



LOS TRES MOMENTOS DE PREVENCIÓN ANTES DEL TERREMOTO

Elabore un plan de contingencia familiar, con el objeto de precisar las acciones a realizar por cada miembro del grupo familiar. En el plan estará identificado un lugar seguro donde deberán reunirse si el sismo ocurre y no se encuentran juntos.



Identifique en casa, escuela o lugar de trabajo, los lugares más seguros ante un sismo y las áreas más peligrosas y susceptibles de daño donde se evitará ubicarse si ocurre un terremoto.

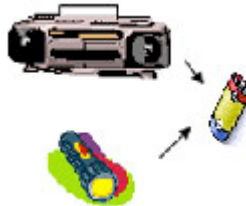


Para un rápido desalojo coloque las llaves en una repisa cercana a la puerta de salida. Mantenga las salidas libres.

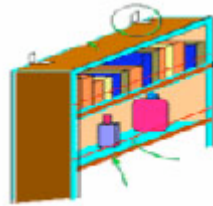


Ubique en un lugar seguro y accesible de la casa un botiquín de primeros auxilios, comida enlatada, agua embotellada por lo menos para tres días, destapador de latas, leche en polvo, cereales y un pito para enviar señales de alarma. Recuerde que es peligroso almacenar líquidos inflamables.

Tenga a mano un radio portátil, linterna, pilas, extintor y una libreta con los números telefónicos y direcciones de centros de salud, bomberos, Protección Civil, etc.



Asegure y/o reubique objetos pesados que se puedan caer tales como lámparas, bibliotecas, cuadros, ventiladores, calentadores, televisores, etc.



Mantenga en un lugar accesible las herramientas necesarias para cerrar las llaves de agua y el gas.



Cerciórese siempre de dónde se encuentran los integrantes de su grupo familiar.

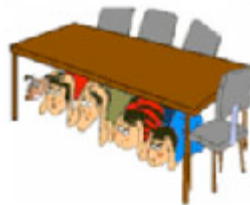
Verifique permanentemente el funcionamiento de las lámparas de emergencia.

Evalúe con los vecinos los recursos humanos y materiales existentes en la comunidad (médicos, enfermeras, ingenieros, bomberos, provisiones, etc.).

Señalice la ubicación de extintores, vías de escape y salidas.

DURANTE EL TERREMOTO

Reaccione con serenidad y ponga en marcha su plan de emergencia. No corra.



Si está bajo techo protéjase debajo de una mesa, escritorio, pupitre o cama fuerte. Si estos se desplazan con el movimiento del piso muévase con ellos, recuerde que pueden caer objetos pesados como ladrillos, lámparas, ventiladores, artefactos eléctricos, bibliotecas, etc. Si no hay muebles donde protegerse, ubíquese debajo de una viga, al lado de una columna o en una esquina interna de la edificación.

Si está cocinando apague la hornilla y protéjase.

Aléjese de ventanas, espejos y puertas de vidrio.

Procure no separarse de su familia.



En un edificio aléjese de las ventanas, balcones o paredes externas. Protéjase debajo de algún mueble fuerte o acuda a una pared interior cubriendo la cabeza con los brazos. No use el ascensor porque puede quedar atrapado.



Si está en la calle, aléjese de edificaciones, paredes, postes, árboles, cables eléctricos y otros elementos que puedan caer.



Si está en un lugar muy concurrido (teatro, cine, estadio, metro, etc.) no se desespere ni corra hacia las puertas, ya que muchas personas se harán daño al intentar salir con pánico.

Si está en la playa, salga rápidamente del agua y retírese de la orilla a una distancia de por lo menos 300 metros, ya que pueden ocurrir grandes marejadas.



Los vehículos particulares o de transporte público, deben estacionarse a la orilla de la calle o la carretera, lejos de objetos que puedan caerle. Trate de no detenerse encima ni debajo de un puente. Permanezca dentro del vehículo hasta que finalice el temblor.



Si se encuentra en una zona montañosa, esté alerta por las rocas y otros materiales que puedan desprenderse.

DESPUÉS DEL TERREMOTO

Active el plan de emergencia. Al finalizar el movimiento desaloje con prontitud y en orden la escuela, la casa, el lugar de trabajo o cualquier otro lugar. Acuda al lugar previamente establecido.



Al desalojar lleve consigo el maletín de primeros auxilios. Sólo use las escaleras, recuerde que puede quedar atrapado si usa el ascensor.

