

Antes

En casa

- ♦ Revisa constantemente la estructura de tu hogar.
- ♦ Identifica las zonas de menor riesgo lejos de objetos y vidrios que puedan caer y lastimarte .
- ♦ Ten a la mano un directorio con los números de emergencia, un botiquín de primeros auxilios, radio con pilas, linternas , provisiones: Agua y alimento enlatado.
- ♦ Realiza tu plan familiar de Protección Civil; es una guía para que tu y tu familia sepan que actividades realizar antes, durante y después de una emergencia. (pueden encontrar información en la pagina de Protección Civil del INAH) .

En la oficina u otro Lugar :

- ♦ Observa las señalizaciones y ubica las rutas de evacuación y punto de reunión.
- ♦ Identifica las zonas de menor riesgo.
- ♦ Atiende las indicaciones de la Unidad Interna de Protección Civil.

Durante

En casa

- ♦ En caso de escuchar la alerta sísmica , cuentas con segundos ventaja, ubícate en una zona de menor riesgo.
- ♦ Aléjate de las ventanas y muebles que pudieran caer.
- ♦ Una vez perceptible el movimiento telúrico, no intentes evacuar el inmueble, no utilices los elevadores o escaleras.

En la calle

- ♦ Aléjate de los edificios, ventanas, cables , postes y bardas.
- ♦ Si vas en transporte público o abordo de un vehículo, pide que se detenga y camina hacia un lugar abierto.
- ♦ Mantente informado, escucha las indicaciones de las autoridades.



Después

- ♦ Una vez terminado el temblor verifica el estado de las instalaciones de su casa, oficina y/o escuela
- ♦ No enciendas cerillos después del sismo, ya que podría existir una fuga de gas.
- ♦ Si detectas daños estructurales en tu inmueble , desocúpalo y repórtalo a la unidad Interna de Protección Civil.
- ♦ Mantente informado, sigue las indicaciones de las autoridades.





ACÉRCATE A TU UNIDAD INTERNA DE PROTECCIÓN CIVIL DONDE RECIBIRÁS MAS INFORMACIÓN DE QUE HACER EN CASO DE SISMO.



Subdirección de Protección Civil
Insurgentes Sur No. 421 Conjunto Aristos, Col. Hipódromo, Deleg. Cuauhtémoc, C.P. 06170, México, D.F.
Tel.: 40 40 43 00 exts. 417402, 416282 y 416283.

SEP
SECRETARÍA DE
EDUCACIÓN PÚBLICA



Instituto Nacional
de Antropología
e Historia

QUE HACER EN CASO DE SISMO

