

## MEDIDAS DE AUTOPROTECCION EN CASO DE SISMO

Si está en el interior de un edificio es importante:

- No salir del edificio hasta que finalice el movimiento.
- Buscar refugio debajo de estructuras fuertes.
- Mantenerse alejado de ventanas, cristaleras, vitrinas, tabiques y objetos que pueden caerse y llegar a golpearle.
- No esté en la cocina.
- No utilizar el ascensor.
- Si el movimiento es fuerte, una vez finalizado, apague el suministro de luz, agua y gas.

En un edificio público (supermercado, cine, biblioteca, etc):

- No corra despavorido hacia la salida.
- Aléjese de ventanas o puertas de cristal.
- Protéjase debajo de estructuras fuertes.
- En espacios con estanterías (bibliotecas, archivos, supermercados, etc.) salga de los pasillos donde se encuentran las estanterías y agáchese, de rodillas, junto a los laterales de las estanterías.
- En la escuela haga que los niños y estudiantes se arrodillen debajo de su pupitre, poniéndose un libro sobre la cabeza
- Si la sacudida le sorprende en el exterior es conveniente
- Guarde la calma y haga que los demás la guarden. Procure controlar cualquier situación de pánico.
- Ir hacia un área abierta, una vez alejándose de los edificios dañados.
- Si hubiera edificios dañados, no entre en ellos
- Si está circulando en coche detenga lentamente el vehículo, procure no bloquear la carretera. Encienda la radio para conocer de las autoridades la situación y las recomendaciones en especial por posibles bloqueos de carretera.
- Las autoridades indicarán las medidas de protección a tomar a través de los Medios de Comunicación, los Centros de Información y los Centros de Filiación y Registro.

Intente responder a las llamadas de ayuda y colaborar con los Servicios Intervinientes, pero no acuda a las zonas afectadas sin que lo soliciten las autoridades. Es importante evitar curiosear por las zonas siniestradas; esto es peligroso y además dificultará las labores de rehabilitación.