No encienda fósforos, velas, ni yesqueros.

Es probable que haya escape de gas.



Desconecte el servicio del gas, el agua y la electricidad



De producirse un incendio apáguelo siempre y cuando no ponga en peligro su vida o la de otras personas.



Procure no caminar descalzo. Preste atención a los escombros que pisa y tenga cuidado al moverlos porque pueden estar soportando estructuras que se pueden caer.



Encienda el radio para escuchar las recomendaciones de las autoridades.

Use el agua de reserva de calentadores, tanques limpios y tanques de pocetas.

Aléjese de construcciones que se puedan derrumbar.



Colabore en el rescate y atención de los heridos



Evite el uso de picos y palas hasta estar seguro de no hacer daño a nadie.



Verifique el estado de su casa, escuela o lugar de trabajo.



Utilice el teléfono sólo en caso de emergencia.

Deje las calles despejadas para los vehículos de emergencia.



Esté preparado para los sismos secundarios, los cuales se producen después de un terremoto de gran magnitud.



Fuente: FUNVISIS

<http://www.funvisis.org.ve/>

Telfs.: (58-212) 257-7672/5153/9346/2561, 258-0308/0693

Servicio gratuito de información telefónica las 24 horas: **0-800-TEMBLOR (0-800-8362567)**

Correo electrónico: info@funvisis.gob.ve

Teléfonos de emergencia

- Sistema Integrado de Emergencias 171
- Desde Digitel 127
- Desde Movilnet *1
- Desde Telcel 911

BOMBEROS

- **Avenida Fuerzas Armadas - 545.45.45**
- **Avenida Fuerzas Armadas- 542.23.21**
- **Avenida Fuerzas Armadas- 545.77.65**
- **Avenida Morán- 451.72.59**
- **Caricuao- 431.98.74**
- **Catía- 871.60.17**
- **Catía- 870.96.88**
- **Catía- 870.86.00**
- **El Valle- 672.01.75**
- **El Valle - 672.27.88**
- **La Trinidad- 941.47.88**
- **El Cafetal- 985.65.00**
- **El Hatillo - 963.77.76**
- **Macarao- 433.96.89**
- **Macarao- 433.57.34**
- **Parque Central- 572.08.80**
- **Plaza Venezuela- 793.64.57**
- **Plaza Venezuela (horario oficina)- 781.26.23**
- **Universidad Simón Bolívar- 906.39.09**

POLICÍA

- **Destacamento Policial- 171**
- **Policía Metropolitana El Hatillo- 961.16.82**
- **Policía Metropolitana Baruta- 944.44.11**
- **Policía Metropolitana Sucre- 242.21.11**
- **Policía Metropolitana Sucre- 242.22.11**
- **Policía Metropolitana Altagracia- 561.87.84**
- **Policía Metropolitana Las Minas- 943.55.13**
- **Policía Metropolitana Comando Cotiza- 551.90.97**
- **Policía Metropolitana Prados del Este- 978.12.68**
- **Policía del Estado Miranda- 321.88.11**
- **Policía del Estado Miranda- 321.84.11**

CICPC (Cuerpo de Investigaciones Científicas Penales y Criminalísticas)

- **Parque Carabobo-** 5084.206-210
- **Caricuao-** 431.71.52
- **El Paraíso-** 482.70.41
- **El Llanito-** 257.85.95
- **Simón Rodríguez-** 793.14.39

TRÁNSITO TERRESTRE

- **El Llanito-** 258.06.10
- **Parque Central-** 509.21.92

AMBULANCIAS

- **Aeroambulancias-** 993.25.41
- **Ambulancias – Bomberos-** 577.92.09
- **Ambulancias Da Silva-** 953.48.22
- **Ambulancias del Este-** 265.02.51
- **Rescarven-** 993.73.33
- **Rescarven-** 993.76.81
- **Servicio de Emergencia Metropolitana-** 577.59.11
- **Socorristas Cruz Roja-** 541.47.13

DEFENSA CIVIL

- **Instituto de Protección Civil –** 631.86.62 / 90.58
- **Defensa Civil Alcaldía Mayor –** 662.67.59 / 662.32.05
- **Defensa Civil Nacional –** 0800.24845 / 483.98.05

ELECTRICIDAD

- **Emergencias electricidad de Caracas –** 502.00.00

AGUA

- **Emergencia Hidrocapital –** 800.768.22.53