**RECOMENDACIONES BÁSICAS PARA PROTEGERSE DE LOS TERREMOTOS**

Tenga preparado un botiquín


Fije los muebles a la pared

**Antes del Terremoto:**


Sujete bien los objetos peligrosos

1. **Tenga preparados:** botiquín de primeros auxilios, linternas, radio a pilas, pilas, etc. y algunas provisiones en sitio conocido por todos. Sepa cómo desconectar la luz, el gas y el agua.
2. **Prevea un plan de actuación** en caso de emergencia y asegure el reagrupamiento de la familia en un lugar seguro.
3. **Confeccione un directorio telefónico** para, en caso de necesidad, poder llamar a Protección Civil, Bomberos, Asistencia Sanitaria o Policía.
4. **No coloque objetos pesados** encima de muebles altos, asegúrelos en el suelo.
5. **Fije bien a las paredes muebles** como armarios, estanterías, etc. y sujete aquellos objetos que pueden provocar daños al caerse, como cuadros, espejos, lámparas, productos tóxicos o inflamables, etc.
6. **Revise la estructura de su vivienda** y, sobre todo, asegúrese que chimeneas, aleros, revestimientos, balcones, etc. tengan una buena fijación a los elementos estructurales. Si fuera necesario, consulte a un técnico en construcción.

**Durante el Terremoto:**


Protejase bajo una cama


No utilice el ascensor

Si el terremoto no es fuerte, **tranquilícese**, acabará pronto.

Si el terremoto es fuerte, **mantenga y transmita la calma**. Agudice la atención para evitar riesgos y recuerde las siguientes instrucciones:

1. Si está dentro de un edificio, quédese dentro; si está fuera, permanezca fuera. El **entrar o salir de los edificios sólo puede causarle accidentes**.
2. Dentro de un edificio busque **estructuras fuertes**: bajo una mesa ocama, bajo el dintel de una puerta, junto a un pilar, pared maestra o en un rincón y proteja su cabeza.
3. **No** utilice el ascensor y **nunca** huya precipitadamente hacia la salida.
4. Apague todo fuego. **No utilice ningún tipo de llama** (cerilla, encendedor, vela, etc.) durante o inmediatamente después del temblor.
5. Fuera de un edificio ,**aléjese** de cables eléctricos , cornisas, cristales, pretiles, etc .
6. **No** se acerque **ni** penetre en los edificios para evitar ser alcanzado por la caída de objetos peligrosos (cristales, cornisas, etc.). Vaya hacia **lugares abiertos**, no corra y cuidado con el tráfico.
7. Si va en coche cuando ocurra el temblor, párelo donde le permita el permanezca dentro del mismo, **retirado** de puentes y tajos.


Protejase bajo una mesa


Alejese de cables eléctricos

**Después del Terremoto:**


No huya precipitadamente

* **Guarde la calma** y haga que los demás la guarden. Impida cualquier situación de pánico.
* Compruebe si alguien está herido, préstele los auxilios necesarios. Los heridos graves **no** deben moverse, salvo que tenga conocimientos de cómo hacerlo; en caso de empeoramiento de la situación (fuego, derrumbamiento, etc.) muévalo con **precaución**.
* Compruebe el estado de las conducciones de agua, gas y electricidad, hágalo visualmente y por el olor, **nunca** ponga en funcionamiento algún aparato. Ante cualquier anomalía o duda, cierre las llaves de paso generales y comuníquelo a los técnicos o autoridades.
* **No utilice el teléfono**. Hágalo solo en caso de extrema urgencia. Conecte la **radio** para recibir información o instrucciones de las autoridades.
* Tenga **precaución** al abrir armarios, algunos objetos pueden haber quedado en posición inestable.
* **Utilice botas** o zapatos de suela gruesa para protegerse de los objetos cortantes o punzantes.
* **No** repare de inmediato los desperfectos, excepto si hay vidrios rotos o botellas con sustancias tóxicas o inflamables.
* Apague cualquier incendio, si no pudiera dominarlo contacte **inmediatamente** con los bomberos.
* Después de una sacudida muy violenta salgan **ordenada y paulatinamente** del edificio que ocupen, sobre todo si éste tiene daños.
* Aléjese de las construcciones dañadas. **Vaya hacia áreas abiertas**.
* Después de un terremoto fuerte siguen otros pequeños, [**réplicas**](http://www.ugr.es/~iag/divulgacion/div_d.html#rep) que pueden ser causa de destrozos adicionales, especialmente en construcciones dañadas. **Permanezca alejado** de éstas.
* Si fuera urgente entrar en edificios dañados hágalo rápidamente y no permanezca dentro. En construcciones con daños graves **no** entre hasta que sea autorizado.
* Tenga cuidado al utilizar agua de la red ya que puede estar contaminada. **Consuma agua embotellada o hervida**.
* Si el epicentro de un gran terremoto es marino puede producirse un **maremoto**. Esto puede ser importante en la zona del Golfo de Cádiz. **Permanezca alejado de la playa**.


