

Guarde Artículos de Emergencia

Después de un terremoto grave, posiblemente se interrumpen los servicios de electricidad, agua y gas. Es posible que no pueda recibir asistencia de emergencia en varios días. Asegúrese de guardar los siguientes artículos en su hogar. También guarde artículos de emergencia en el lugar donde trabaja, y en su automóvil.

- Linternas de mano con baterías de repuesto.** Conserve las linternas de mano cerca de su cama, y en varios otros lugares. **NO** use fósforos/cerillos, o velas después de un terremoto, hasta que esté seguro que no hay fugas de gas.
- Radio portátil con baterías de repuesto.** La mayoría de los teléfonos estarán descompuestos, o su uso se limitará a emergencias. El radio será su mejor fuente de información.
- Botiquín de primeros auxilios; entrenamiento en primeros auxilios.** Mantenga su botiquín de primeros auxilios bien surtido y en un lugar central. Tome cursos básicos de primeros auxilios y Resucitación Cardiopulmonar (CPR). Mantenga esas habilidades al día.
- Extintidor de fuego.** Su extintidor de fuego debe servir para cualquier clase de fuego y tiene que estar al alcance. Enseñe a todos los miembros de su familia a usarlo.
- Alimentos.** Almacene alimentos suficientes para una semana para cada persona. Puede incluir en su dieta alimentos enlatados, deshidratados, leche en polvo y jugos enlatados rotarlos, y renovarlos regularmente.
- Agua.** Almacene suficiente agua para cada persona para tener un galón cada día. Guárdela en recipientes que no les entre el aire y reemplácela cada seis meses. Siempre tenga un desinfectante como tabletas de yodo o cloro para purificar el agua si es necesario.
- Cobertores, ropa y zapatos.** Es posible que se necesiten cobertores adicionales para mantenerse calentito(a). Tenga zapatos fuertes que le protejan de los vidrios rotos y otros escombros.
- Un método alternativo de cocinar.** Tenga un brasero, y almacene carbón y combustible para comenzar el fuego, así como fósforos/cerillos para en caso de que se corten los servicios públicos/municipales.
- Artículos especiales.** Tenga por lo menos suficientes medicinas y alimentos para bebés, y para las personas que estén en una dieta especial.
- Herramientas.** Tenga una llave perica (ajustable), o una llave "Stillson" (para tubería), para cerrar el gas y el agua si es necesario.

Developed by California Office of Emergency Services

Para más información, póngase en contacto con su oficina local de servicios de emergencia (Office of Emergency Services), o la Cruz Roja Americana (American Red Cross).

The Governor's Office of
Emergency Services
2800 Meadowview Road
Sacramento, CA 95832
(916) 262-1843

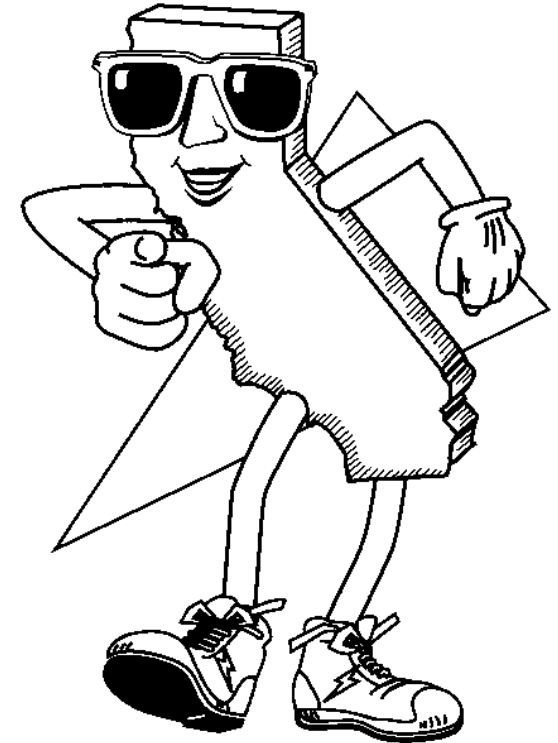
OES Earthquake Programs

Coastal Region
1300 Clay Street, Suite 400
Oakland, CA 94612
(510) 286-0895



State of California
Gray Davis, Governor

!GANELE AL TERREMOTO!



Programa de Preparación

contra Terremotos

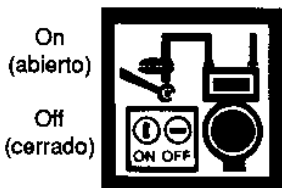
en California

(Spanish)

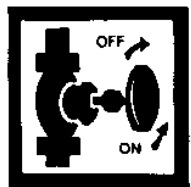
Antes del Terremoto

Desarrolle un plan familiar contra el terremoto. Prepárese usted mismo, prepare a su familia y su hogar, completando las actividades en esta lista.

