



## INFORMACION SOBRE TERREMOTOS EN CALIFORNIA

(Actualizado a 05/11/14)

California es una región donde los terremotos ocurren con frecuencia. El área de San Francisco en particular está cerca de la falla de San Andrés, que tiene más de 1.000 kms. de longitud. La tensión resultante de la colisión entre placas tectónicas se acumula durante años y es liberada en forma de terremotos. Cabe señalar que los seísmos no tienen por qué ser de alta intensidad para causar daños, especialmente si las personas no están preparadas. Además, es más fácil recibir ayuda cuando previamente se han tomado las medidas adecuadas de prevención.

Que tenga lugar un terremoto en los próximos años o meses en California es un hecho casi seguro, no una mera probabilidad. Por ello, la preparación para afrontar un terremoto es muy importante. Siga las sugerencias dadas en este boletín y comente estos procedimientos de seguridad con su familia, amigos y compañeros de trabajo.

También puede obtener información adicional sobre los terremotos y sus consecuencias en la página Web de la Cruz Roja Americana ([www.redcrossbayarea.org](http://www.redcrossbayarea.org)). Podrá encontrar una versión en español en: <http://www.cruzrojaamericana.org/>

Si vive en San Francisco, manténgase al día sobre preparación para terremotos en [www.sf72.org](http://www.sf72.org)

Además, puede apuntarse a sesiones de entrenamiento y darse de alta en el sistema electrónico de avisos en [www.AlertSF.org](http://www.AlertSF.org)

### I.- ¿Qué hacer en caso de terremoto?

Existen varias medidas sencillas que se pueden tomar para reducir los daños causados por un terremoto. La mayoría de ellas requiere un poco de tiempo y dinero, pero una pequeña inversión ahora puede ser muy valiosa en el caso de que un terremoto ocurra.

#### A) Antes del terremoto

- En casa
  - Asegúrese de que todos los aparatos pesados como muebles, estanterías, etc. estén bien sujetos a las paredes.
  - Coloque cierres a presión o imanes en todas las puertas de los armarios para evitar que se abran y que se caigan los objetos que contienen.
  - Coloque los objetos más pesados y que se rompen con mayor facilidad en los estantes más cercanos al suelo.
  - Asegúrese de que todos los cuadros y espejos estén fijados a las paredes.
  - Identifique lugares seguros en cada cuarto como, por ejemplo, debajo de escritorios, mesas y marcos de las puertas.
  - Practique las tres reglas básicas: "agacharse, taparse y agarrarse."
  - Aprenda a protegerse cualquiera que sea el lugar en el que le sorprenda el temblor.
  - Mantenga zapatos y linternas con pilas en varias habitaciones de su domicilio.
  - Mantenga copias de documentos esenciales, como DNI, pasaportes, pólizas de seguros y registros financieros, en una caja fuerte o en un recipiente seguro a prueba de agua y fuego, junto con los utensilios que haya preparado para casos de emergencia. Incluya un inventario de la casa, con una lista y fotos o videos de sus pertenencias.  
Una buena solución es enviarse a su propia bandeja de correo electrónico mensajes con los documentos escaneados. De esa forma podrá acceder a ellos desde cualquier ordenador con conexión.
  - Prepare un "equipo de emergencia" ("survival kit") tanto en su hogar como en el lugar de trabajo. Recuerde que las tiendas/supermercados pueden tardar en reabrir después de un terremoto.



- Elimine o bloquee las ruedas de los congeladores, de las neveras, lavadoras, lavavajillas, secadoras, camas etc., para evitar que se muevan en caso de temblores.
  - Fije el calentador de agua y los radiadores a las paredes con cintas de metal para evitar su desprendimiento o desplazamiento.
  - Tenga en cuenta que la proximidad de ventanas y muebles de cristal supone un riesgo importante por las lesiones que pueden causar fragmentos de vidrio desprendidos.
  - Localice las llaves de agua y gas en su domicilio y mantenga las herramientas necesarias a mano. Asegúrese de que puede cerrar las llaves del gas, agua y electricidad en su casa. Tenga una llave cerca del medidor de gas por si fuese necesario cerrar la válvula en caso de emergencia.
  - Utilice tubos flexibles para conectar el gas a los electrodomésticos.
  - Identifique por lo menos dos posibles salidas en cada habitación de su domicilio.
- En el trabajo
    - Fije todos los archivos y los equipos pesados a las paredes o al suelo.
    - No mantenga objetos o equipos pesados sobre la mesa o lugar de trabajo.
    - Localice los extintores de incendios más próximos.
    - Identifique por lo menos dos salidas en los locales donde trabaja.

