

c. DESPUES DEL SISMO:

- En caso de quedar atrapado mantener la calma y si es posible comuníquese golpeando con algún objeto.
- En caso de estar en casa u oficina verifique que no haya lesionados, y en caso contrario solicite ayuda médica.
- No utilice elevadores y sea cauteloso con las escaleras.
- Realice una revisión cuidadosa de los daños, si hay afectación no regrese.
- No encienda fósforos, velas, aparatos de flama abierta o eléctrica hasta asegurarse que no haya fugas de gas.
- No consuma agua o alimentos que hayan estado cerca de vidrios rotos, escombros, polvos o algún contaminante.
- Utilice el teléfono solo en casos de emergencia.
- Encienda la radio para obtener información y siga las indicaciones de las autoridades.
- Después de un sismo fuerte debemos estar preparados para las réplicas que pueden presentarse.



- Utilice la radio a pilas y reciba los informes de emergencia.
- No camine descalzo, podría pisar vidrios u objetos cortantes.

FUENTE: SECRETARIA DE GESTION DE RIESGOS
IMÁGENES: PREDISEÑADAS.

TELEFONO DE EMERGENCIA

SERVICIO INTEGRADO DE SEGURIDAD



“PREVENCIÓN LO QUE SE HACE,
SEGURIDAD LO QUE SE LOGRA”
(WILMER ROMERO)



www.unach.edu.ec



Campus Norte "Ms. Edison Riera R."

Avda. Antonio José de Sucre, Km. 1.5 Vía a Guano
Teléfonos: (593-3) 37 30 880 • ext. 3000

Campus Centro

Duchicela 17-75 y Princesa Toa
Teléfonos: (593-3) 37 30 880 • ext. 3500

Campus "La Dolorosa"

Avda. Eloy Alfaro y 10 de Agosto.
Teléfonos: (593-3) 37 30 910 • ext. 3001

Campus Guano

Parroquia La Matriz, Barrio San Roque
vía a Asaco

Realizado por: Ms. Manuel Moreno F. | Ing. Elisa Lopez R. | Ms. Ximena Moscoso S



UNIDAD DE RIESGOS LABORALES,
SALUD OCUPACIONAL
Y GESTIÓN AMBIENTAL

Libres por la Ciencia y el Saber

INFORMATIVO No.4
ABRIL DE 2015



QUE HACER ANTES,
DURANTE Y DESPUES
DE UN SISMO

RECOMENDACIONES EN CASO DE SISMO

a. ANTES DEL SISMO:

- Identifique las zonas de seguridad interna.



- Identifica las zonas de seguridad externa: parques, campos deportivos, patios jardines etc.



b. DURANTE EL SISMO:

- Actué con serenidad y no olvide sus responsabilidades.
- Controle sus emociones, no corra desesperadamente, no grite, estas actitudes son contagiosas y desatan el pánico.



- Ubíquese en zonas de seguridad;
- Cuando el sismo es fuerte y sabe que debe evacuar, hágalo en lugares abiertos y seguros.
- Manténgase alejado de libreros, gabinetes o muebles pesados que pudiesen caer.
- No utilizar elevadores ni escaleras durante un sismo.
- En caso de estar en la calle, trate de alejarse de cables, postes, árboles, ramas, aleros, balcones, macetas.
- En caso de ir en un vehículo maneje serenamente y lejos de puentes o postes de luz, y estacionese en un lugar fuera de peligro



RECUERDA

- Cierre llaves de gas, desconecte la energía eléctrica si es posible y evite encender fósforos.
- Si se encuentra en un edificio o casa, protéjase debajo de los marcos de las puertas, sujétese bajo las columnas de la estructura de la edificación, aléjese de las ventanas.
- Si el sismo lo sorprende en la costa, aléjese podría producir un tsunami.



UNIDAD DE RIESGOS LABORALES,
SALUD OCUPACIONAL
Y GESTIÓN AMBIENTAL