

¿Y DESPUÉS QUÉ?

1. Comuníquese con sus familiares de la forma que dijimos en el "Desde ahora".
2. **Corte la corriente eléctrica**, si sabe o sospecha que hay daños. Si tiene tanque de gas, cierre la válvula. **Cierre el paso del agua** en la toma principal si las tuberías de agua están dañadas.
3. Vaya con su familia al refugio temporal identificado por usted o las autoridades. Procure no exponerse al mal tiempo para evitar las enfermedades.
4. Si las autoridades le indican que puede regresar a su casa, abra los armarios con cuidado, ya que los **objetos pueden caerle encima**.
5. Inspeccione su casa para ver si hay **grietas o daños que parezcan graves**. Si tiene dudas acerca de la seguridad de su casa, no vuelva a habitarla antes de que un técnico calificado la inspeccione.
6. En caso de que tenga una bodega con alimentos para sus animales, verifique que esté en buenas condiciones, antes de ingresar a ella.
7. Si la luz se corta, use linternas de pilas. Después de un terremoto, **no use velas ni fósforos en el interior, ya que puede haber fugas de gas u otros líquidos inflamables**. Limpie el suelo de gasolina, kerosene, medicinas e insecticidas derramados. Si huele a gas u otro combustible o escucha un silbido y la vivienda no está bien ventilada, abra una ventana y salga. **¡Nunca prenda la luz ni una llama en estos casos!**
8. Si sale a la calle y ve cables colgantes o rotos, **¡aléjese de ellos!** No los toque ni pise, sobre todo si el suelo está mojado.
9. Luego de un terremoto **pueden ocurrir temblores menos fuertes, llamados réplicas**. Si el lugar donde se encontraba fue afectado por el primer temblor, evite volver a él. Estas réplicas son, por lo



NO REGRESE A ESTOS SITIOS MIENTRAS EL COMPORTAMIENTO ANORMAL DEL RÍO SE MANTENGA. INDIQUE LO MÁS PRONTO POSIBLE ESTA SITUACIÓN A UNA AUTORIDAD. MIENTRAS MÁS SE DEMORE UN RÍO EN RETORNAR A SU CONDUCTA NORMAL, MÁS GRANDE Y VIOLENTO PODRÍA SER EL DESFOGUE DE AGUA REPRESADA. TAMBIÉN ALEJESE DE TALUDOS Y LADERAS INESTABLES, YA QUE LUEGO DE UN TERREMOTO PODRÍAN CAER SOBRE PERSONAS, CARROS Y CASAS.

general, menos violentas que el temblor grande, pero suficientemente fuertes para causar daños adicionales a las casas debilitadas.

10. Apague los incendios que estén empezando en su casa o comunidad. No espere a los bomberos.
11. Verifique si hay personas golpeadas. **No intente mover a los heridos, a menos que estén en peligro inmediato de muerte o nuevas lesiones**. Si la víctima no está respirando, colóquela cuidadosamente para darle respiración de boca a boca, si sabe cómo hacerlo. **Nunca dé líquidos a una persona inconsciente**.
12. Si queda atrapado en los escombros:
 - No encienda fuego.
 - Trate de no moverse ni levantar polvo.
 - Cúbrase la boca con un pañuelo o con su ropa.
 - Dé golpes en un tubo o en la pared para que los rescatistas lo encuentren. Grite sólo como último recurso, ya que al hacerlo podría tragar cantidades peligrosas de polvo.



¡ADJÚ ENTRE NOS, AGACHARSE AL LADO DE UNA MESA O DE LA CAMA ES MALA IDEAL Y TE PUEDEN CAER COSAS ENCIMA! ES MEJOR METERSE DEBAJO.

¿Triángulo de la "vida"?

