

## MOVIMIENTOS SÍSMICOS

La causa de un terremoto, temblor o sismo, se da por el movimiento de la corteza terrestre que generan deformaciones intensas en las rocas del interior de la tierra, acumulando energía que súbitamente es liberada en forma de ondas que sacuden las superficies terrestres.

Este fenómeno no representa un riesgo, salvo en casos excepcionales, pero sí nos afectan sus consecuencias, ocasionando catástrofes: caída de construcciones, incendios, avalanchas y tsunamis.



### Recomendaciones antes de un Movimiento Sísmico

1. Permanecer enterado de los planes de prevención de la región, que para este tipo de desastres hayan preparado las autoridades.
2. Prepararse psicológicamente para afrontar este tipo de emergencia.

3. Acostúmbrese de mantener agua potable y todo tipo provisiones.
4. Estudie la resistencia de su edificación.
5. Con sus familiares crear un plan de encuentro.

## Recomendaciones durante un Movimiento Sísmico

1. Procure mantener la calma y trate de serenar a los demás.
2. Si está bajo techo protéjase de la caída de ladrillos, lámparas, artefactos eléctricos, materas, bibliotecas, cuadros y cualquier otro objeto pesado o cortante como los vidrios y protéjase debajo del marco de puertas, mesas, escritorios, camas, o de un lugar resistente de la edificación.
3. No se sitúe debajo de aleros o balcones, algunos pueden estar débilmente contruidos y ser los primeros en caerse.



4. Después del terremoto principal es posible que ocurran otros conocidos como “réplicas” tumbando algunas edificaciones que quedan debilitadas. Por ese motivo esté alerta y aléjese de lugares que se puedan derrumbar.

5. Si está en un área descubierta aléjese de edificaciones, paredes, postes, árboles, cables eléctricos y otros elementos que puedan caerse. Si está en un vehículo particular deténgalo inmediatamente permaneciendo en él o debajo de él. Si viaja en un vehículo de transporte público lleno de pasajeros, la labor de detenerlo y desocuparlo tomará seguramente más tiempo que lo que dure el terremoto. Por lo tanto se debe permanecer dentro.



6. Si está en un cine o un estadio no se precipite a buscar la salida, muchas otras personas querrán hacerlo. Colabore para evitar el pánico.
7. Si se encuentra cerca de ríos aléjese de las orillas y busque refugio en un sitio alto y de poca pendiente, porque pueden ocurrir deslizamientos de tierra, represamientos y avalanchas.

## **Recomendaciones después de un Movimiento Sísmico**

1. Mientras las autoridades correspondientes acuden a prestarle ayuda; conserve la calma y trate de organizarse con sus vecinos en las labores de acuerdo a los conocimientos de cada uno. En muchos casos se dificulta que los cuerpos del socorro lleguen pronto.

2. Si queda atrapado procure utilizar una señal visible o sonora. Si emplea escaleras, esté seguro que van a resistir el peso y el movimiento.
3. Revise el estado de deterioro en que quedó la edificación y en particular su estructura, porque pueden ocurrir réplicas que derrumben lo que ha quedado débil. Si es el caso trasládese a un lugar más seguro.



4. Suspenda el paso de energía eléctrica y gas hasta estar seguro de que no hay cortos, ni fugas. Si debe encender fósforos, velas, etc., tenga mucho cuidado ya que puede causar una explosión si hay escapes de gas o combustible en el lugar.
5. Al evacuar, no se devuelva por ningún motivo.
6. No use agua de los grifos para beber. El agua puede estar contaminada. Use como reserva el agua de calentadores, tanques de inodoro y de otros tanques limpios.
7. Equípese, pero no acapare víveres.