

RECOMENDACIONES ANTE **SISMOS**



ANTES



Haga un plan grupal de emergencia y de evacuación, que incluya actividades como simulacros ante sismos.



Mantenga una mochila con botiquín (que incluya medicamentos recetados), linternas, radio, baterías, agua y alimentos no perecederos.



Asegure muebles y objetos que se pueden desprender.



Localice los lugares más seguros.

DURANTE



Mantenga la calma. No corra.



Evacue de manera ordenada sólo si se encuentra en un primer piso.



Aléjese de las puertas o ventanas de vidrio.



No use el elevador.



DESPUÉS



Monitoree las recomendaciones de autoridades



Manténgase lejos de postes, cables, árboles y estructuras altas.



Use el celular sólo para pedir auxilio.



Siga las rutas de evacuación que lo lleven a lugares seguros.



No retorne a su hogar o edificio sin verificar que no hay daños estructurales.