



## TERREMOTOS

### Recomendaciones en caso de terremoto:

#### a) Antes de un terremoto:

- En primer lugar, por si acontece el terremoto, plantéese como reaccionarían usted y su familia; revise detalladamente los posibles riesgos que puedan existir en su hogar, en casa de amigos, en el trabajo, etc.
- Enseñe a sus familiares como cortar el suministro eléctrico, de agua y gas.
- Mantenga al día la vacunación de todos los miembros de su familia.
- Aseguren al suelo o paredes las conducciones y bombas del gas, los objetos de gran tamaño y peso, estanterías, etc., y fije los cuadros a la menor altura posible.
- Tenga a mano una linterna y un transistor, así como pilas de repuesto para ambos, mantas, y cascos o gorros acolchados, para cubrirse la cabeza.
- Almacene agua en recipientes de plástico, y alimentos duraderos.

#### b) Durante el terremoto:

- La primera y primordial recomendación es la de mantener la calma y extenderla a los demás.
- Manténgase alejado de ventanas, espejos, cuadros y chimeneas.
- En caso de peligro, protéjase debajo de una mesa, escritorio, cama o dintel de puertas; cualquier protección es mejor que ninguna.
- Si está en un gran edificio no se precipite hacia las salidas, ya que las escaleras pueden estar congestionadas de gente.
- Si está afuera, manténgase alejado de los edificios altos, postes de energía eléctrica y otros objetos que le puedan caer encima. Diríjase a un lugar abierto.
- No utilice los ascensores; la fuerza motriz puede interrumpirse.
- Si va conduciendo, pare; no olvide que el terremoto sólo dura unos segundos.



**c) Después del terremoto:**

- No trate de mover indebidamente a los heridos con fracturas, a no ser que haya peligro de incendio, inundación, etc.
- Si hay pérdidas de agua o gas, cierre las llaves de paso y comuníquelo a la compañía correspondiente.
- No encienda fósforos, mecheros o artefactos de llama abierta, en previsión de que pueda haber escapes de gas.
- Limpie urgentemente el derrame de medicinas, pinturas y otros materiales peligrosos.
- No ande por donde haya vidrios rotos, cables de luz, ni toque objetos metálicos que estén en contacto con los cables.
- No beba agua de recipientes abiertos sin haberla examinado y pasado por coladores o filtros correspondientes.
- No utilice el teléfono, ya que se bloquearán las líneas y no será posible su uso para casos realmente urgentes.
- No ande ni circule por los caminos y carreteras paralelas a la playa, ya que después de un terremoto pueden producirse maremotos.
- Infunda la más absoluta confianza y calma a todas cuantas personas tenga a su alrededor.
- Responda a las llamadas de ayuda de la policía, bomberos, Protección Civil, etc.

**Recuerde:**

- Las emisoras de radio y televisión le facilitarán información del Instituto Meteorológico y de Protección Civil. **Présteles atención.**
- No propague rumores o informaciones exageradas sobre la situación.
- Para solicitar información meteorológica, entre en la página Web [www.aemet.es](http://www.aemet.es) (Agencia Estatal de Meteorología).



## **MAREMOTOS Recomendaciones en caso de maremotos o "tsunamis"**

La palabra "tsunamis" pertenece al idioma japonés y significa "grandes olas en los puertos", señala el fenómeno de las grandes olas que normalmente se propagan por el océano, producido por fenómenos sísmicos.

Históricamente, el mayor tsunami del que se tiene noticias es el provocado por la erupción del volcán Krakatoa, en el que la ola producida alcanzó una altura media de 42 metros.

Las recomendaciones siguientes pretenden disminuir los daños que este fenómeno natural pueda causar:

- a) Si vive en la costa y siente un terremoto lo suficientemente fuerte para agrietar muros, es posible que dentro de los veinte minutos siguientes pueda producirse un maremoto o tsunami.
- b) Si es alertado de la proximidad de un maremoto o tsunami, sitúese en una zona alta de al menos 30 mts. sobre el nivel del mar en terreno natural.
- c) La mitad de los tsunamis se presentan, primero, como un recogimiento del mar que deja en seco grandes extensiones del fondo marino. Corra, no se detenga, aléjese a una zona elevada, el tsunami llegará con una velocidad de más de 100 Km/h.
- d) Si Usted se encuentra en una embarcación, diríjase rápidamente mar adentro. Un tsunami es destructivo sólo cerca de la costa. De hecho a unos 5.600 mts. de la costa y sobre una profundidad mayor a 150 mts. Ud. puede considerarse seguro.
- e) Tenga siempre presente que un tsunami puede penetrar por ríos, ramblas o marismas, varios kilómetros tierra adentro, por lo tanto alejarse de éstos.
- f) Un tsunami puede tener diez o más olas destructivas en 12 horas; procure tener a mano ropa de abrigo, especialmente para los niños.
- g) Tenga instruida a su familia sobre la ruta de huída y lugar de reunión posterior.
- h) Procure tener aparato de radio portátil, que le permita estar informado, y pilas secas de repuesto.