

Iglesia de Jesucristo Defensores de la Fe
Rvdo. Orlando Arroyo Román
Rvda. Edna Rivera Rivera
Pastores



¿Qué hacer? Antes, Durante y Después de un Terremoto

**MEDIDAS DE PRECAUCIÓN
PARA MITIGAR LOS EFECTOS DE UN TERREMOTO**

Recuerde, un terremoto de gran intensidad puede afectar a Puerto Rico en cualquier momento. Tome las siguientes medidas de precaución para evitar la muerte, heridas y daños a la propiedad.

Infórmate Prepárate Protégete

AHORA (ANTES)

1. Desarrolle una conciencia sísmica. Cuando asista a cualquier lugar, localice las salidas de emergencia y los lugares donde pueda protegerse. Enséñeles a los niños como

protegerse. Discuta con su familia acerca de un lugar de reunión donde puedan encontrarse en caso de estar fuera de su casa, recuerde que los teléfonos y los celulares es posible que no funcionen. Sería bueno tener el número telefónico de un familiar que viva preferiblemente fuera de Puerto Rico, donde puedan llamar para indicar el estado en que se encuentran y, conocer como se encuentran los demás.

NOTA: Si la red telefónica (Celulares) dejara de funcionar, tampoco se podrían enviar mensajes de texto, ya que estos funcionan a través de la red celular. Pero gracias a las redes sociales existen muchas formas de comunicación utilizando la Internet. Por ejemplo; a través de Facebook Messenger se pueden enviar mensajes y hacer llamadas telefónicas, casi a cualquier parte del mundo, también a través de Google Hangout, y otros, sus hijos o nietos probablemente conozcan muchos más. Oriéntese, aprenda a utilizarlos, practique, familiarícese con su equipo, y haga simulacros. No espere a que ocurra una emergencia para aprender a manejar su equipo, sea un celular, tableta, o computadora con acceso a la Internet.

2. Haga una inspección minuciosa de su casa, centro de trabajo, lugar de estudio, ó iglesia para determinar si hay peligros estructurales.
3. Asesórese con un ingeniero para asegurar la estabilidad estructural durante un terremoto.
4. Construya en terreno firme.
5. Identifique y tome medidas para reducir los peligros que hay en su hogar, vecindario, centro de trabajo, lugar de estudio, ó iglesia.
6. Ancle los muebles potencialmente inestables a la pared o al piso.
7. Sujete muebles y enseres con ruedas, al piso y las paredes.
8. Asegure las puertas de los gabinetes y enseres.
9. Asegure firmemente los objetos colgantes del techo.
10. Remueva objetos pesados de lugares altos.
11. Aleje las camas de lugares peligrosos, ventanas de cristal, espejos, cosas que puedan caerle encima mientras usted duerme.
12. Sujete los tanques de gas fluido y calentadores de agua a la pared.

13. Use tubos de materiales flexibles.

14. **Mantenga las salidas libres, las puertas de salida deben abrir hacia fuera.** Quite cualquier cosa que este en los pasillos ó las puertas y que puedan impedir que usted salga con rapidez.

15. Adquiera un seguro adecuado contra terremoto. Al costo de su propiedad actual.

16. Prepare un plan de contingencia para su familia, hogar, centro de trabajo, lugar de estudio, ó iglesia.

17. Haga un duplicado de las llaves de su hogar y vehículo, y manténgalas en un lugar accesible donde todos los miembros de la familia lo sepan. Preferiblemente coloque una copia de la llave al lado de cada puerta de salida para que pueda abrirla con rapidez.

18. Mantenga una linterna con baterías de repuesto al lado de su cama.

19. Mantenga un radio portátil con baterías.

20. Coloque un extintor de incendios en un sitio accesible, preferiblemente a la salida de la casa.

21. Mantenga una reserva adecuada de alimentos no perecederos.

22. Guarde una reserva abundante de agua.

23. Mantenga en un lugar accesible una caja de herramientas. Después de un terremoto es posible que alguna de las puertas de salida quede pillada, y necesitara con que abrirla rápidamente. Es recomendable mantener dentro del lugar, como parte del equipo, un marrón, y una herramienta llamada pata de cabra, por si usted ó alguien quedan atrapados.

24. Esté preparado para suministrar primeros auxilios y asegúrese de tener suficientes medicinas.

25. Guarde los documentos importantes en una caja de seguridad o en un lugar seguro y dentro de una bolsa plástica sellada (Ziploc) para que no se mojen.

26. Para los salones de clases y lugares de trabajo, preparar una mochila de seguridad. Las mismas deben incluir suministros para primeros auxilios (alcohol, antiséptico, betadina, gasas, etc.), radio, linterna, baterías para radio y baterías para linterna, marcadores, libreta, guantes, y otras cosas que entienda sean necesarias.

