

## ¿Qué hacer antes de que ocurra un sismo?

Si bien no se puede determinar cuándo, dónde y con qué intensidad va a ocurrir un sismo, si podemos tomar una serie de medidas para mitigar su impacto, a continuación enunciamos algunas de estas

- Cuente con un plan de emergencias que le permita identificar sus amenazas, valorar su vulnerabilidad y definir el plan de acción.
- Defina una ruta de evacuación y punto de encuentro, señalice las salidas y la ruta e informe a las personas que se puedan ver involucradas cuando el evento ocurra.
- Determine los sitios críticos y sitios seguros de la edificación y señálecelos si es posible.
- Capacite al personal en cómo actuar antes, durante y después de un evento sísmico.
- Mantenga un listado actualizado del personal.
- Identifique las personas vulnerables o con alto grado de exposición.
- Entrene al personal en como suspender los servicios de agua, electricidad y gas.
- Asegure o reubique objetos que puedan caerse en caso de sismo.
- Desarrolle simulacros de cómo actuar en caso de sismo.
- Mantenga un listado de teléfonos de emergencia.
- Mantenga extintores para el tipo de fuego que se puede presentar en caso de un incendio y capacite al personal en el uso efectivo de estos.
- Efectúe revisión mensual en los equipos de emergencia.

## Durante el sismo debe adoptar los siguientes comportamientos:



- Evitar correr por corredores y escalas en el momento en que se produce el sismo.
- Alejarse de los balcones y cornisas.
- No pararse junto a muebles y estructuras pesadas, o circular bajo ellas durante un sismo si carecen de fijación.
- No realizar actividades que puedan producir pánico dentro de los trabajadores.
- Ubicarse bajo mesas, marcos de las puertas o elementos que sirvan de protección contra la caída de elementos.
- Al finalizar las vibraciones estar atentos a la orden de evacuación.

**Una vez culmine el sismo se debe evaluar si es necesario evacuar, si así lo es, es importante tener en cuenta lo siguiente:**

- 1 Los responsables de evacuación deben verificar si las salidas de emergencia quedaron habilitadas, de lo contrario deben buscar salidas alternas.
- 2 Es importante que los líderes de la evacuación cuenten con medios de comunicación en caso de que necesiten comunicarse entre sí o solicitar ayuda.
- 3 Una vez activada la alarma de evacuación, el personal debe iniciar la evacuación del edificio, todo el personal colaborará en la evacuación de visitantes de cada uno de los bloques
- 4 Se deben seguir las instrucciones de los responsables de la evacuación.
- 5 Toda la evacuación debe realizarse formando hileras y dirigiéndose hacia las salidas previstas para cada Zona.
- 6 Se debe mantener la calma, no corra, no grite.
- 7 Desconectar todos los aparatos eléctricos que se tengan al alcance (si es posible)
- 8 En los pasillos y áreas de espera previamente deben eliminarse los obstáculos que impidan la salida propia, de visitantes y de otros compañeros de trabajo.
- 9 No correr, mantener el ritmo de evacuación (paso rápido y seguro) y el lugar que se ocupa en la fila hasta llegar a la zona de seguridad.
- 10 Alejarse de las ventanas, puertas de vidrio, archivos u objetos que puedan caer.
- 11 Ubicarse debajo de marcos de puertas, marcos estructurales, escritorio, etc.; en caso de que la evacuación sea interrumpida por una sacudida violenta (terremoto)
- 12 No apoyarse en las paredes.
- 13 Siempre se debe caminar hacia la salida de emergencia más próxima.
- 14 Si por el sismo se desata un incendio y se presenta humo en la "Ruta de Salida", las personas deben avanzar a "gatas", ya que los gases de la combustión siempre suben y son los que más daño producen en un incendio.
- 15 Cuando se dirija al exterior, mantenerse lejos de los ventanales, postes eléctricos u objetos que puedan caer.
- 16 Si hay personas con limitación para evacuar estos deben ser los últimos en salir.

### **Una vez efectuada la evacuación:**

- 1 Los miembros de la Brigada de emergencias deben buscar heridos y personas atrapadas.
- 2 Las demás personas no deben mover personas heridas a menos que estén en peligro inmediato.
- 3 Estar preparados para otros temblores, reinicios de fuego, etc. Y tener mucha precaución al entrar (si es necesario) a las instalaciones del edificio.
- 4 No utilizar los teléfonos, a menos que sea un caso de emergencia.
- 5 Al llegar al lugar de reunión todos deben concentrarse y ubicarse en su lugar designado para realizar el inventario de personas (control de ausentismo)

6 Las personas heridas deben ser llevadas al puesto de atención que el personal médico tenga en funcionamiento.

7 Todas las personas deben permanecer en el lugar designado, atentas a nuevas instrucciones.

**Debe tenerse en cuenta que nunca se evacuará durante el sismo. Se procederá a la evacuación total de la edificación, una vez pasado el movimiento sísmico si se sospecha de afectación de la estructura, para proceder a la evaluación técnica por parte del personal de Ingenieros**

<https://www.arsura.com/salvesequiensepa/>