

SEGUIR CIENCIA

Regístrate o inicia sesión para seguir tus temas favoritos.

Cómo actuar antes, durante y después de un sismo según expertos

La preparación y la calma son claves para reaccionar debidamente ante un movimiento de tierra.

- Comentar 4
- Facebook
- Twitter
- Guardar
- Enviar
- LinkedIn



En su preparación, ubique lugares seguros a los que pueda evacuar. Foto: Juan B Díaz/CEET

RELACIONADOS: CIENCIA | TEMBLOR

Por: Redacción Vida 29 de enero 2019, 06:32 a.m.

Los sismos no se pueden predecir y por eso debemos prepararnos.

Antes

Verifique la sismo resistencia de la vivienda y prepárese definiendo un plan de emergencia, familiar o empresarial, incluyendo puntos seguros, un maletín de emergencia (ropa de cambio, alimentos no perecederos, agua, plato, cuchillo, cuchara, botiquín sencillo, linterna con batería de repuesto, silbato, una frazada, poncho plástico y copias de los documentos personales), roles (quién ayuda, quién cierra registros, por ejemplo), puntos externos de encuentro y mecanismos de comunicación (teléfonos fijo o celular).

Durante

TEATRO COLÓN BOGOTÁ

Del 30 de julio al 27 de agosto 7:30 p.m. PLAZA USABAT

II TORNEO DE DRAMATURGIA, TEATRO COLÓN 2019

EL TIEMPO

Ponte al día

Nairo ganó la etapa 18 de Egan Bernal es segundo general

NAIRO QU

Alex Saab, a la Lista Clin

INVESTI


EL TIEMPO Spotify

Decíle adiós a los anuncios.

Disfruta tu música sin interrupciones. Premium gratis los primeros 30 días.

Sujeto a restricciones. Aplican términos y condiciones. Después a solo \$ 14.900.000 al mes.

INICIAR PRUEBA



Conservar la calma. Analice la situación. Alejese de vidrios, identifique puntos seguros para resguardo, proteja la cabeza con los brazos o cojines. No se ubique bajo marcos de puertas. Evalúe si es necesaria una evacuación, no siempre hay que salir. Se recomienda evacuar cuando hay fallas estructurales graves. No olvide su maleta de emergencia. Si está en la calle, busque un lugar seguro, lejos de postes y cables. Nunca use ascensor.

- 🔗 **¿Qué debería tener en casa si ocurriera un desastre?**
- 🔗 **Una iglesia y varias casas afectadas tras sismo en Huila**
- 🔗 **No se deje engañar: los sismos no se pueden predecir**
- 🔗 **Un temblor y tres fuertes réplicas se sintieron en el centro del país**
- 🔗 **Este fin de semana se registraron 3.130 movimientos telúricos en Huila**

Después

Esté atento a las indicaciones. Verifique su condición y la de personas cercanas. Si puede, ayude a otros. Si evacuó, atienda a las autoridades antes de regresar. Si aún está en su vivienda y ante sismos fuertes, corte gas, energía y agua. Si percibe olor a gas, evite accionar interruptores o encender fósforos, abra ventanas, revise su vivienda en busca de señales de posible colapso, como grietas o estructuras inclinadas. Manténgase informado. Diríjase a una zona segura.

Mitos y verdades

Los movimientos frecuentes no son señal de uno de mayor magnitud. El llamado triángulo de la vida no tiene evidencia que lo respalde, lo que existe son espacios vitales donde nos podemos resguardar. Los cambios de temperatura no están relacionados con los sismos. La medida de protección más importante es la sismo resistencia y evacuar si la construcción tiene deficiencias estructurales.

Fuentes: Gestión del riesgo Cruz Roja Cundinamarca y Bogotá, Unidad Nacional para la Gestión del Riesgo de Desastres e Idiger.

Descarga la app El Tiempo. Con ella puedes escoger los temas de tu interés y recibir notificaciones de las últimas noticias. Conócela [aquí](#)

- Comentar  4
- Guardar 
- Reportar 
- Compartir 

Encontraron la casa de un descuartizó a ciudadano venezolano

◀ [DESMEN](#)

Atención: Registraduría atenderá público este jueves

◀ [REGISTRADURÍA NA](#)

Descoordinación de prov causa del error de Carull cliente

◀ [c](#)

Análisis: ¿Por qué una fo puede convertir en mem

◀ [c](#)



Temas relacionados

Dualidad complementa investigar los recursos a

◀ [ci](#)

Estudio revela un nuevo de los arrecifes de co

◀ [ci](#)

Bogotá será sede de enci internacional de divulga científica

◀ [ci](#)

Descubre noticias para ti



Celular plegable de Samsung saldrá al mercado en septiembre

◀ [SAMSUNG GALAXY](#) 10:22 AM



Santa Marta metida en las Fiestas del Mar

◀ [SANTA ELENA](#) 9:58 AM



Invierta en un CDAT y haga realidad sus sueños

◀ [INVERSIONES](#)