

# ¿QUÉ DEBE CONTENER TU MOCHILA DE EMERGENCIA?



- ✓ Un silbato
- ✓ Radio portátil a pilas
- ✓ Velas y fósforos
- ✓ Productos de higiene
- ✓ Comida para mascotas
- ✓ Manta delgada y liviana
- ✓ Botiquín con medicinas
- ✓ Alimentos no perecibles
- ✓ Documentos de identidad y dinero en efectivo
- ✓ Botella con agua, linterna a pilas y un juego de ropa

**ADEMÁS AHORA DEBES INCLUIR**



**Mascarillas, guantes, alcohol, gel antibacterial.**

## RECUERDA

Evacúa de forma ordenada y mantén 2 metros de distancia con las demás personas. Utiliza tu mascarilla. Lleva siempre tu mochila de emergencia, incluye alcohol antiséptico y mascarillas para tu grupo familiar, así evitarás contagios por Coronavirus.



## INFÓRMATE POR FUENTES OFICIALES

[www.gestionderiesgos.gob.ec](http://www.gestionderiesgos.gob.ec)

@Riesgos\_Ec

/Riesgos Ecuador

[ecu911.gob.ec](http://ecu911.gob.ec) [comunicacion.gob.ec](http://comunicacion.gob.ec)

@ECU911\_

@ComunicacionEc

/ECU911

/Secretaría Comunicación Ecuador

# ECUADOR PREPARADO ANTE RIESGOS Y DESASTRES SISMO-TERREMOTO



SERVICIO NACIONAL DE GESTIÓN DE RIESGOS Y EMERGENCIAS



## QUÉ HACER ¿ANTES?

- Elabore su Plan Familiar de Emergencia.
- Tenga lista la Mochila de Emergencia.
- Si va a construir una vivienda asegúrese que cumpla normas técnicas de sismo resistencia.
- Identifique las rutas de evacuación a los puntos de encuentro en su barrio o comunidad.
- Reúna a su familia para definir de forma participativa las responsabilidades de cada miembro en caso de un sismo, así como las rutas para evacuación de la vivienda.
- Asegúrese de conocer la ubicación y la forma de cerrar los sistemas de agua, gas y donde cortar la electricidad.
- Fije a la pared con pernos, los modulares, repisas, estantes o demás mobiliarios que se encuentren junto a la pared que puedan caer al piso.

## QUÉ HACER ¿DURANTE?

- Mantenga la calma y evite correr.
- **AGÁCHESE** debajo de una mesa, escritorio o mueble resistente, **CÚBRASE** y **AGÁRRESE** de ese objeto.
- Si no hay un mueble resistente cerca de usted, cúbrase la cara y la cabeza con sus brazos y agáchese lejos de ventanas y estanterías.
- Aléjese de las ventanas y objetos que pueden caer y causarle daño.
- Aléjese de árboles, cables eléctricos, edificaciones.
- Si está manejando estacione su vehículo en un área fuera de peligro, alejado de puentes o vías elevadas.
- Si encuentra una persona herida y puede brindar asistencia sin exponerse a riesgos, atiéndalo.
- Siempre de aviso a los servicios de emergencia (9-1-1).

## QUÉ HACER ¿DESPUÉS?

- Verifique si sufrió lesiones.
- Aplique lo aprendido en el Plan Familiar de Emergencia.
- Manténgase atento a la información que transmiten las autoridades correspondientes a través de los medios de comunicación, TV, radio y redes sociales **oficiales**.
- Verifique si están funcionando los teléfonos fijos y celulares y sólo úselo por periodos cortos.

### Sismos / Terremotos

Los sismos son movimientos vibratorios que se originan en el interior de la tierra y se propagan en forma de ondas, son causados por los movimientos de las placas tectónicas que colisionan entre sí o fallas al interior de una de las placas.

