

Antes

- Ten disponibles números de emergencia de tu ciudad.
- Siempre ten listo y completo tu botiquín de primeros auxilios.
- Participa activamente en los simulacros que se realizan en tu conjunto.
- Evita colocar objetos pesados en partes superiores de *racks* o estantes.
- Ten identificadas zonas seguras así como rutas y salidas de evacuación.

Durante

- **Conserva la calma**, no permitas que el pánico se apodere de ti y tranquiliza a las personas que estén a tu alrededor.
- Dirige contigo a lugares seguros a toda persona cercana, una vez ahí cúbrete la cabeza con ambas manos colocándola junto a las rodillas.
- No utilices elevadores ni escaleras automáticas.
- Aléjate de los objetos que puedan caer, deslizarse o quebrarse.
- **No te apresures a salir**, el sismo dura solo unos segundos y es posible que termine antes de que tu hayas logrado evacuar.
- De ser posible desconecta equipos energizados o baja el *swich* principal de alimentación eléctrica, evita encender cerillos o cualquier fuente que genere un incendio.

Después

- Verifica si hay lesionados, incendios o fugas de cualquier tipo. Si es así, da aviso a tu gerente o brigadistas del conjunto.
- Usa el teléfono solo para llamadas de emergencia.
- Si es necesario evacuar el inmueble, hazlo con calma, cuidado y orden hacia el punto de reunión (sigue las instrucciones de los brigadistas o autoridades).
- Espera a que el gerente o algún supervisor efectúe la revisión de la instalación para que autorice volver a tus labores.
- Limpia todo líquido derramado o escombros que sea peligroso.
- Prepárate para futuros sismos, llamados réplicas.

Generalmente son más débiles, pero pueden ocasionar daños adicionales.