**B) Durante el terremoto** (recuerde las tres reglas anteriormente mencionadas).

- Si se encuentra:
  - **Dentro de una casa** o edificio no salga al exterior. Protéjase debajo de una mesa pesada o busque refugio cerca de las vigas donde la estructura del edificio es más fuerte. Si no está cerca de algún escritorio o mesa, agáchese al lado de la pared interior y proteja su cabeza y cuello con sus brazos. Evite las paredes exteriores, ventanas, objetos colgantes, espejos, muebles altos, aparatos grandes y alacenas con objetos pesados o de vidrio. Gran parte de las lesiones en los terremotos son causadas por fragmentos de vidrio.
  - **En el dormitorio:** Si usted está en la cama, no se levante. Proteja la cabeza con una almohada. Tiene menos riesgo de lesionarse si se mantiene donde está. Los vidrios rotos en el suelo suelen causar numerosas lesiones cuando se sale de la cama.
  - **En un rascacielos:** Agáchese, cúbrase y agárrese en donde pueda. Evite las ventanas. No use los ascensores. Sea consciente de que los sistemas de riego o de alarma contra incendios se activarán.
  - **En la calle:** Vaya a un parque o descampado si puede hacerlo con seguridad; evite los cables eléctricos caídos en el suelo, los árboles, edificios y otros objetos verticales que pueden desplomarse.
  - **Conduciendo:** Deténgase al lado de la carretera y ponga el freno de mano. Evite los viaductos, puentes y los cables eléctricos, letreros y otros objetos que puedan desprenderse. Manténgase dentro del vehículo hasta que pare el temblor. Si un cable de electricidad cae sobre su coche, manténgase dentro del mismo hasta que un especialista retire el cable.
  - **En un estadio o teatro:** Permanezca en su asiento y proteja su cabeza y cuello con sus brazos. No trate de salir hasta que cese el temblor. Luego, camine lentamente, tratando de evitar los objetos que puedan caer.
  - **En la costa:** Agáchese, cúbrase y agárrese hasta que cese el temblor. Calcule cuánto tiempo tardó el temblor. Si este fue pronunciado y duro 20 segundos o más, evacue el área inmediatamente hacia terreno alto ya que un maremoto o tsunami puede haber sido provocado por el seísmo. Intérmese 3 kilómetros (2 millas) tierra adentro o suba a un lugar que esté a 30 metros (100 pies) de altura sobre el nivel del mar. Para evitar el tráfico y los escombros, desplácese a pie lo más rápido posible.
  - **En las cercanías de una presa:** Las presas pueden resquebrajarse durante un terremoto. Una grieta catastrófica es improbable, pero si usted vive en el lecho de un río o en el trazado por donde podría discurrir la corriente del agua, debería obtener información relativa a la posible zona de inundación y tener preparado un plan de evacuación.
- En todos los casos, intente mantener la calma.



### C) Después del terremoto

- No se mueva hasta que dejen de sentirse temblores.
- Deje la casa o edificio con precaución.
- Si usted y su familia acordaron encontrarse en un lugar determinado en caso de emergencia, vaya inmediatamente allí.
- No deje a las mascotas en su domicilio.
- Use zapatos para evitar daños provocados por vidrios rotos y/o cascotes
- Para evitar golpearse con objetos desplazados, abra las puertas de los armarios con precaución.
- Esté atento a las réplicas (pequeños temblores que ocurren después del terremoto). Suelen ocurrir minutos u horas después del terremoto y pueden causar daños importantes.
- **Proteja su hogar:**
  - Compruebe los daños en el cableado eléctrico y las fugas de gas para evitar incendios.
  - Si observa o sospecha algún daño en la red del sistema eléctrico, corte la electricidad en la cajetín correspondiente.
  - Compruebe si hay grietas en la chimenea. El uso de una chimenea dañada puede causar incendios u obstruir la misma.
  - Verifique si los electrodomésticos fueron dañados.
  - Cierre la válvula de gas si sospecha posibles fugas. La válvula principal está situada cerca del contador de gas. Para cerrar el gas use una llave inglesa para girar la válvula, un cuarto de vuelta hacia uno u otro lado.
- **Ayude a la comunidad:**
  - Compruebe si su familia o los vecinos / transeúntes han padecido lesiones. Preste los primeros auxilios a los heridos.
  - Intente mantener las vías libres para el paso o acceso de los vehículos de los bomberos, la policía, ambulancias, compañías de gas, electricidad y agua
  - Mantenga las líneas telefónicas libres para los servicios de urgencias.
  - Llame al 911 si necesita a la policía, los bomberos o una ambulancia.
  - Informe sobre cualquier fuga de gas o daños provocados en las líneas eléctricas.
  - No use cerillas, enchufes o interruptores eléctricos hasta que esté seguro de que no hay fugas de gas.
  - No interfiera en las operaciones de auxilio a menos que el equipo de rescate le pida ayuda.
  - Manténgase alejado de las playas, lagos, embalses y lugares con grandes cantidades de agua: pueden formarse olas de cierto tamaño y a veces, a orillas del mar, tsunamis.
  - Mantenga la calma, utilice el sentido común y colabore con las autoridades.