27. Desarrolle un plan con sus vecinos para enfrentar terremotos, que incluya un plan de seguridad.

28. Haga una evaluación de los recursos del vecindario.
29. Prepare a sus niños para enfrentarse a un terremoto.
30. Oriente a las personas con impedimentos.
31. No debe dejar realengos los animales domésticos.
32. Conduzca y practique simulacros contra terremotos en su hogar, centro de trabajo, lugar de estudio, ó iglesia.
33. Si vive o trabaja en un edificio alto, prepárese para oscilaciones fuertes.
34. Conozca rutas alternas de escape. Tenga una cantidad de dinero guardado en su casa, preferiblemente en billetes de uno y de cinco, ya que difícilmente encontrara alguien que le cambie billetes más altos. No olvide que los bancos estarán cerrados, y las ATH quizás no funcionen.

Tenga en el patio ó en algún lugar seguro de su casa, una caja de plástico con ruedas si es posible (nevera de playa seria mejor ya que es mas fuerte) que contenga; agua, comida no perecedera, comida y medicinas de niños (si tiene niños), ropa, una frisa, guantes fuertes, linterna, radio, un pito, un juego de mesa y un botiquín de primeros auxilios. Recuerde no colocar las baterías al radio ni a la linterna para que no se dañen, y revisar cada cierto tiempo la fecha de expiración de los alimentos, las medicinas y las baterías para reemplazarlos. Si utiliza medicamentos de mantenimiento colóquelos en un lugar seguro y accesible.

Prepárese, ya que con toda probabilidad no habrá luz ni agua por varios días ó semanas, tampoco encontrara lugares donde pueda salir a comprar alimentos, medicinas ó artículos de primera necesidad, **(Recomendamos que haga preparativos para varios meses)** todo esto dependiendo de la intensidad del Terremoto y sus replicas. Tenga una bicicleta ya que difícilmente se podrá mover en su vehículo debido a los escombros, postes del tendido eléctrico en el suelo, y otros obstáculos. Los comercios estarán cerrados, solo podrá depender de usted y de los preparativos que haya realizado. **Recuerde que todos estarán en la misma situación.**

ESPERE LO MEJOR, PERO PREPARECE PARA LO PEOR

El 25 de diciembre de 2010 en la noche, a las 7:43pm se registro un sismo con una magnitud de 5.4 que se sintió en todo Puerto Rico. Era de noche, por esta razón hay que estar preparados porque pudiera ocurrir un terremoto en la noche, no habría luz, ni agua, tampoco funcionarían los teléfonos o celulares, los sistemas de cajeros ATH no estarían funcionando, los comercios que estuvieran abiertos cerrarían, incluyendo las gasolineras,

recuerde que todos se verían afectados. Las réplicas del terremoto representan otro peligro, si a esto le sumamos que probablemente este lloviendo fuertemente, y con tormentas eléctricas, pues vivimos en un país tropical. ¿A dónde acudiremos para buscar ayuda? Por esta razón tenemos que prepararnos, ya que nadie podrá venir en nuestra ayuda, pues todos estarán enfrentando la misma situación.

Infórmate Prepárate Protégete

DURANTE

1. Reaccione con prontitud. La vida es más importante que la propiedad.
2. Si está dentro de su casa u otra edificación, quédese ahí y muévase a un lugar seguro.
3. Manténgase alejado de objetos peligrosos, de ventanas y puertas de cristal, y protéjase contra los objetos que caigan.
4. No corra. En la mayoría de los casos es más seguro quedarse adentro que tratar de salir.
5. No use el elevador o trate de salir por las escaleras durante el terremoto. Recuerde, **NO** use el elevador (Ascensor) ni durante, ni después del terremoto, ya que puede quedar atrapado, y pasara mucho tiempo antes que lo puedan rescatar, **cuando termine el terremoto use las escaleras y protéjase la cabeza.**
6. Detenga su automóvil y permanezca en él.
7. Si está fuera, quédese ahí, alejándose de postes, árboles y edificios. Durante y después del Terremoto continúan cayendo objetos de los edificios, cuidado no se acerque a ellos.
8. Si está en un sillón de ruedas, quédese en él y trate de esquivar objetos que puedan estar cayendo.

Infórmate Prepárate Protégete

DESPUÉS

1. **Aléjese del mar rápidamente, ya que es posible que ocurra un tsunami.** También es probable que la represa de acueductos haya recibido algún daño, **retírese a un lugar seguro si vive en zonas que puedan inundarse.**



2. Mantenga la calma, tome unos momentos para pensar las consecuencias de lo que vaya a hacer.

3. Implante su plan de emergencia familiar y comunal. Ponga en marcha el plan de seguridad con sus vecinos.

4. Haga una rápida inspección inicial por si hay heridos o gente atrapada.

5. Póngase ropa adecuada, y **no camine descalzo.**

6. Verifique si hay incendios.

7. No haga llamadas innecesarias. Para comunicarse con sus familiares, use mensajes de texto ó el Internet si esta disponible.

