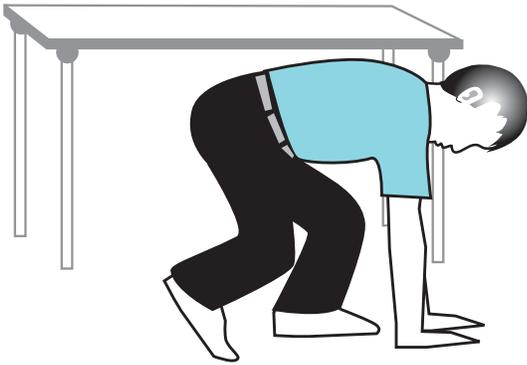


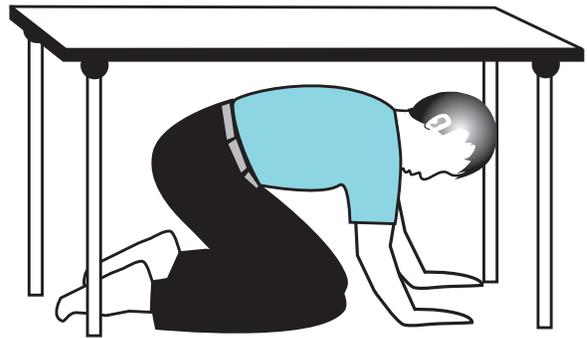
Cómo estar a salvo durante un Terremoto

Quando la tierra tiembla...

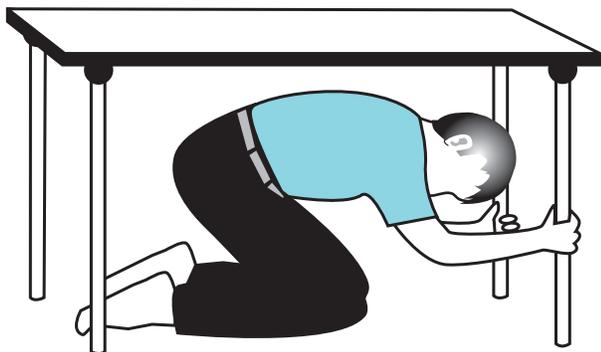
TÍRESE AL SUELO...



CÚBRASE...



QUÉDESE QUIETO...



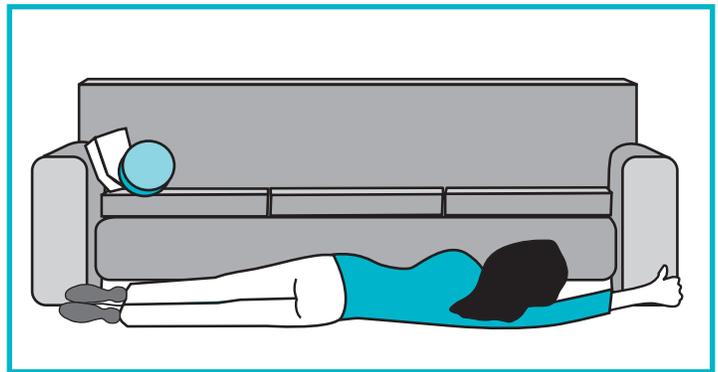
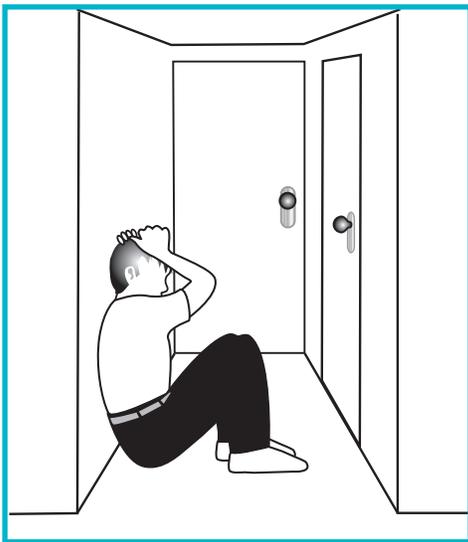
City of Seattle



Seattle Office of Emergency Management
www.seattle.gov/emergency
206-233-5076

Cómo estar a salvo durante un Terremoto

- ★ **No corra durante el temblor.**
La mayoría de las heridas se producen debido a la caída de objetos, no por los edificios que colapsan.
- ★ **Tírese al suelo, cúbrase y quédese quieto debajo de un escritorio o una mesa** durante los primeros 3 ó 4 segundos del temblor. Quédese allí hasta que finalice el temblor.
- ★ **¡Si usted se encuentra en un lugar donde no hay una mesa, agáchese! Siempre piense en ubicarse debajo de algo, al lado de algo o entre algo.** La mejor opción es ponerse **debajo** de un escritorio o una mesa. Sentarse **junto** a una pared interna. **Agacharse junto** a muebles pesados. **Ponerse en cuclillas entre** las hileras de las sillas en cines iglesias o estadios. **Agacharse junto a o debajo** de un carrito de supermercado.



- ★ **Si se encuentra afuera, en un área abierta...**
Siéntese y cubra su cabeza con sus brazos.
- ★ **Si se encuentra afuera, pero cerca de un edificio...**
Ingrese al edificio y busque un lugar seguro. La parte externa inmediata al edificio se conoce como “zona de peligro”.
- ★ **NOTA: Las entradas NO son un lugar seguro recomendado** en el caso de un terremoto. Es difícil mantenerse a salvo en una entrada durante un terremoto pues la puerta a menudo causa heridas con el movimiento de apertura y cierre durante el temblor.