

En caso de SISMO...

PREPÁRATE antes

- Prepara tu plan familiar de protección civil
- Organiza y participa en simulacros de evacuación
- Identifica las zonas de seguridad
- Revisa las instalaciones de gas y luz
- Almacena alimentos no perecederos y agua

ACTÚA durante

- Aléjate de ventanas y objetos que puedan caer
- Conserva la calma y ubícate en la zona de seguridad
- Corta el suministro de gas y electricidad
- Aléjate de postes, cables y marquesinas
- Estacionate alejado de edificios altos

REVISAS después

- Revisa las condiciones de tu casa
- No enciendas cerillos o velas hasta asegurarte que no hay fugas de gas
- Utiliza el teléfono sólo para emergencias
- Mantente informado, no propagues rumores y atiende las recomendaciones de las autoridades
- Recuerda que se pueden presentar réplicas, por lo que es importante mantenerse alerta

En los últimos 200 años en México han ocurrido...



75 sismos relevantes por los daños o pérdidas que generaron, de éstos,

60 tuvieron magnitud mayor o igual a 7.

La aplicación rigurosa de los reglamentos de construcción reduce la posibilidad de daños y pérdidas humanas y materiales.

Infórmate
www.proteccioncivil.gob.mx
www.cenapred.gob.mx
www.sismos.gob.mx

Fuente: Centro Nacional de Prevención de Desastres

SEGOB
SECRETARÍA DE GOBIERNO



SISTEMA NACIONAL DE PROTECCIÓN CIVIL | CENAPRED
MÉXICO

MOVIENDO A MÉXICO HACIA LA PREVENCIÓN

La casa o edificio

- Ubícate en la zona de seguridad del lugar donde te encuentras al momento del sismo y procura protegerte de la mejor manera posible, permaneciendo donde está. La mayor parte de los heridos en un sismo se ha producido cuando las personas intentaron entrar o salir de las casas o edificios.
- Párate bajo un marco de puerta con trabe o de espaldas a un muro de carga.
- Hazte "bolita", abrazándote tú mismo en un rincón; de ser posible, protégete la cabeza con un cojín o cobertor.
- Mantente alejado de elementos no estructurales como: vidrios, ventanas, libreros, vitrinas, estantes, puertas exteriores, paredes, lámparas o electrodoméstico (cualquier cosa que pueda caerse).
- Evita estar bajo candiles y otros objetos colgantes.
- Si te encuentras en un edificio, permanece donde esté; no trates de utilizar los elevadores ni las escaleras durante el sismo.
- Ten presente que la electricidad puede interrumpirse o el sistema de rociadores de incendios o las alarmas de incendio pueden activarse. No te asustes.
- De ser posible, cierra las llaves del gas, desconecta la alimentación eléctrica. Evita prender cerillos o cualquier fuente de incendio.
- Cuando se decida evacuar el inmueble después del sismo, recuerda: No grite, No corra, No empuje, y dirígete a una zona segura.
- Si vives al pie o sobre una ladera en una región que pueda ser afectada por sismos intensos, considera la posibilidad de que la ladera se vuelva inestable.

Última modificación:
Viernes 3 de febrero de 2012 a las 18:37:22 por Susana Jiménez

SEGOB
SECRETARÍA DE GOBERNACIÓN



TU PARTICIPACIÓN ES IMPORTANTE