

Sismo

Cómo actuar y qué hacer antes y después

en Centros de Trabajo y en el Hogar

Liberación súbita de energía generada por el movimiento de grandes volúmenes de rocas en el interior de la Tierra, entre su corteza y manto superior, que se propaga en forma de vibraciones a través de las diferentes capas terrestres, incluyendo los núcleos externo o interno de la Tierra.

Antes

- ◉ Evalúa las estructuras de tu casa o centro de trabajo, identifica los peligros, señala las zonas seguras y adopta las medidas correctivas.
- ◉ Identifica rutas de escape y zonas de seguridad. Distribuye los muebles y equipos para despejar las rutas de escape. Asegura las repisas y lámparas.
- ◉ Realiza simulacros con tu familia y compañeros de trabajo con la finalidad de corregir y mejorar las acciones en caso de sismo.
- ◉ Ten a mano un botiquín de primeros auxilios equipado con alcohol, agua oxigenada, aseptil rojo, algodón, esparadrapo y vendas, una linterna y un extintor.



Durante

- ◉ Conserva la calma, infunde serenidad y ayuda a los demás.
- ◉ Si no puedes evacuar el lugar, ubícate en las zonas de seguridad.
- ◉ Aléjate de las ventanas, repisas y de cualquier utensilio o artefacto caliente y de objetos que puedan rodar o caer, no uses los ascensores, puedes quedar atrapado. Si el sismo te sorprende dentro, sal de inmediato e impide que otras personas ingresen.
- ◉ Si estás en la calle busca protección lejos de edificios, árboles, cables y vehículos en marcha. Ubícate en parques, patios, playas de estacionamiento, jardines, etc.
- ◉ Si te encuentras en tu vehículo, estacionalo en un lugar fuera de peligro, lejos de edificios y puentes.



Después

- ◉ Revisa el inmueble para determinar si es habitable o no y evalúa los daños.
- ◉ Si estás preparado, coopera proporcionando ayuda y atención de Primeros Auxilios. Ayuda a los lesionados, niños, ancianos y a las personas discapacitadas.
- ◉ No trates de mover a los heridos graves o con fracturas.
- ◉ Sigue las recomendaciones de las autoridades y del Comité de Defensa Civil.
- ◉ Reúnete con tus hijos y familiares en el lugar común de encuentro previamente establecido, luego de ocurrido el sismo.



ZONAS DE SEGURIDAD INTERNAS: Unión de columnas, bajo los umbrales de las puertas, debajo de mesas y muebles resistentes.

ZONAS DE SEGURIDAD EXTERNAS: Patios, jardines, campos deportivos, playas de estacionamiento.



Sismo

Cómo actuar y qué hacer en nuestra Institución Educativa



ATENCIÓN A LAS SIGUIENTES MEDIDAS PREVENTIVAS



Antes

- Participa en los simulacros de evacuación, con seriedad y responsabilidad.
- Identifica las señales de seguridad y la ubicación de las zonas seguras de tu Institución Educativa.
- Con ayuda de tus profesores, prepara un botiquín de Primeros Auxilios que contenga: alcohol, agua oxigenada, aseptil rojo, algodón, esparadrapo y vendas.



Durante

- Mantén la calma, no corras ni grites. Obedece las instrucciones de tus profesores.
- Abandona el aula en orden sin empujar a tus compañeros.
- Sigue las rutas de evacuación.
- Ubícate en las zonas de seguridad internas y externas, previamente identificadas.
- Aléjate de las ventanas que puedan romperse y de objetos calientes que puedan caer sobre ti.
- Si alguien cae, ayúdalo rápidamente y continúa la evacuación.



Después

- El profesor verificará que todos los alumnos hayan salido de las aulas.
- No toques cables eléctricos caídos.
- Si estás capacitado, apoya en la atención de los heridos.
- Reúnete con tus padres o tutores en el lugar común, previamente acordado.

Identifica las siguientes señales de seguridad



Zona de Seguridad



No utilizar en caso de Sismo



Extintor



Rutas de Evacuación



ZONAS DE SEGURIDAD

INTERNAS

Unión de columnas, bajo los umbrales de las puertas, debajo de mesas y muebles resistentes.

EXTERNAS

Patios, jardines, campos deportivos, playas de estacionamiento.