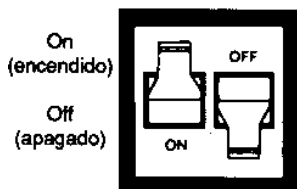
- Decida cómo y dónde se reunirá su familia si se separan.
- Escoja una amistad o pariente al que le puedan llamar los miembros de la familia que se separen después del terremoto, para reportarle su paradero y condiciones.
- Conozca los lugares seguros en cada habitación: debajo de mesas fuertes, escritorios, o contra paredes interiores.
- Conozca los lugares peligrosos: ventanas, espejos, objetos colgantes, chimeneas, y muebles altos sin sujetar.
- Ensaye y practique. Colóquese físicamente en lugares seguros.
- Aprenda primeros auxilios y CPR (resucitación cardiopulmonar) en su Cruz Roja local u organización en la colectividad.
- Mantenga una lista de teléfonos de emergencia.
- Aprenda a cerrar el gas, el agua, y desconectar la electricidad para en caso que las tuberías o cables resulten dañados. (Para su seguridad, no vuelva a encender el piloto de gas. Llame a la compañía)



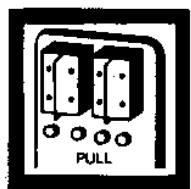
Gas Valve
(válvula del gas)



Water Valve
(válvula del agua)



Circuit Breaker
(Interruptores de circuitos)



Pull-Out Cartridge Fuse
(jale el cartucho de fusibles)



Water Heater
(calentador de agua)

- Revise la chimenea, techo, paredes, cimientos, para asegurarse que son estables. Asegúrese que su casa esté atornillada a los cimientos.
- Sujete el calentador de agua y los aparatos domésticos que pudieran moverse lo suficiente para romper las tuberías y cables de los servicios.
- Mantenga los objetos que se quebran y los pesados en las repisas más bajas.
- Sujete los muebles altos que pudieran caerse, como libreros, cristaleros, o unidades recargadas a la pared.
- Sujete y asegure bien las plantas que estén colgando, y marcos pesados de retratos o espejos (especialmente sobre la cama).
- Ponga aldabas en las puertas de los anaqueles para que se queden cerrados mientras tiemble.
- Mantenga los líquidos inflamables y peligrosos, como pinturas, insecticidas o productos de limpieza en anaqueles, o asegurados en las repisas de abajo.
- Mantenga alimentos de emergencia, agua y otros abastos, incluyendo una linterna de mano, un radio portátil de baterías, medicinas, botiquín de primeros auxilios y ropa.

Durante el terremoto



Si está dentro, quédese ahí. Métase debajo de un escritorio o mesa, o párese en un rincón.

Si está fuera, váya a un área abierta, lejos de árboles, edificios, paredes y cables eléctricos.

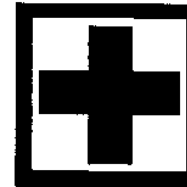
Si está en un edificio de varios pisos, aléjese de las ventanas y de las paredes exteriores. Métase debajo de una mesa. No use los elevadores.

Si está manejando, sálgase fuera de la carretera, y pare. Evite puentes y cables eléctricos. Quédese dentro hasta que deje de temblar.



Si está en un lugar público con mucha gente, no se apresure a las puertas. Aléjese de los escaparates de exhibición que contengan objetos que pudieran caer.

Después del terremoto



Busque lesiones. Aplique primeros auxilios. No mueva a los heridos graves, a menos que estén en peligro si no lo hace.

No use el teléfono inmediatamente a menos que hayan lesiones graves o fuego

- Busque peligros:
- Busque fugas de gas y agua, cables eléctricos rotos y drenajes dañados. Si existen daños, cierre o desconecte los servicios desde el punto de entrada a su casa.
- Revise la estructura de su hogar, busque grietas y daños, incluyendo el techo, la chimenea y los cimientos.
- Revise los abastos que tiene de alimentos y agua. Si se necesita agua de emergencia, la puede obtener del calentador de agua, de los cubitos de hielo, del tanque del excusado, y de las verduras enlatadas.
- Encienda su radio de baterías para escuchar instrucciones y noticias. Coopere completamente con los oficiales de seguridad.
- No use su vehículo, a menos que haya una emergencia. Mantenga las calles vacías para los vehículos de emergencia.
- Está preparado(a) para los temblores que vienen después del terremoto.
- Manténgase calmado y ayude a otros.
- Si evacúa, deje un mensaje en un lugar visible dentro de su casa, donde les diga a sus familiares dónde lo pueden encontrar.

