

## COMPORTAMIENTO ADECUADO DURANTE UN SISMO:

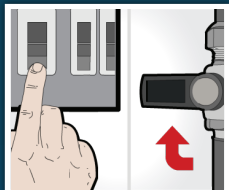
### Mientras esté dentro de un edificio:

Si está dentro de un edificio cuando empieza el sismo, pase rápidamente a un sitio seguro, **según el siguiente orden de prioridades:**

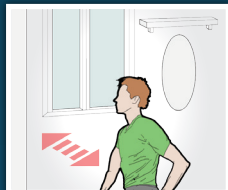


1. Si puede salir del edificio en segundos, **salga a un sitio al aire libre** (en especial quienes se encuentran en un edificio de una sola planta, o en la planta baja).
2. Si **no** puede salir del edificio rápidamente, **entre a la zona protegida (Mamad). Se debe dejar la puerta del Mamad abierta.**
3. Si **no** puede salir del edificio rápidamente y no hay una zona protegida, **salga al la zona de la escalera y, si es posible, siga bajando hasta la salida del edificio.**
4. Solo en caso de que no pueda hacer nada de lo anterior, **busque protección debajo de un mueble pesado, o siéntese en el piso junto a una pared interna.**

### INSTRUCCIONES ADICIONALES:



Antes de salir del edificio se deben desconectar los interruptores centrales de gas y electricidad.



Cuando se dirija a la zona protegida, aléjese de las paredes externas de la casa, de las ventanas y de los estantes.



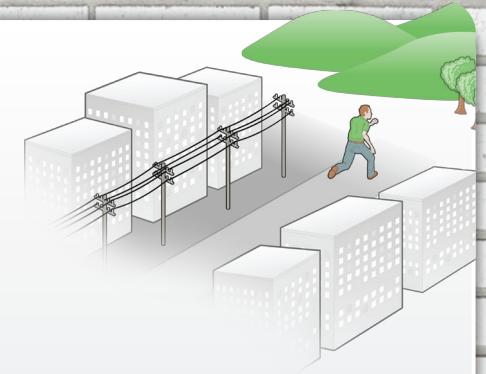
No se debe usar el ascensor durante el sismo y después de él, porque puede quedar atrapado.



Si está en silla de ruedas, trábela y protéjase la cabeza (después de haber llegado a la zona protegida).

### SI ESTÁ AFUERA:

Si el sismo se produce cuando está fuera del edificio, **permanezca en un lugar abierto** y aléjese de los edificios, puentes y postes de electricidad.



### SI ESTÁ EN LA PLAYA:

Si está en la playa cuando se produce un sismo, apártese de inmediato de la costa por miedo a que llegue una ola de tsunami que la inunde. Aléjese por lo menos un kilómetro de la orilla. Quienes no puedan abandonar la zona costera, suban al menos al cuarto piso del edificio más cercano. No vuelva a la costa en las 12 horas que siguen al sismo. Un retiro de la marea (reflujo) intenso y repentino es el signo de un tsunami inminente.

## COMPORTAMIENTO ADECUADO DESPUÉS DE UN SISMO:



Salga del edificio y permanezca en un sitio abierto y alejado de los edificios y de cables de electricidad sueltos.



Lleve consigo el equipo familiar de primeros auxilios.



Escuche los medios de comunicación para obtener información y recibir instrucciones.

### ATRAPADOS BAJO ESCOMBROS:

Si en las cercanías hay personas atrapadas bajo los escombros, trate de liberarlas y tome en cuenta el uso de recursos como la gata del coche o una viga de hierro. En la medida de lo posible, bríndeles primeros auxilios.

### TEMBLORES SECUNDARIOS:

Esté preparado para nuevos temblores, que aparecen algunos minutos o días después del primero y que pueden destruir los edificios ya debilitados. No entre a edificios dañados, excepto para salvar vidas.

## ¿CÓMO PREPARARSE A TIEMPO PARA UN SISMO?



### RESISTENCIA DEL EDIFICIO:

- Verifique que la casa en la que vive cumpla con el estándar israelí de resistencia antisísmica de edificios (Estándar Israelí 413).

*(Aparentemente, los edificios construidos antes de 1980 no cumplen con dicho estándar. Se considera que los edificios que cuentan con zonas protegidas [Mamad] son particularmente resistentes).*

- Un edificio que no cumpla con el estándar deberá ser reforzado lo antes posible.

*El gobierno de Israel ayuda a reforzar los edificios por medio de un Plan Maestro Nacional (PMN 38). Para más detalles, véase el sitio del Ministerio del Interior: [www.moin.gov.il/tama38](http://www.moin.gov.il/tama38)*

### PREPARACIÓN DE LA FAMILIA:

- Converse con su familia al respecto, y practique las normas de protección al menos una vez al año.
- Fije un lugar de encuentro al aire libre y una persona de enlace, para un caso de desconexión entre los miembros de la familia después del sismo.



### PREPARACIÓN DE LA CASA Y DEL SITIO DE TRABAJO:

- Refuerce la fijación a las paredes de armarios, estantes y aparatos de aire acondicionado. No coloque estantes sobre las camas.
- Prepare reservas de comida y agua para situaciones de emergencia, un equipo de primeros auxilios, una radio e iluminación a pilas. Se recomienda guardar copias de documentos importantes.
- Detecte de antemano, y según las instrucciones anteriores, un lugar seguro en la casa y en el sitio de trabajo, al que pueda dirigirse en caso de sismo.
- Sepa dónde están los interruptores centrales de electricidad y gas de la casa.



### PARA MÁS INFORMACIÓN:

Sitio sobre los preparativos antisísmicos: [www.eqred.gov.il](http://www.eqred.gov.il)  
Sitio del Comando de Protección Civil: [www.oref.org.il](http://www.oref.org.il)  
Centro de información telefónica del Comando de Protección Civil: **1207**



Estado de Israel

Comisión interministerial de preparación antisísmica



Comando de  
Protección Civil

# NOS PREPARAMOS PARA UN SISMO EN ISRAEL

En el pasado ha habido sismos destructivos en nuestra región; la aparición de un sismo intenso más es solo cuestión de tiempo. Si nos preparamos desde hoy, salvaremos vidas.

## ¿CÓMO SABER QUE SE ESTÁ PRODUCIENDO UN SISMO?

Durante un sismo se siente que el piso tiembla, las ventanas se sacuden en sus rieles, los muebles y otros objetos empiezan a moverse de manera extraña, las lámparas que penden del techo oscilan y los temblores dificultan la estabilidad y el desplazamiento.

**¡No permanezcan inmóviles en sus sitios! Pase de inmediato a un lugar seguro, siguiendo las indicaciones a continuación.**

