



Nº1 en prevención

# Recomendaciones para evitar y disminuir daños por sismos

FICHA

07

Debido a la alta actividad sísmica de nuestro país, es imprescindible contar con conocimientos básicos de prevención de riesgos para actuar con seguridad y evitar ciertos riesgos que traen consigo estos eventos.

## Pasos sugeridos

- ▶ Revisa la estructura de tu lugar de trabajo para verificar su solidez
- ▶ Preocúpate de conocer las zonas de seguridad del edificio en que trabajas
- ▶ Identifica el lugar del tablero eléctrico y de las llaves de paso de gas y de agua
- ▶ Prepara un plan de acción con tu equipo de trabajo y asegúrate de que todos lo conozcan
- ▶ Sugiere que se aseguren libreros y estantes con abrazaderas atornilladas a la pared
- ▶ Ten siempre a mano una linterna con pilas en buen estado, un extintor de incendios, un botiquín, radio portátil y alimentos no perecibles
- ▶ Asegura todas las ruedas de muebles y ubícalos lejos de las vías de escape
- ▶ Utiliza conectores flexibles para uniones de electricidad

## Durante un sismo

- ▶ Mantén la calma y preocúpate especialmente de personas mayores o enfermas
- ▶ Sitúate en un lugar alejado de muebles altos y pesados
- ▶ En lo posible, no escapes al exterior ya que podrían caer tejas, postes y otros
- ▶ Usa sólo las escaleras para evacuar el edificio, nunca los ascensores
- ▶ En lo posible, no conduzcas

## Después de un Sismo

- ▶ Reúne a tu equipo de trabajo y permanezcan en un lugar seguro
- ▶ Verifica posibles daños a tus compañeros y al edificio en que trabajas
- ▶ Coloca en el suelo los artefactos peligrosos para evitar que se caigan con posibles réplicas
- ▶ Enciende una radio para estar informado

## Números de Utilidad en caso de Emergencia

AMBULANCIA

1404  
ACHS131  
SAMU

BOMBEROS



132

Información que debe indicar:

- ▶ Tipo de Emergencia: Daños por sismos
- ▶ Número y estado general de lesionados
- ▶ Dirección y referencia de la emergencia

Información que debe indicar:

- ▶ Tipo de Emergencia: Daños por sismos
- ▶ Dirección y cualquier otro dato que facilite su ubicación.

