aspersores. No utilice los ascensores.

Si está cerca de laderas, acantilados o montañas, esté atento a la caída de rocas y desprendimientos.

Manténgase a salvo DESPUÉS

Sepa que las réplicas seguirán ocurriendo según la magnitud del terremoto.

Compruebe si tiene lesiones.

Si se encuentra en un edificio dañado, salga al exterior y aléjese rápidamente del edificio.

No entre en los edificios afectados.

Si está atrapado, envíe un mensaje de texto o golpee una tubería o una pared. Cúbrase la boca para protegerse y utilice un silbato en lugar de gritar.

Si se encuentra en una zona que puede experimentar tsunamis, aléjese de la costa o a diríjase a un terreno más elevado inmediatamente después de que cesen las sacudidas.

Limite las llamadas telefónicas para las emergencias.

Lleve calzado resistente y guantes de trabajo.

Sea proactivo con su seguridad

Visite [Listo.gov/terremotos](https://www.fema.gov). Descargue la aplicación móvil de FEMA para obtener más información sobre cómo prepararse para un terremoto.



FEMA

FEMA P-2200