

Prevención sísmica en casa

20/11/2021

Mochila de Emergencias



Prevenir es responsabilidad de todos.



MENDOZA
GOBIERNO

Vivir en zona sísmica nos obliga a estar preparados y conocer las medidas de autoprotección que debemos aplicar para resguardar la vida propia y la de los que nos rodean. Aquí se explican los pasos que deben implementarse en los domicilios particulares.

Desde Protección de Defensa Civil recuerdan que es imprescindible preparar la mochila de emergencia que permita

una subsistencia de 72 horas, hasta que llegue la ayuda humanitaria. Al mismo tiempo, hace énfasis en la elaboración del Plan Acción Familiar (PAF) para saber qué hacer en caso de terremoto.

Es importante plantear posibles escenarios antes de un evento para saber qué hacer en el momento que ocurra.

En casa

Cómo actuar antes de un sismo (Prevención)

- En familia armar el [Plan de Acción Familiar](#) (PAF): planificar de acuerdo con las actividades y posibles escenarios cómo actúa cada integrante si están en casa o si cada uno está en su actividad.
- Conocer con antelación las áreas de seguridad tanto internas como externas del domicilio. Realizar una evaluación de la estructura de la casa.
- Establecer el rol que debe tener cada integrante de acuerdo a su edad y capacidad. Por ejemplo: ¿quién corta el gas?, ¿quién se hace cargo de la mascota o del abuelo?
- Mantener limpios los techos y sus bordes de macetas, maderas u otros objetos que puedan caerse.
- Preparar la mochila de emergencia.

Durante el sismo

- Mantener la calma.
- No salir corriendo.
- Alejarse de las ventanas, espejos y artículos de vidrio que puedan quebrarse.
- Retirarse de estufas, braseros, cafeteras, radiadores o cualquier elemento caliente.
- Ubicarse en zonas seguras previamente identificadas, generalmente donde haya vigas y columnas. Abajo de una mesa segura, en forma fetal, sobre el costado izquierdo con el brazo derecho sobre la cabeza.

- No utilizar escaleras y ascensores.
- Estar atentos a menores de edad, minusválidos y personas de la tercera edad.

Después del sismo

- Recuerde que cuando ocurre un sismo de magnitud siempre hay réplicas.
- Apague el sistema eléctrico y de gas.
- Evacuar al lugar seguro en el exterior. Si vive en edificio baje por escaleras.
- Antes de reingresar a su domicilio u oficina evalúe los daños en su estructura.
- Colabore con las autoridades.
- Tenga siempre los números de emergencias a la mano.
- Siempre ser solidarios con las víctimas.

Mochila de Emergencia

En la mochila de emergencia se debe tener:

- Recipiente con agua potable.
- Alimentos no perecederos, como enlatados con el sistema abre fácil, barras de cereal o chocolate.
- Lista con teléfonos importantes de familiares, bomberos, hospital, 911.
- Una lista con los nombres de nuestros familiares (DNI, grupo sanguíneo, obra social, medicamentos que toman).
- Botiquín de primeros auxilios con medicamentos vitales.
- Radio a pilas.
- Linterna y pilas.
- Silbato y guantes.
- Documentos personales y sus copias.
- Muda de ropa y manta de abrigo.
- Kit de aseo: jabón, cepillo de diente y pasta dentífrica, toalla, alcohol en gel.
- Herramientas y alambre.