



TERREMOTOS Y RÉPLICAS

GUÍA DE RESPUESTAS



Un terremoto es una sacudida repentina y rápida de la Tierra causada por el rompimiento y desplazamiento de la roca debajo de la superficie de la Tierra. Los terremotos golpean repentinamente, sin previo aviso, y pueden ocurrir en cualquier momento del día o la noche, y en cualquier temporada del año. Los terremotos pueden estar seguidos de “réplicas”, terremotos más pequeños o temblores que pueden suceder minutos, días, semanas o incluso meses después.



Conozca cómo responder a los temblores y las réplicas.

- ▶ Cuando sienta un terremoto o una réplica, tírese al suelo de rodillas, cúbrase el cuello y la cabeza debajo de una mesa o escritorio resistente, y espere.



Diríjase a un lugar seguro.

- ▶ Quédese adentro o entre a algún lugar para alejarse de los restos que caigan desde arriba.
- ▶ Si está cerca de un cuerpo de agua grande, diríjase rápidamente a un lugar más alto. Algunas veces, los terremotos van seguidos de tsunamis (olas grandes) y pueden producirse en cuestión de minutos.
 - ▶ Camine, ya que las carreteras y los puentes podrían estar dañados.
 - ▶ Si no es posible evacuar, diríjase al tercer piso o más arriba de un edificio resistente, si es posible.
- ▶ Esté pendiente de condiciones peligrosas como cables eléctricos caídos, daño estructural, vidrio roto y fugas de gas.
- ▶ Si es necesario evacuar, use las escaleras en lugar de los elevadores en caso de que haya réplicas, cortes de luz u otros daños.
- ▶ Ayude a los vecinos que necesiten atención especial, como los niños, adultos mayores y otras personas con movilidad limitada.

DIRECTRICES GENERALES

- ▶ Obtenga información de salud de fuentes confiables (nyc.gov, cdc.gov y 311).
- ▶ Inscríbese en Notify NYC (Avisos de NYC) para obtener información sobre los eventos de emergencia.
- ▶ Si usted o cualquier persona que conoce se sienten abrumados o necesitan ayuda para enfrentar la situación, pueden visitar lifenet.nyc donde obtendrán ayuda gratis en su idioma.
- ▶ En caso de una emergencia, siempre llame al 911.



Tenga cuidado con los peligros relacionados al terremoto y notifique a las autoridades si es necesario.

- Si siente olor a gas o si el detector de monóxido de carbono se activa, abra las ventanas y luego salga y llame al 911.
 - No vuelva a entrar hasta que su vivienda haya sido declarada segura.
 - No use velas, fósforos ni ningún otro tipo de llama abierta para revisar las fugas en las líneas de gas.
- Si las tuberías de agua están rotas, cierre la válvula principal para evitar inundaciones.
- Si hay un corto circuito, desconecte la electricidad en el contador, si es posible.
- Verifique que las tuberías de drenaje estén intactas antes de usar el inodoro.
- Sea extremadamente cuidadoso para protegerse contra la exposición a fluidos corporales (sangre, mocos, sudor) que puedan contener bacterias o virus, usando guantes cuando limpie o haga reparaciones y lavándose las manos al terminar.



EARTHQUAKES AND AFTERSHOCKS

RESPONSE GUIDE



An earthquake is a sudden, rapid shaking of the Earth caused by breaking and shifting rock beneath the Earth's surface. Earthquakes strike suddenly, without warning, and can occur at any time of the day or night, and any season of the year. Earthquakes may be followed by "aftershocks," smaller earthquakes or tremors that can happen minutes, days, weeks and even months later.



Know how to respond to earthquakes and aftershocks.

- ▶ When you feel an earthquake or aftershock, drop to your hands and knees, cover your head and neck under a strong table or desk, and hold on.



Get to a safe place.

- ▶ Stay or get inside to avoid falling debris.
- ▶ If you are near a large body of water, move to higher ground quickly. Tsunami waves (big waves) sometimes follow earthquakes and can arrive within minutes.
 - ▶ Go on foot, since roads and bridges may be damaged.
 - ▶ If you cannot evacuate, go to the third or higher floor of a sturdy building, if possible.
- ▶ Be alert for dangerous conditions such as fallen power lines, structural damage, broken glass and gas leaks.
- ▶ If you need to evacuate, use stairs instead of elevators in case of aftershocks, power outages or other damage.
- ▶ Help neighbors who may need special assistance such as children, older adults or people with limited mobility.

GENERAL GUIDELINES

- ▶ Get health information from credible sources (nyc.gov, cdc.gov and 311).
- ▶ Sign up for Notify NYC for information about emergency events.
- ▶ If you or anyone you know feels overwhelmed or needs help coping, visit lifenet.nyc for free help in your language.
- ▶ In an emergency, always call 911.



Beware of earthquake-related hazards and notify authorities if necessary.

- If you smell gas or your carbon monoxide detector goes off, open the windows, then go outside and call 911.
 - Do not re-enter until your home is declared safe.
 - Do not use candles, matches or other open flames to check for leaking gas lines.
- If water pipes are broken, shut off the main valve to prevent flooding.
- If there is a short circuit, turn off the electricity at the meter box, if possible.
- Check that sewage lines are intact before using toilets.
- Take extra care to protect against exposure to bodily fluids (blood, mucus, sweat) that may contain bacteria or viruses by using gloves when cleaning or making repairs and by washing your hands when done.