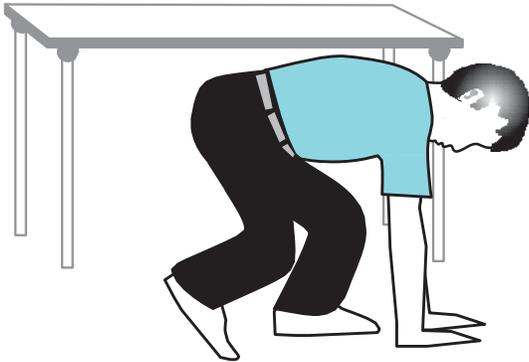


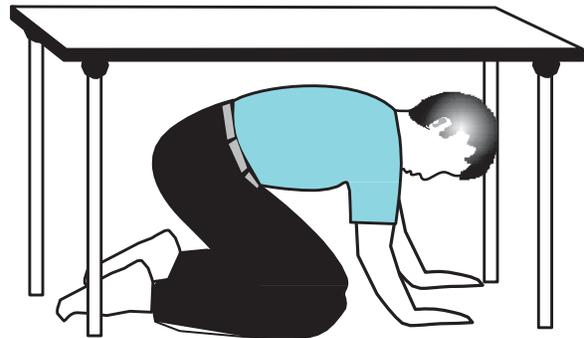
Cómo mantenerse seguro durante un terremoto

Cuando tiemble la tierra...

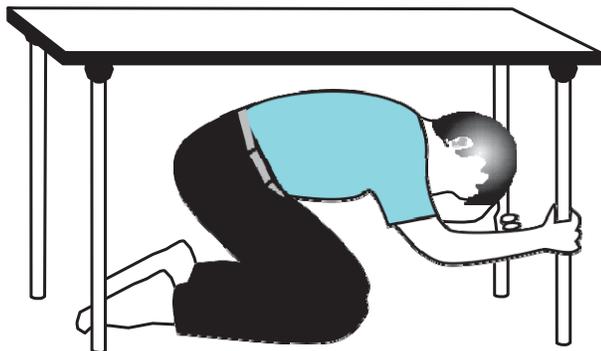
Láncese al suelo...



Cúbrase...



Esper...



Cómo mantenerse seguro durante un terremoto



No corra durante el temblor.

La mayoría de lesiones ocurre debido a objetos que caen, no por edificios que se desploman.



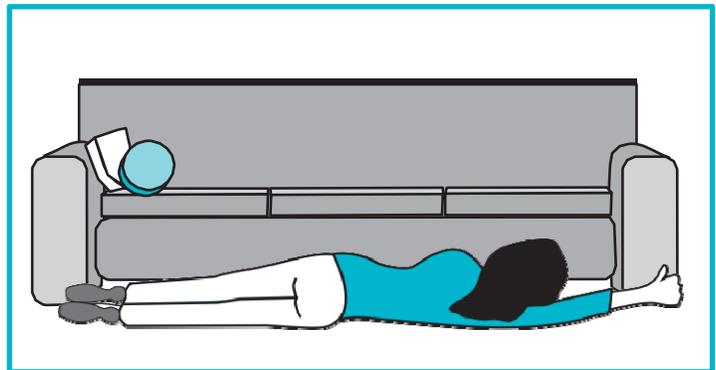
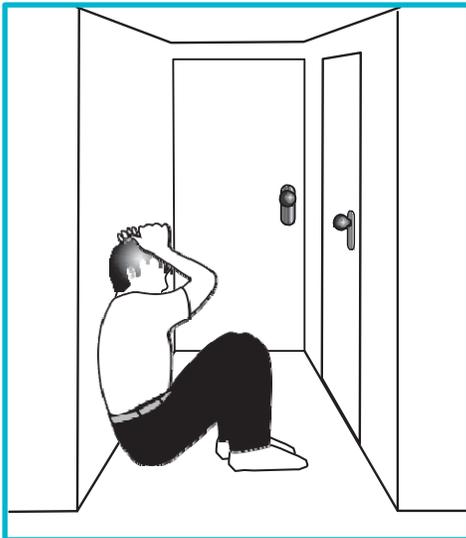
Láncese al suelo, cúbrase y espere debajo de un escritorio o una mesa.

Permanezca ahí hasta que se detenga el temblor.



Si se encuentra en un lugar en que no haya mesa, ¡póngase en cuclillas!

Intente meterse debajo o a la par de algo. La mejor opción es meterse debajo de un escritorio o una mesa. Siéntese apoyado en alguna pared interior. Ponerse en cuclillas a la par de muebles pesados o agacharse entre las filas de sillas en iglesias, salas de cine y estadios o contiguo a o debajo de una carretilla del supermercado.



Si se encuentra afuera en un área abierta, permanezca allí. Siéntese y cúbrase la cabeza con los brazos.



Si se encuentra en un área exterior, pero cerca de un edificio, retírese de este para estar a salvo de vidrios y otros objetos que se desplomen. El área inmediata exterior del edificio se conoce como “zona de peligro”.



NOTA: los portales NO son un lugar seguro recomendado para estar en un terremoto. Es difícil quedarse en el portal durante el temblor y la puerta a menudo causa lesiones, puesto que oscila para abrirse y cerrarse durante el temblor.