No salga al balcón

**COLABORE CON PROTECCIÓN CIVIL:**

* Actúe según las **normas o recomendaciones** ante Emergencias Sísmicas y las directrices de Protección Civil.
* **Conecte la radio** y siga las instrucciones que dicten las autoridades. **No** se deje influenciar por rumores, tampoco los propague.
* **Informe** a las autoridades de los destrozos graves en edificaciones, sobre todo de aquellas que amenacen con derrumbarse en zonas de tránsito. **Comunique** la existencia de material peligroso (productos radioactivos, tóxicos, etc.) o cualquier hecho (incendio, explosiones, etc.) que amenace con aumentar o desencadenar más daños.
* Trabaje junto a Protección Civil y bajo sus órdenes. **La coordinación es imprescindible**. Colabore en la ayuda a heridos, enfermos, niños y ancianos. **Protección Civil somos todos.**
* Atienda las llamadas que hagan las autoridades. **No** acuda a las zonas afectadas si no se le solicita. Curiosear es peligroso y dificulta las labores de socorro.
* **No** utilice el coche ya que hay peligro de accidentes e impide las ayudas externas.
* Utilice el teléfono **sólo** en casos extremos. Economice sus recursos (agua, alimentos, etc.). **Colabore con sus vecinos**.

|  |
| --- |
| RECUERDE OUE LA **MEJOR** MANERA DE PROTEGERSE EN CASO DE UN TERREMOTO FUERTE ES, ESTANDO **BIEN** **INFORMADO Y PREPARADO** |

**CONCEPTOS UTILES:**

* **Terremoto:** Liberación súbita y brusca de energía acumulada por la deformación lenta en la superficie de la tíerra, que se propaga en forma de ondas sísmicas.
* **Fuente sísmica:** Volumen de roca que se fractura durante un terremoto.
* **Sacudida sísmica:** Conjunto de movimientos vibratorios del terreno.
* **Hipocentro:** Punto donde se inicia el terremoto.
* **Epicentro:** Punto de la superficie situado en la vertical del foco o hipocentro.
* **Réplicas:** Terremotos más pequeños que ocurren después de un terremoto.
* **Precursores:** Terremotos más pequeños que ocurren antes del terremoto principal.
* **Magnitud:** Parámetro ideado por Richter que indica el tamaño y la energía liberada por el terremoto en forma de ondas sísmicas. La escala de magnitud no tiene límites, aunque no se han observado terremotos de magnitud local superior a 9.
* **Intensidad:** Parámetro que indica el efecto de las sacudidas en un lugar afectado por las sacudidas sísmicas. Se mide a través de las reacciones de las personas, del grado de destrozos producidos en las construcciones y por las perturbaciones provocadas en el terreno (grietas, deslizamientos, desprendimientos, etc.). La escala oficial en España es la E.M.S. 92 que está dividida en 12 grados. Los destrozos empiezan a ser importantes a partir del grado VII.