



Terremoto/tsunami

Este boletín presenta información y recordatorios de preparación para los terremotos y tsunamis que pueden afectar a California.

Terremotos

Durante un terremoto, **agáchese, cúbrase y sujétese** para protegerse de objetos que le puedan caer encima. Siga estos pasos:

AGÁCHESE en el lugar donde se encuentra y póngase a cuatro patas.

- Esta posición lo protege de los golpes y evitará que se caiga.

CÚBRASE la cabeza y el cuello con los brazos.

- Si tiene una mesa o escritorio resistente cerca, gatee hasta resguardarse debajo.
- Si no puede encontrar un espacio protegido, acérquese a gatas hasta una pared sin ventanas.

SUJÉTESE hasta que pare el temblor.

- Si se encuentra debajo de una mesa o un escritorio, agárrese a estos. Use un brazo para proteger la cabeza y el cuello.
- Si no se encuentra debajo de una mesa o un escritorio, cúbrase la cabeza y el cuello con ambos brazos.

Tsunamis

Un fuerte terremoto en la costa es una de las señales de advertencia de tsunami que nos brinda la naturaleza. No permanezca en áreas costeras bajas después de un terremoto fuerte. Diríjase a zonas más elevadas o aléjese lo más posible de la costa (playa).




Prepárese antes de un tsunami

- Arme un pequeño kit de evacuación o una "bolsa de emergencia" (documentos importantes, medicamentos, linterna, radio portátil y pilas, agua, snacks, ropa de abrigo).
- Decida cuándo y dónde se reunirá con su familia si están separados. Elija a un familiar o amigo al que pueda llamar si no se puede reunir con su familia.
- Planifique la forma de atender sus necesidades o discapacidades.
- Busque las señales de evacuación en caso de tsunamis de color azul y blanco a lo largo de la costa. Se usan para identificar las rutas de evacuación y los sitios

¿Sabía esto?



- Los terremotos se pueden producir en cualquier momento del año.
- Todos los meses de octubre se realiza el Gran Simulacro de California donde puede practicar el ejercicio de "agacharse, cubrirse y sujetarse" por sesenta (60) segundos.
- Asegure los artículos que puedan caerse y lastimarlo. Se recomienda el uso de correas, ganchos, pestillos y otros dispositivos de emergencia.
- El ruido que produce la ola de un tsunami acercándose a la costa a veces puede sonar como la llegada de un tren.

Tsunami Alert Level	Potential Hazards	What You Should Do
 Warning	Dangerous coastal flooding of normally dry areas and strong currents.	Move to high ground or inland.
 Advisory	Strong currents and waves dangerous to those in or very near the water.	Stay out of the ocean, off beaches, and away from near coastal waterways.
 Watch	Unknown at this time. Still investigating the tsunami threat.	Stay tuned for more information and be prepared to act.



Recursos adicionales

- Guía de preparación ante emergencias para personas con discapacidades y con necesidades funcionales y de acceso (AFN)
[inglés](#) o [español](#)
- Serie de videos de seguridad ante terremotos [Si tiene una discapacidad motriz](#)
- El folleto de una página [7 pasos para la seguridad contra terremotos](#) explica 7 pasos para mantenerse seguro ante un terremoto.
- A continuación, presentamos las herramientas que pueden dar aviso en cuestión de segundos:
 - [Earthquake Warning California](#)
 - [Ready.gov Terremotos](#)
 - [Ready.gov Tsunamis](#)
 - [ShakeAlert](#)
 - [Alertas inalámbricas de emergencia](#)
 - [Sistema de alerta de tsunamis de EE. UU.](#)



Código QR para clientes

Elabore un plan de emergencia y practíquelo

Código QR para prestadores



El Departamento de Servicios de Desarrollo ha elaborado este boletín de preparación ante emergencias para alertar e informar a las personas y a los prestadores de servicios directos sobre los riesgos específicos detectados en nuestra comunidad.

Por medio de esta encuesta, le solicitamos que nos dé su opinión sobre este boletín y sobre lo que podemos mejorar: [Encuesta del boletín.](#)