### II.- Equipo de emergencia (Survival Kit) para tres días

Coloque los siguientes artículos en una caja, bolsa u otro contenedor. Organice su equipo en tres partes:

- Parte superior:
  - Linterna, radio y pilas adicionales para ambas.
  - Copias documentación importante tanto personal como del domicilio.
  - Una cierta cantidad de dinero en efectivo ya que es muy probable que no funcionen los cajeros automáticos después de un cataclismo.
  - Primeros Auxilios:
    - Medicamentos: pomada antiséptica, aspirina y cualquier otro medicamento que esté tomando con receta.
    - Vendas, gasas (rollos de 5 y 10 cm de ancho y cuadrados de 10 cm x 10), algodón esterilizado, tiritas de varios tamaños.
    - Manual de Primeros Auxilios, tijeras, pinzas, termómetro, vaselina, alcohol, pañuelos de papel, navaja, colirio.



- La parte central dedíquela a la alimentación. Almacene suministros para tres días, seleccione alimentos que no requieran refrigeración (enlatados y deshidratados). Coloque la fecha de vencimiento en todos los artículos y elabore un menú para cada día.
- Parte inferior:
  - Ropa de cama: mantas, sacos de dormir, sábanas. Objetos personales: una muda de ropa para cada persona, artículos de higiene, toallas, libros, juegos para niños, papel y bolígrafo.
  - Documentos personales: copia de los documentos importantes en una caja o contenedor a prueba de fuego y del agua.
  - Equipamiento diverso: cuchillo, abridor de latas, ollas, platos, cubiertos y vasos de plástico, cubo, pala, y botellas de agua para consumo personal (4 litros por persona) y pastillas para purificar el agua.
  - Cerillas o mecheros, velas, luces de señalización.

El equipo de emergencia debe ser revisado periódicamente, sobre todo las pilas para la linterna y la radio.

### III.- Contactos útiles:

Contacte con la Embajada o la red de consulados españoles en EE.UU.:

