

Protege a tu familia de los terremotos



EL CONOCIMIENTO Y LA PREPARACIÓN MINIMIZAN LOS RIESGOS

- Lee este material con tu familia y amigos.
- Aprende de memoria cómo comportarte.
- Organiza ejercicios de reacción ante un terremoto.
- Sigue las orientaciones de la Defensa Civil.

¿QUÉ ES UN TERREMOTO?

Un terremoto es un temblor (Motus) de la tierra (Terra), que puede durar uno o varios segundos. A menudo viene acompañado de un ruido sordo y profundo.

Lo cierto es que la tierra tiembla porque sufre vibraciones, tanto verticales como horizontales, que se originan a varios kilómetros de profundidad.

¿POR QUÉ OCURREN LOS TERREMOTOS?

Los terremotos, también llamados sismos o temblores de tierra, se originan en el interior de nuestro planeta. Los más frecuentes se asocian a las fallas, es decir, a fracturas enormes que atraviesan los macizos rocosos, y al desplazarse, liberan enormes cantidades de energía. Algunos son consecuencia de las erupciones volcánicas.

IMAGINA QUE ENTRE DOS AMIGOS ESTÉN ESTIRANDO UNA SOGA DE FIBRA TRENZADA:

Mientras hagan más fuerza se irán acumulando más tensiones en las fibras de la sogá, hasta que la resistencia de esas fibras no aguanta más. Entonces se partirá y cada uno saldrá disparado en direcciones opuestas, saltando y temblando. Algo parecido le ocurre a la tierra.

El sitio donde se libera la energía del terremoto se denomina foco, y al punto imaginario en la superficie de la tierra, justo encima del foco, se le conoce como epicentro. Las ondas sísmicas se desplazan por el interior de la tierra a partir de los focos.

Las fallas que producen los terremotos se denominan sismogeneradoras.

Al sur del oriente de Cuba está la falla Bartlett-Caimán, la principal sismogeneradora del país.

¿CÓMO SABEMOS QUE ESTÁ OCURRIENDO UN TERREMOTO?

Hay terremotos que apenas los notamos, pero los animales son capaces de sentirlos y se ponen nerviosos, y hasta los perros ladran, pues tienen mucha sensibilidad.

Cuando ocurre un terremoto de poca intensidad todo se mueve a nuestro alrededor:

- los cuadros en las paredes.
- las lámparas colgantes.
- las frutas en los árboles.
- las aguas en los estanques.

Si el terremoto es muy intenso, entonces no habrá dudas. Puede escucharse un ruido ronco y profundo; los edificios y puentes se balancean, las paredes se fracturan; se abren grietas en el suelo, en los pisos y las carreteras; los pájaros vuelan espantados.

La gente, por lo general, entra en pánico. No los imites.

TERREMOTOS EN CUBA

En Cuba han ocurrido terremotos relativamente intensos en San Cristóbal, La Habana, Trinidad, Remedios, Caibarién, Esmeralda, Gibara, Holguín, Bayamo, Manzanillo, Pilon, Cabo Cruz y Moa; y sobre todo, en Santiago de Cuba.

PLAN DE EMERGENCIA FAMILIAR

Contempla dejar claro a todos los integrantes de la familia de lo que harán en caso de un sismo.

En familia deben:

