

Defensa Civil recomienda qué hacer antes, durante y después de un sismo

14 noviembre, 2023



El Ministerio de Seguridad cuenta con el Plan de Acción Familiar (PAF).

Para saber cómo actuar ante un sismo, Defensa Civil brinda a la población una serie de medidas, entre ellas, la importancia de tener la mochila de emergencia preparada en la vivienda.

Entre los elementos que debe tener, se detallan: botellas agua potable; alimentos no perecederos, como enlatados, arroz, alimentos secos, barras de cereal o chocolate (corroborar siempre fechas de vencimiento); lista con teléfonos importantes de familiares, bomberos, hospital, 911; lista con nombres de nuestros familiares (DNI, grupo sanguíneo, obra social, medicamentos que toman); lista de nombres y teléfonos de familiares cercanos; botiquín de primeros auxilios con

medicamentos vitales; radio a pilas; linterna y pilas; silbato y guantes; documentos personales y sus copias; ropa y manta de abrigo; kit de aseo y herramientas y alambre.

También es importante conocer la infraestructura de la casa en la que vivimos y establecer entre los integrantes de la familia algún lugar cercano, como una plaza, para reencontrarse en el caso de un sismo.

Por otro lado, hay que tener el Plan de Acción Familiar (PAF), manual realizado por el Ministerio de Seguridad, dirigido a la familia para que conozcan las medidas de seguridad y saber cómo actuar antes, durante y después de una emergencia.

La guía, de más de 20 hojas, se encuentra disponible en formato digital en el sitio de Defensa Civil elaborar un plan en el que se especifique qué rol tiene cada integrante ante el fenómeno y qué deben hacer según el lugar donde estén. Posee otros aspectos y cuidados que se deben tomar en el día a día ante imprevistos domésticos con las conexiones de luz, agua y gas.

Más recomendaciones

Antes de un sismo

Verificar el material de la casa, colegio o lugar de trabajo.

Identificar lugares de protección sísmica, mantenerse alejados de ventanas y elementos que pueden caerse.

Durante un sismo

Mantener la calma.

Ubicarse debajo de una mesa de madera o un elemento firme, lejos de ventanales y/o cristales.

Si vas conduciendo, disminuir la velocidad y detener el vehículo en un lugar seguro.

Después de un sismo

Dirigirse hacia una zona segura dentro o fuera de la vivienda o lugar de trabajo.

Cortar los suministros de luz, gas y agua y, al restablecer estos dos últimos, verificar que no existan pérdidas.

Utilizar solo linternas, no encender velas ni fósforos.

MOCHILA DE EMERGENCIA (72 HS. DE SUBSISTENCIA)



Ropa de abrigo



Copia de llaves vivienda y auto



Radio a pilas



Linterna a pilas



Manta liviana



Chocolates y barras de cereales



Medicamentos para tratamientos específicos, guantes de látex, antisépticos, algodón, cinta adhesiva, tijeras, termómetro, yodo, curitas, gasas, vendas elásticas (5 y 10 cm).



Botella de agua



Documentos, lista de teléfonos y datos familiares



Velas y fósforos



Botiquín



Alcohol en gel



Bolsas plásticas



DEFENSA CIVIL
MENDOZA



MENDOZA GOBIERNO
Ministerio de Seguridad