Consulado General	Demarcación consular	Tf. emergencia 24 horas	Correo electrónico
	Otros datos de contacto		
Boston	Maine, Massachusetts, New Hampshire, Vermont y Rhode Island	<b>(617) 283-9539</b>	cog.boston@maec.es
	31 St.James Avenue, Suite 905 Boston. MA. 02116. Tfnos: (617) 536-2506 / 27 Desde España: 1 (617) 536-2506 / 27. Fax: (617) 536-8512		
Chicago	Illinois, Indiana, Iowa, Kansas, Nebraska, North Dakota, South Dakota, Ohio, Kentucky, Michigan, Minnesota, Missouri y Wisconsin	<b>(312) 493-0197</b>	cog.chicago@maec.es
	180 North Michigan Ave., Suite 1500.- Chicago. Illinois 60601. Tf: (312) 782-4588. Desde España: 1 (312) 782-45 88. Fax: (312) 782-1635		
Houston	Texas, New Mexico, Oklahoma, Louisiana, Arkansas, Tennessee, Alabama y Mississippi.	<b>(713) 962-6284</b>	cog.houston@maec.es
	1800 Bering Drive, Suite 660.-Houston. Texas 77057. Tfno: (713) 783-6200. Desde España: 1 (713) 783-6200. Fax: (713) 783-6166		
Los Ángeles	Sur de California, Arizona, Colorado y Utah.	<b>(323) 445-0484</b>	cog.losangeles@maec.es
	5055 Wilshire Blvd. Suite 860. Los Angeles CA 90036. Tf: (323) 938-0158 / 59. Desde España: 1 (323) 938-0158 / 59. Fax: (323) 938-0112		
Miami	Florida, South Carolina y Georgia	<b>(305) 790-1851</b>	cog.miami@maec.es
	2655 Le Jeune Road, Suite 203, Coral Gables.- Miami Florida 33134. Tfnos: (305) 446 55 11 / 12 / 13. Desde España: 1 (305) 446 55 11 / 12 / 13. Fax: (305) 446 05 85		
N. York	Connecticut, Delaware, Nueva Jersey, Nueva York, Pennsylvania	<b>(917) 273-7601</b>	cog.nuevayork@maec.es
	150 East 58th St., 30th floor.- New York, N.Y.10155. Tfnos: (212) 355-4080 / 81 / 82 / 85 / 86 / 90 / 91. Desde España: 1 (212) 355-40 80 / 81 / 82 / 85 / 86 / 90 / 91. Fax: (212) 644-3751		
San Francisco	Norte de California, Nevada, Oregon, Idaho, Wyoming, Washington, Montana, Alaska, Hawai.	<b>(415) 846-8124</b>	cog.sanfrancisco@maec.es
	1405 Sutter St. San Francisco. California 94109. Tf: (415) 922-2995/ 2996. Desde España: 1 (415) 922-2995/ 2996. Fax: (415) 931-9706.		
Washington	Maryland, Virginia, West Virginia, Distrito de Columbia y Carolina del Norte	<b>(202) 352-2299</b>	cog.washington@maec.es
	2375 Pennsylvania Ave., N.W.-Washington, D.C. 20037. Tfno: (202) 728-2330. Desde España: 1 (202) 728-2330. Fax: (202) 728 23 02.		
San Juan de Puerto Rico	Puerto Rico, Vieques, Culebra e Islas Vírgenes Norteamericanas	<b>(787) 455-1488</b>	cog.sanjuandepuertorico@maec.es
	Edificio Mercantil Plaza, piso 11, oficina 1101. Av. Ponce de León s/n Hato Rey.- Puerto Rico 00918. Tfnos: (787) 758-6090 / 6142 / 6279. Desde España: 001 (787) 758-6090 / 6142 / 6279		

(Consulte también nuestra hoja informativa "Demarcación Consular")

Si no puede realizar llamadas locales, trate de contactar con la Embajada o con los otros Consulados Generales de España en EE.UU., o bien con el U.S. Department of State, Office of Foreign Missions - [www.state.gov/ofm](http://www.state.gov/ofm)

American Red Cross – [www.redcross.org](http://www.redcross.org)

Federal Emergency Management Agency – [www.fema.gov](http://www.fema.gov)

Center for Disease Control and prevention – [www.cdc.gov](http://www.cdc.gov)

Manténgase al día sobre preparación para terremotos en [www.sf72.org](http://www.sf72.org)

Sesiones de entrenamiento y registro en el sistema electrónico de avisos en [www.AlertSF.org](http://www.AlertSF.org)

Hurricane Information and Preparedness - [www.nhc.noaa.gov](http://www.nhc.noaa.gov)



Ready America – [www.ready.gov/america](http://www.ready.gov/america)  
72 Hours - [www.72hours.com](http://www.72hours.com)

Se recomienda disponer de un teléfono o contacto adicional en otro Estado de los Estados Unidos o en otro país, donde los miembros de su familia puedan contactarle en caso de cataclismo y/o en donde usted pueda dar señales de vida.

#### **IV.- Posibles lugares de encuentro tras un Cataclismo en San Francisco.**

A continuación se enumeran unos lugares donde la colonia española podría acudir tras un cataclismo que afectara a la ciudad de San Francisco (esta lista ira aumentando a medida que se acuerden nuevos lugares)

##### **- Cancilleria del Consulado:**

1405 Sutter St.  
San Francisco, CA. 94109  
Tlf. (415) 922-2995 y (415) 922-2996

##### **- Union Española:**

2850 Alemany Blvd.  
San Francisco, CA. 94112-4146  
Tlf. (415) 587-5504

##### **- ST. Brigid School**

2250 Franklin St.  
San Francisco, Ca. 94109-2496  
Tlf. (415) 673-4523

##### **- Restaurante B-44:**

44 Belden Place  
San Francisco, CA 94104-2802  
Tlf.(415) 986-6287