8. Si detecta escapes de gas, cierre la válvula principal, abra las ventanas y salga de la edificación, **no prenda velas, fósforos, ni encendedores.**

9. Desconecte el servicio eléctrico si hay daño en el sistema eléctrico de la propiedad.

10. **No toque cables ó postes eléctricos que hayan caído al suelo.**
11. Disponga adecuadamente de sustancias peligrosas que se hayan derramado.
12. Examine el sistema sanitario.
13. Abra la pluma de agua fría y almacene agua en los lavados y bañeras.
14. Inspeccione su casa cuidadosamente por si hay daños estructurales.
15. Tenga cuidado al abrir las puertas del mobiliario ya que posiblemente haya objetos que puedan causarle daño.
16. Sintonice el sistema de radiodifusión de emergencia.
17. No salga a novelerear, podría estar arriesgando su vida y la de otros. Si se ve obligado a salir, **nunca salga solo, ni deje a su familia desprotegida.**
18. Esté preparado para más temblores.
19. Si usted es lisiado y está atrapado, llame o haga ruido para recibir ayuda.
20. Si usted es sordo o tiene problemas auditivos, atraiga la atención de otros golpeando cualquier objeto para hacer ruido.
21. Ayude a las personas con impedimentos visuales.
22. Coopere con la Agencia Estatal para el Manejo de Emergencias, y otras Autoridades de Emergencias y Seguridad Pública. **En lo que llega la Defensa Civil usted es la “Defensa Civil”.**

En caso de que el terremoto afecte a gran parte de la isla, es posible que haya un toque de queda y que el combustible este separado solamente para los vehículos de la Agencia Estatal para el Manejo de Emergencias, y otras Autoridades de Emergencias, Seguridad Pública y Guardia Nacional.

Racione el agua y los alimentos, desarrolle con sus vecinos un plan de seguridad para implementarlo en su comunidad, especialmente durante la noche. Conozca a sus vecinos y llámelos por su nombre. Recuerde el refrán: Mejor es vecino cerca que familiar lejos.

No olvide que la Defensa Civil, Agencia Estatal para el Manejo de Emergencias, y otras Autoridades de Emergencias, Seguridad Pública, Salud y Guardia Nacional, han pasado también por lo mismo y, tardaran en reorganizarse, tenga calma y prepárese, ya que posiblemente pasaran varios días ó semanas antes que puedan llegar a donde se

encuentra. Dentro de las prioridades del gobierno, esta la salud y seguridad del pueblo, pero esto no se lograra inmediatamente.

NO OLVIDE

Recuerde que hace muchos años que no experimentamos un terremoto en Puerto Rico. El último terremoto fue casi a principios del siglo 20. Las nuevas generaciones desconocen los efectos y las consecuencias de un terremoto. Prepárese para estar sin luz, ni agua por varios meses, racione los alimentos, proteja los medicamentos, y no olvide a los niños, ni a los ancianos o personas con impedimentos. No podemos ignorar que luego de un terremoto algunas personas estarán heridas, o atrapadas, y otras en el peor de los casos ya no estarán con nosotros. Mantenga la calma, y ore a Dios, él nos ayudara.

El prudente ve el peligro y lo evita; el insensato sigue adelante y recibe el daño. Proverbios 22:3

Usted es la persona más cerca de su vecino, Ayúdelo

Documento Original en: Red Sísmica de Puerto Rico

Fuente: http://www.prsn.uprm.edu/Spanish/informacion/sisnotas_med.php

Mapas del Programa de Tsunami de la Red Sísmica de Puerto Rico

Enlace: <http://redsismica.uprm.edu/Spanish/tsunami/mapas.php>

Agencia Estatal para el Manejo de Emergencias

Enlace: <http://www2.pr.gov/agencias/aemead/Pages/default.aspx>

FEMA

Enlace: <http://www.fema.gov/es>

Video Infórmate Prepárate Protégete

Enlace: <https://youtu.be/8vJf5Rt8FhE>

Preservar alimentos por diez años y

Preparar una mochila de emergencia

Enlace: <https://youtu.be/97Xg9BXKtFA>

Adaptado y ampliado por el Pastor: Rvdo. Orlando Arroyo Román

Iglesia de Jesucristo Defensores de la Fe
Ave. Sánchez Castaño, Calle 17 Blq. 21 #21
Villa Carolina, Carolina, P.R. 00985

Iglesia coordenadas GPS: 18.39139, -65.96241

www.defensoresdelafe.com

Infórmate Prepárate Protégete

Compártelo con tus Familiares, Vecinos, y Amigos

Revisado el 14 de mayo de 2016