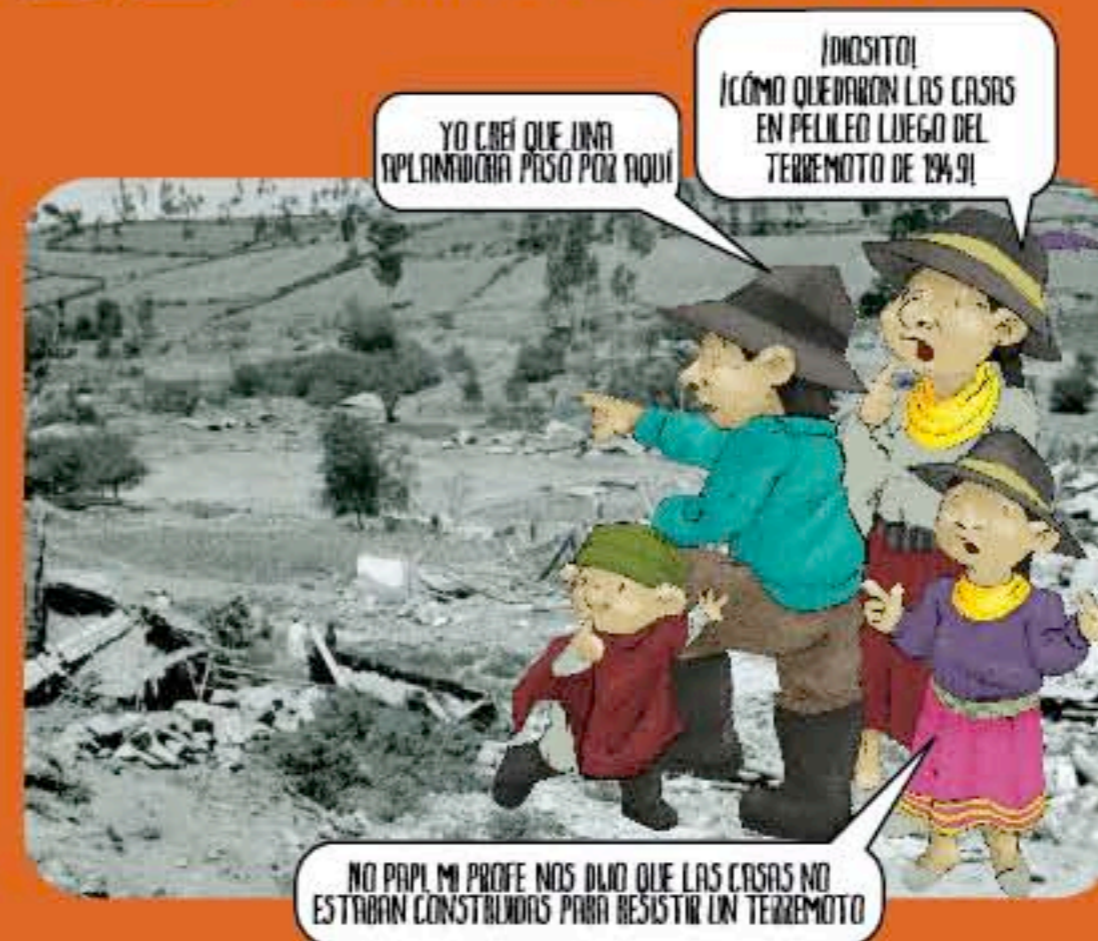
El "triángulo de la vida", que recomienda colocarse al lado de la mesa o la cama durante un terremoto, es equivocado porque:

1. Es **MENTIRA** que las paredes y los techos caigan completos e intactos, como planchas, sin romperse.
2. Es **MENTIRA** que las personas siempre pueden saber cómo se van a derrumbar sus viviendas y localizar los espacios vacíos de sobrevivencia.
3. Es **MENTIRA** que durante los terremotos, una persona pueda moverse al lugar deseado y el mueble que la cubre vaya a permanecer quieto.

Ecuador

actúa seguro ante un TEMBLOR

Una historia muy movida...



En la historia de nuestro país, ha habido muchos terremotos. Seguramente nuestros abuelos todavía se acuerdan de los terremotos de Jama en 1942, el de Pelileo y Ambato en 1949 ó el de Esmeraldas en 1958. Otros tal vez tengamos en la memoria el terremoto de 1987 en el Oriente, el de 1995 en Macas, el de 1996 en Pujilí o el de 1998 en Bahía de Caráquez.

Desde 1541 hasta hoy, en nuestro país ocurrieron 37 terremotos que causaron la muerte de aproximadamente 80 000 personas, la destrucción de muchísimas casas y grandes pérdidas económicas. Ejemplos de esto fueron los terremotos históricos de 1698 en Ambato, de 1797 en Riobamba, de 1868 en Ibarra y muchos otros.

