

## Números telefónicos de emergencia

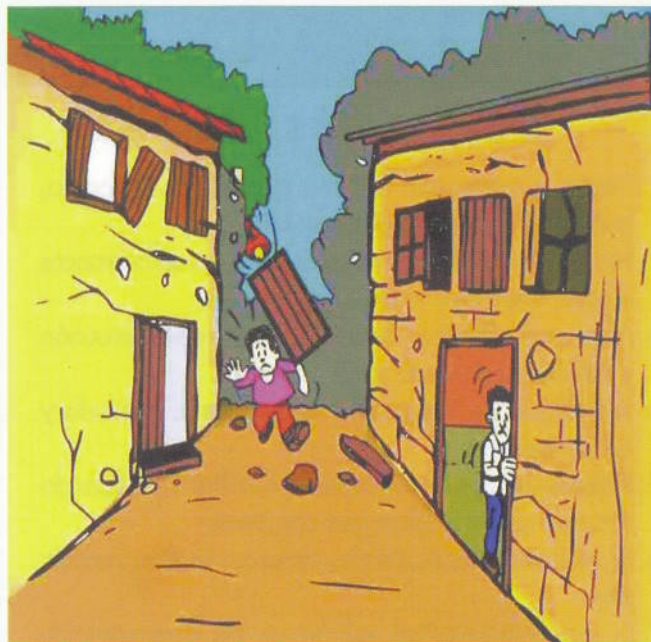
Alcaldía Municipal Mixco	2438-5736
Bomberos Municipales	123
Bomberos Voluntarios	122
Policía Nacional Civil	110 ó 120
CONRED (Coordinadora Nacional para la Reducción de Desastres)	1566
Cruz Roja Guatemalteca	125
Puesto de Salud Belén	2437-9783
Centro de Salud Mixco	2438-5146
PROPEVI (Programa de prevención y erradicación de la violencia familiar)	1515
Empresa Eléctrica	2277-7070
Servicio de Información Telefónica	2333-1524
Escuela La Brigada	2433-4855
Escuela Sara de la Hoz	2437-0895



Guarde este documento,  
no lo destruya.

FUNDAESPRO  
BID  
2007

Proyecto: La Comunidad proveyendo salud  
y desarrollo para todos.  
Componente Preparación ante desastres.



Prevenir es mejor que lamentar.  
Organizados y preparados  
podemos evitar los desastres y el  
daño a nuestras familias.



PROYECTO  
"La comunidad proveyendo salud  
y desarrollo para todos"

Elaborado por:  
Fundación Esfuerzo y Prosperidad  
FUNDAESPRO  
9 calle A 1-42, Zona 1 Guatemala  
Teléfono 2251-9400

Comunidad La Brigada

PROYECTO: "La comunidad proveyendo salud y  
desarrollo para todos."

COMPONENTE: Preparación ante desastres



Medidas de preparación  
para enfrentar  
**TERREMOTOS**

- Acciones antes, durante y después de un sismo o terremoto.
- Números de emergencia a los que puede llamar.



# Evitemos los daños en caso de terremotos

## ¿Qué son los terremotos?

Los terremotos son movimientos violentos de la corteza terrestre.

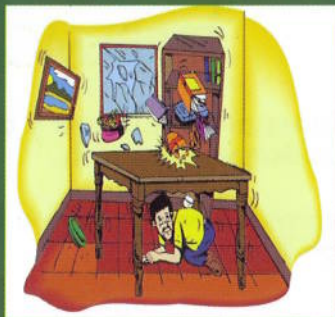
Ocurre en forma de sacudidas. La principal dura varios segundos, a lo sumo, un minuto o dos; pero previamente pueden registrarse sacudidas de menor intensidad.

Los terremotos pueden causar que las casas se caigan o dañen, las líneas telefónicas y de electricidad se caigan y pueden provocar incendios, explosiones y derrumbes de tierra.

Las familias que viven en barranco o ladera con pendiente, podrían ser más afectados y los riesgos se potencian si la vivienda no tiene normas mínimas de construcción.

## ¿Se pueden prevenir o evitar daños por terremotos a nuestra familia?

Claro que pueden prevenirse o evitarse. Tome en cuenta las siguientes recomendaciones y comuníquelo a toda su familia.



## ¿Qué hacer en caso de terremoto?

### ACCIONES ANTES

1. Tenga a mano una linterna y un radio así como, baterías de repuesto para ambos.
2. No comprar o alquilar terrenos ubicados en barrancos o pendientes muy pronunciadas.
3. Al construir utilice las normas del código de construcción y solicite asesoría de ser necesario.
4. Identifique las áreas más seguras en su vivienda y en su comunidad.
5. Elabore un plan de emergencia familiar identificando rutas de salida y albergues cercanos.
6. Mantenga un botiquín de primeros auxilios, radio y pilas.
7. Tenga a mano los teléfonos de emergencia.



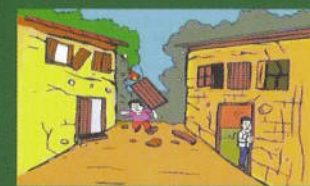
### ACCIONES DURANTE

1. Mantenga la calma. Al estar calmado podrá pensar con claridad lo que debe hacer.
2. Trate de serenar y tranquilizar a los demás. Cuando uno esta calmado, esto se transmite a otras personas.
3. Aléjese de ventanas, cocina y lugares donde existan objetos que puedan caerse y dañarlo.
4. Resguárdese en los lugares más seguros de la casa.
5. Protégase debajo de los dinteles de las puertas o de algún mueble sólido, como mesas, escritorios u otros; cualquier protección es mejor que ninguna.
6. Proteja su cabeza con los brazos.
7. Si está en el exterior, manténgase alejado de edificios altos, barrancos, postes de energía eléctrica y otros objetos que le puedan caer encima. Diríjase a un lugar abierto.



### ACCIONES DESPUÉS

1. Buscar reunirse con su familia.
2. Revisar el estado de la vivienda: techo, paredes y piso.
3. Atienda las orientaciones del CONRED y su Comité Local de Reducción de Desastres (COLRED).
4. Colabore con el resto de la comunidad para atender las necesidades de los afectados.
5. Buscar albergues si su vivienda quedan inhabitables o existe riesgo de derrumbes.
6. No caminar por donde hay vidrios o cables de electricidad, ni tocar objetos en contacto con cables eléctricos.
7. Si se encuentra en un albergue, colabore en las actividades de mantenimiento del mismo.
8. Participe con los miembros de su comunidad para planificar acciones de prevención de derrumbes y organización de medidas de preparación ante desastres.



Los desastres naturales pueden evitarse. Preparémonos juntos con toda la familia para saber como actuar en caso de un terremoto.

#### PROYECTO

"La comunidad proveyendo salud y desarrollo para todos"

Elaborado por:  
Fundación Esfuerzo y Prosperidad  
FUNDAESPRO  
9 calle A 1-42, Zona 1 Guatemala  
Teléfono 5251-9400