

Vivimos en

# TIERRA DE TEMBLORES

CÓMO SOBREVIVIR TERREMOTOS Y TSUNAMIS EN EL NORTE DE CALIFORNIA

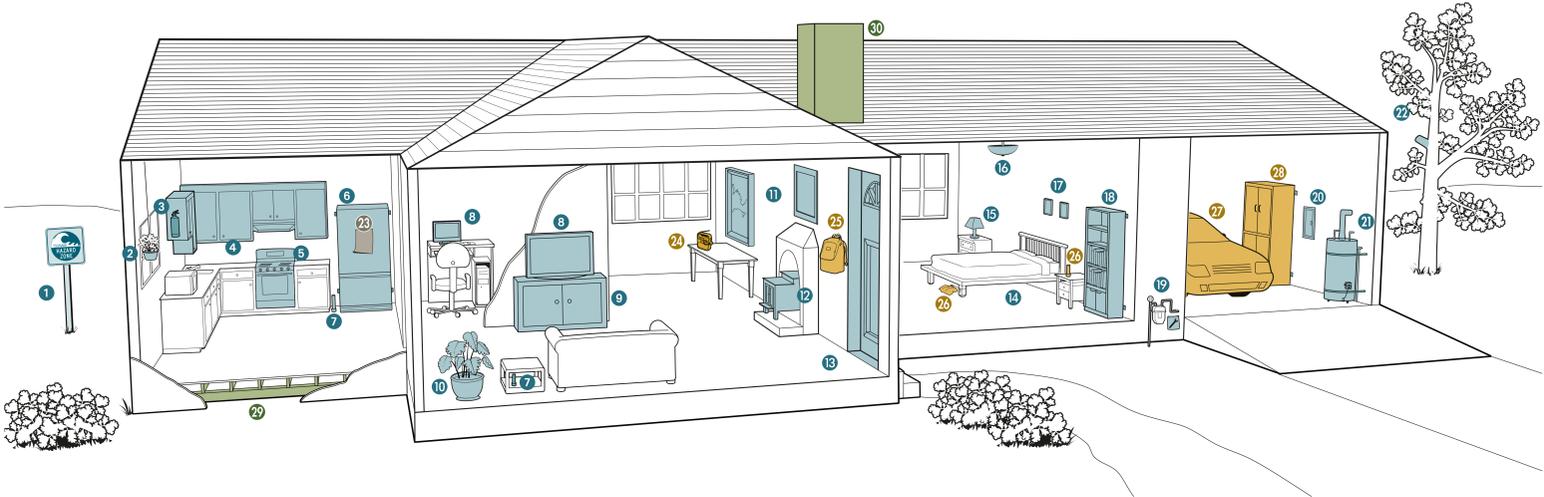
## Siete pasos que pueden salvarle la vida

La preparación es la clave para sobrevivir a un desastre natural. Comience hoy revisando estos siete pasos. Luego hable con su familia sobre lo que ha aprendido. Esté a salvo, reduzca las pérdidas, recupérese más fácilmente.

**ANTES DE UN TERREMOTO O TSUNAMI: PREPÁRESE**  
**DURANTE EL TERREMOTO: PROTÉJASE**  
**DESPUÉS DEL TERREMOTO: RECUPÉRESE**

### TREINTA SUGERENCIAS PARA QUE SU HOGAR ESTÉ MÁS SEGURO CONTRA TERREMOTOS

*Conecte las acciones y su ubicación en el dibujo de la casa.*



#### PASO 1—IDENTIFIQUE LOS PELIGROS

- 1 Sepa si vive, trabaja o juega en una zona de peligro de tsunami.
- 2 Cuelgue sus plantas en macetas livianas con ganchos cerrados, bien fijados a una viga o a los montajes de pared y lejos de las ventanas.
- 3 Ponga extintores de incendios (tipo ABC) en lugares de acceso fácil.
- 4 Instale pestillos fuertes en los gabinetes de la cocina.
- 5 Use conexiones flexibles donde las líneas de gas se conecten con los electrodomésticos.
- 6 Retire o bloquee las ruedas del refrigerador, asegúrelas a los pernos.
- 7 Mantenga varias linternas alrededor de la casa en lugares de acceso fácil.
- 8 Fije bien los artículos electrónicos de valor como computadoras y televisores.
- 9 Mantenga los artículos frágiles en gabinetes más cercanos al piso o asegurados con pestillos.
- 10 Mueva plantas pesadas y otros artículos grandes al piso o a estantes más cercanos al suelo.
- 11 Cuelgue espejos y cuadros con ganchos cerrados.
- 12 Fije bien la estufa de leña o el inserto de chimenea.

- 13 Mantenga los objetos pesados e inestables alejados de las puertas y rutas de salida.
- 14 Ponga las camas retiradas de las ventanas u objetos que puedan caerse.
- 15 Asegure bien las chucherías y otros pequeños objetos de valor con masilla de museo.
- 16 Refuerce las lámparas de techo.
- 17 Sólo cuelgue artículos de peso liviano o textura suave sobre las camas.
- 18 Fije bien los muebles pesados a los montajes de pared.
- 19 Mantenga una llave inglesa o la herramienta para cerrar la línea de gas en un envoltorio impermeable al agua cerca del medidor de gas.
- 20 Conozca la ubicación de su interruptor eléctrico principal (la caja de fusibles o circuito central.)
- 21 Fije bien el boiler de agua (calefón) con correas de metal a los montajes de pared.
- 22 Recorte las ramas peligrosas de los árboles.

#### PASO 2—CREE UN PLAN

- 23 Tenga a mano su plan de emergencia y repaselo con todos los miembros de su familia.

#### PASO 3—PREPARE BOTIQUINES DE PRIMEROS AUXILIOS PARA CASOS DE EMERGENCIA

- 24 Obtenga un radio meteorológico de la Administración Atmosférica y Oceánica Nacional (NOAA por su sigla en inglés) con la función de alerta pública para notificarle sobre tsunamis y otros peligros.
- 25 Mantenga una mochila de emergencia con copias de documentos importantes cerca de la puerta para tomarla al salir de su casa.
- 26 Mantenga una linterna, pantuflas y guantes junto a las camas.
- 27 Mantenga el tanque de gasolina lleno a la mitad.
- 28 Guarde los suministros de alimentos y agua de emergencia en un área seca y accesible. Incluya un botiquín de primeros auxilios, dinero extra, radio portátil, baterías extras, medicamentos y otros suministros necesarios.

#### PASO 4—FORTALEZCA SU CASA

- 29 Use pernos de anclaje cada 4 a 6 pies para asegurar la casa a los cimientos.
- 30 Refuerce las chimeneas de ladrillo.

Visítenos en línea en [humboldt.edu/shakyground](http://humboldt.edu/shakyground)