En Ecuador, la gran mayoría de casas no se construyen para resistir un temblor fuerte, peor un terremoto... ¡Por eso debemos saber qué hacer antes de que ocurra el próximo!

Los terremotos **NO** se pueden predecir, pero **SÍ** podemos estar preparados

¿Qué hacer en caso de un terremoto?

DESDE AHORA



SI SE PRODUCE EL TEMBLOR...



1. Retire los muebles y objetos que puedan estorbarle para salir de la casa, escuela o colegio.
2. En su casa y alrededores, identifique un lugar seguro, como una plaza o un campo abierto, que esté despejado de cables y postes de luz eléctrica, paredes, tapias, árboles, etc. Este lugar puede servirle como refugio temporal.
3. Conozca dónde y cómo cerrar la luz eléctrica, el gas y el agua.
4. Tenga un **Plan de Comunicación** para después del temblor, por ejemplo por medio de emisoras radiales o del teléfono de un familiar que viva en otro sitio al cual los miembros de su familia puedan llamar para hacerles saber a los demás cómo se encuentran.

Recuerde: comunicarse por mensajes de texto va a ser más fácil que por llamadas, ya que evita la congestión de las redes de celulares.

5. Mantenga una reserva de alimentos que puedan comerse sin cocinar y agua potable

para al menos 3 días. Tenga a mano un botiquín de primeros auxilios, linterna, radio de pilas y las medicinas de quienes las necesitan regularmente: personas con hipertensión, con diabetes, etc.

6. Practique simulacros como si llegara un temblor fuerte tomando en cuenta estas opciones:

A. Si es posible, salga de su casa tratando de mantenerse lejos de las paredes de adobe, ya que son muy frágiles y pueden caerse. Con anticipación, cada miembro de su familia, ya sea que esté en la casa o la escuela, debe saber a dónde ir en caso de terremoto.

B. Si no es posible salir de la casa, iagáchese, cúbrase debajo de una mesa o mueble fuerte y agárrese!

7. Si tiene animales en un corral o establo, retire los objetos que puedan caer y causarles daño.

1. ¡No espere a que el temblor se haga fuerte! La calma y la rapidez con que haga las cosas pueden salvarle la vida.
2. Si vive junto a una carretera o calle, al salir fíjese en los carros que pueden venir a velocidad.
3. Si usted está en...
 - El dormitorio: métase bajo la cama. Si no es posible, cúbrase la cabeza con una almohada, ya que los objetos pequeños pueden caer y causarle heridas.
 - La calle: aléjese de ventanas, vidrios, espejos, balcones, tapias, las partes salientes de los techos, árboles, postes de luz, puentes y cables eléctricos de todo lo que pueda caerle.
 - Lugares cerrados con mucha gente como

- iglesias o casas comunales: si está cerca de la puerta o salida y no hay aglomeración de gente, salga lo más pronto posible. Si esto se le dificulta, ¡no corra! En lo posible mantenga la calma y trate de protegerse en el lugar donde esté metiéndose debajo de una mesa fuerte, silla o banca.
- Un carro en movimiento: pare con precaución y quédese dentro del vehículo hasta que pase el temblor. No se detenga debajo de postes eléctricos, árboles, puentes, barrancos, laderas altas. Si debe salir del carro, esté pendiente de los objetos que puedan caerle: cables eléctricos caídos, paredes, tejas, balcones, puentes, etc.

+ Mitos y verdades sobre los terremotos

MITO

"En un terremoto, lo mejor es pararse bajo el marco de la puerta o salir de la vivienda."

"Cuando se produce un sismo, lo mejor es refugiarse la iglesia."

"Después de una sequía prolongada, hay temblores."

VERDAD

En las casas de **bloque**, los marcos de las puertas no son más fuertes que el resto de la casa. Es más seguro meterse bajo una mesa o escritorio fuertes, apartados de las ventanas.

Las iglesias antiguas no son lugares seguros durante un sismo y sus estructuras suelen ser de las primeras en caerse.

El cambio de clima no tiene nada que ver con la ocurrencia de los temblores.