Earthquake Safety Meeting Kit – Spanish



QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Hay acontecimientos o sucesos que ningún hombre o dispositivo científico puede predecir. Uno de estos acontecimientos fortuitos es un terremoto. Se trata de una rápida y repentina sacudida del suelo causada por la rotura y el desplazamiento de la roca bajo la superficie de la Tierra.

CUÁL ES EL PELIGRO

Las sacudidas pueden provocar daños en edificios y puentes, interrupciones en el servicio eléctrico y telefónico y pueden desencadenar otras formas de destrucción, como corrimientos de tierra, avalanchas, inundaciones repentinas, incendios e incluso olas en el mar. Debido a la naturaleza destructiva de los terremotos, es importante que todo el mundo esté preparado para esta calamidad.

COMO PROTEGERSE

QUÉ ESPERAR DURANTE UN TERREMOTO

Terremotos pequeños o moderados

- Pueden durar sólo unos segundos y no representan ningún riesgo de emergencia.
- Las luces del techo pueden moverse, y puede producirse un ligero traqueteo de objetos en su casa.
- Puede sentir un ligero temblor bajo sus pies si está en el exterior.
- Si está cerca de su origen, puede oír un fuerte golpe seguido de una sacudida.

Grandes terremotos

- Pueden durar hasta varios minutos y constituyen una catástrofe natural si su epicentro está cerca de una zona densamente poblada, o su magnitud es lo suficientemente grande para la región.
- El suelo o la tierra se mueven, quizás de forma violenta.
- Tanto si está lejos como si está cerca de la fuente, probablemente sentirá un temblor seguido de un movimiento de balanceo, como si estuviera en el

mar.
- Si está lejos de la fuente, es posible que vea edificios que se balancean o que escuche un sonido de rugido.
- Es posible que se sienta mareado y no pueda caminar durante el terremoto.
- Si vive en un edificio alto o de varias plantas, puede experimentar más oscilaciones y menos sacudidas que en un edificio más pequeño de una sola planta. Los pisos inferiores temblarán rápidamente, como las viviendas. En los pisos superiores, el movimiento será más lento, pero el edificio se moverá más de lado a lado.
- Los muebles y los objetos no asegurados pueden caerse o deslizarse por el suelo o ser lanzados con fuerza dañina por la habitación.
- Las lámparas y los paneles del techo no asegurados pueden caer.
- Las ventanas pueden romperse.
- Las alarmas de incendio y los sistemas de rociadores pueden activarse.
- Las luces y la energía eléctrica pueden apagarse.

CUATRO MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA PROTEGER A EMPLEADORES Y EMPLEADOS

Eliminar los peligros potenciales: Realice un estudio exhaustivo del lugar de trabajo. Identifique los objetos dañinos y elimínelos. Asegure todos los armarios, estanterías y equipos pesados que puedan volcarse durante un terremoto. Almacenar objetos pesados encima de las estanterías tampoco es una buena idea, ya que podrían caer sobre alguien. Asimismo, evite colocar artículos que puedan caer en pasillos o corredores que formen parte de las rutas de evacuación. En la medida de lo posible, organice sus espacios de trabajo de forma que, cuando se caigan los tabiques de los cubículos, no atrape a los empleados. Asegúrese de que todas las salidas están marcadas de forma visible para que los empleados puedan salir.

Realizar una formación con los empleados: Enseñar a los empleados qué hacer durante un terremoto puede ayudar a garantizar su seguridad. Aprender sobre el edificio y los procedimientos de seguridad en caso de terremoto puede ayudar mucho a evitar el pánico entre los empleados. Identifique las diferentes rutas de evacuación, los botiquines médicos y los extintores para que los empleados sepan dónde conseguirlos cuando los necesiten. También es importante que elija “lugares seguros”. Estos lugares seguros pueden ser debajo de una mesa o escritorio resistente o puede ser una pared interior que esté alejada de las ventanas o de muebles altos que puedan caerse encima. Las estadísticas de lesiones sugieren que si se mueve tan sólo tres metros durante un terremoto es más probable que se produzcan lesiones.

Es importante que los empleados conozcan la rutina de **agacharse, cubrirse y sujetarse en un lugar seguro.** Los empleados deben practicar estas situaciones para que se conviertan en una respuesta automática. Practicar estos procedimientos seguros en caso de terremoto al menos dos veces al año puede ayudar a reforzar estos comportamientos seguros. Así, cuando se produzca realmente un terremoto, los empleados serán capaces de responder y protegerse automáticamente contra las lesiones.

Designar un equipo de emergencia: Los supervisores deben informar a los empleados sobre el plan de emergencia cuando se produzca un terremoto. El debate debe abarcar los procedimientos de evacuación, las técnicas de comunicación y los contactos de emergencia. También debe formarse un equipo de emergencia que dirija y ejecute el plan de emergencia. Este equipo de emergencia debería

recibir clases de primeros auxilios de organizaciones como la Cruz Roja Americana y la Asociación Americana del Corazón.

Abastecerse de suministros de emergencia: Durante las situaciones de emergencia, es crucial tener los suministros de emergencia listos y almacenados en un lugar accesible. Los suministros deben incluir un botiquín médico, linternas, radio a pilas, toallas, bolsas de basura, mascarillas, abrelatas y un silbato. También se recomienda tener alimentos no perecederos para tres días, como productos enlatados, galletas, barritas de cereales y agua. Es importante tener en cuenta que el gas, la electricidad y el servicio telefónico pueden no estar disponibles en estas situaciones, por lo que es mejor tener un teléfono móvil solar para poder comunicarse con las autoridades o con un equipo de rescate.

CONCLUSIÓN

Preparación, preparación y más preparación. Estar preparado para las catástrofes naturales no solo garantiza la seguridad de los empleados, sino que también puede salvar vidas.