1. Definir un punto de encuentro cercano a su hogar, un parque, un área deportiva, un espacio abierto entre la escuela, el centro de trabajo y el hogar.
2. Determinar un tiempo de espera en el punto de encuentro para cada uno de los integrantes.
3. Realizar una distribución de responsabilidades para cada uno en función de la ubicación y distancia del punto de encuentro en que se hallen a la hora del sismo.
4. Establecer un plan de encuentro particular, sencillo, bien completo y para distintos momentos y posibles situaciones. Defina: quién recoge a los niños, por cuáles vías se trasladan hasta el punto de encuentro, quién busca la dotación de los medios de emergencia, cómo verificar si ya están todos en camino al punto de encuentro.
5. Cada integrante debe usar alguna identificación con sus datos personales y antecedentes clínicos: alergias, grupo sanguíneo, medicamentos que usa.
6. Prepare una mochila con lo necesario para emergencia, por ejemplo: agua, alimentos, linterna, radio, silbato, artículos de higiene, medicamentos, equipos de primeros auxilios, ropa, dinero, copia de documentos importantes, plan de emergencia, vasos, cubiertos y platos de plástico, papel y lápiz, fósforos, velas, íntimas, gotas purificadoras de agua, un nylon grande, manta, cuchilla multiuso.
7. Cada integrante debe tener a mano una lista de personas a contactar por prioridad en caso de pérdida de los miembros de la familia.
8. Haga un ejercicio de simulación con su familia para practicar el plan y verificar el dominio por todos los integrantes.

TELÉFONOS ÚTILES:
PNR 106
BOMBEROS 105
AMBULANCIAS 104

TELÉFONOS ÚTILES:
PNR 106
BOMBEROS 105
AMBULANCIAS 104

¿QUÉ HACER SI OCURRE UN TERREMOTO?

Todas las catástrofes que nos aquejan tienen un componente humano. Allí donde más daños ocurren, y hay más víctimas, es, por lo general, porque están mal preparados. El conocimiento y la preparación minimizan los riesgos.

Ante un terremoto debemos saber comportarnos de acuerdo con el lugar donde nos sorprendamos, pues estos temblores de tierra duran apenas unos segundos. Si sabemos cómo actuar y reaccionamos con rapidez, las posibilidades de que suframos pérdidas serán muy pocas.

Por eso, tienes que saber qué hacer cuando:

El terremoto te sorprende en la casa.

- Razona y evita el pánico.
- Colócate debajo del marco de la puerta.



- No te refugies en la cocina.
- Aléjate de libreros, escaparates y repisas.
- Mantente alejado de ventanas, puertas o muebles de cristal.

- No corras ni trates de salir a la calle.
- No uses el elevador ni las escaleras.
- No te coloques debajo de las escaleras.

El terremoto te sorprende en la escuela o centro de trabajo.

- Razona y evita el pánico.
- Colócate debajo del marco de la puerta.
- Aléjate de libreros, escaparates y repisas.
- Suelta los equipos que estés utilizando.
- No grites ni llames a otras personas.
- No corras ni trates de salir a la calle.
- No uses el elevador ni las escaleras.

El terremoto te sorprende en la calle.

- Razona y evita el pánico.
- Busca una plaza o parque y camina hacia este y aléjate de donde transitan vehículos.

- Aléjate de los edificios y paredes de todo tipo.

- No grites ni llames a otras personas.

- No te detengas debajo de los puentes y aléjate de los cables y postes eléctricos.



El terremoto te sorprende en un parque o en el campo.

- Razona y evita el pánico.
- Camina hacia un lugar despejado.
- Aléjate de los árboles.
- Aléjate de los edificios y paredes de todo tipo.
- No grites ni llames a otras personas.

DESPUÉS DEL TERREMOTO

No creas que terminados los temblores de tierra se acabó el peligro, pues los sismos pueden repetirse a los pocos minutos, o al cabo de algunos días, aunque estos son generalmente más débiles.

Después de un terremoto, auxilia a los otros miembros de tu familia, vecinos y compañeros de trabajo.

Vayan todos a un lugar seguro, mejor hacia un parque o plaza.

ENTONCES

- Deja trabajar a los bomberos y brigadas de rescate.

- Ofrece tu ayuda presentándote ante la Defensa Civil o autoridades competentes.

- Mantente informado.

- Evita regresar a las construcciones sin antes evaluar su estado de seguridad.

- Evita construir sobre pendientes muy fuertes.

- Sigue los consejos de la Defensa Civil.

(Tomado del Folleto patrocinado por la Sociedad Cubana de Geología y el ISDI, y con el asesoramiento del Centro de gestión para la reducción del riesgo, de la Defensa Civil en Granma)

