

## Qué hacer **durante** un terremoto



**AGÁCHESE**



**CÚBRASE**



**AGÁRRESE**



**CÁLMESE**

En la medida de lo posible trate de mantenerse tranquilo



**EN EL INTERIOR**

Aléjese de muebles, ventanas y lámparas



**EN EL EXTERIOR**

Aléjese de edificios, muros y postes eléctricos



Si está conduciendo pare en un lugar seguro, encienda las luces de emergencia y permanezca dentro del vehículo

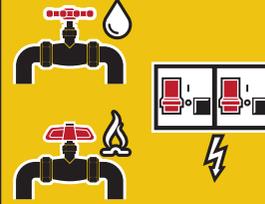


Si utiliza silla de ruedas, frénela en lugar seguro y protéjase la cabeza con los brazos



Si está en un lugar de asistencia masiva protéjase la cabeza con los brazos o resguárdese debajo de asientos y mesas

## Qué hacer **después** de un terremoto



**CIERRE**

llaves de agua, luz y gas



**UTILICE**

las escaleras



**NO UTILICE**

los ascensores



**APAGUE**

todo tipo de fuego



**ILUMINE**

con linterna, no con fuego



**NO ENTRE**

en edificios dañados



**Si está atrapado**

Cúbrase la boca y la nariz, evite gritar porque puede asfixiarse con el polvo. Golpee con un objeto para indicar su posición



**Si hay heridos**

No mueva a las personas gravemente heridas a menos que estén en peligro inminente de sufrir daños



Esté alerta ante las posibles réplicas que puedan ocurrir



No use el teléfono a menos que sea estrictamente necesario



Sólo haga caso de informaciones de organismos y autoridades oficiales