

GUÍA SOBRE TERREMOTOS EN LECTURA FÁCIL

A través de esta guía queremos ofrecer información útil y práctica para saber más sobre los terremotos.

El contenido de la guía se divide en

- ¿Qué son los terremotos?
- ¿Cómo prepararse para un posible terremoto?
- ¿Qué hacer en caso de terremoto?
- ¿Qué hacer tras el terremoto?
- Lugares con más riesgo de terremoto
- Contactos y vocabulario
- Recordatorio de lo más importante ante un terremoto.

¿QUÉ SON LOS TERREMOTOS?

Los terremotos son **temblores muy bruscos** de la tierra. Son sacudidas fuertes de la tierra.

También se puede llamar seísmo o sismo.

En ocasiones esos temblores hacen que incluso se rompa el suelo y se caigan los edificios.

Los terremotos se producen por un choque entre las placas tectónicas. Estas placas se encuentran debajo del suelo, en el subsuelo de la tierra. Están a muchos kilómetros de profundidad, pero cuando el choque es muy fuerte lo notamos en la superficie.



En el subsuelo de la tierra a veces hay movimiento. Esto se debe a que los materiales que forman la tierra, y esas placas de las que hablamos, se mueven buscando reorganizarse. Su fin es moverse para encontrar un equilibrio. Ya que la tierra está en cambio constante. (más información en Terremotos en Wikipedia <http://es.wikipedia.org/wiki/Terremoto>).

En lugares que tienen volcanes. En el subsuelo también hay movimiento por el volcán, y también puede haber un terremoto.

Otras causas de terremotos pueden ser:

- Que se caigan (desprendan) rocas muy grandes de una montaña.
- Que se hunda una cueva o caverna.

- Variaciones muy bruscas de la presión atmosférica (cuando se mueven las masas de aire sobre la tierra). Por ejemplo cuando hay ciclones, tifones, etc. (Huracanes, vientos muy fuertes)
- Por explosiones o actividades muy violentas del ser humano.

Cuando se produce un seísmo se deben distinguir dos cosas

- El hipocentro. Es la zona, en el subsuelo de la tierra, donde se ha producido el terremoto.
- El epicentro. Es el punto central en la superficie de la tierra, donde se ha producido el terremoto. El epicentro es el sitio donde el temblor del terremoto se nota más.

¿CÓMO PREPARARSE PARA UN POSIBLE TERREMOTO?

Puede haber terremotos en los que sí nos avisen y otros que no.

Por lo general, es muy difícil que se avise sobre un terremoto. Pero hay zonas y lugares donde se estudia más en profundidad ya que son zonas con más riesgo. En estas zonas la gente siempre debe estar preparada.



TERREMOTO

Además, existen varios niveles en el terremoto. Se mide en grados de la Escala de Richter. Richter fue la persona que creó esa escala, por eso se llama así. Pueden ser terremotos muy flojos o débiles y otros mucho más fuertes.

En España alguna vez ha habido un pequeño temblor de la tierra, pero que casi no se ha notado, porque son muy débiles. España no es un lugar con mucho riesgo de terremoto.

Las autoridades recomiendan que antes de un terremoto se valoren ciertas cosas:

- Lugar más seguro de la casa. Aquel más recogido y más estable.
- Lugares más inseguros: debajo de una terraza o balcón (ya que puede caerse), al lado de una chimenea (porque también puede caerse), la cocina (porque puede desprender gases tóxicos o incendiarse), etc.
- Saber dónde está nuestro centro de salud u hospital más cercano, y tener los teléfonos de Policía, Salud (112, para emergencias), por si se necesitara.
- Tener productos de limpieza y otros productos que puedan incendiarse con facilidad fuera de la cocina. (se recomienda una despensa, trastero, algún sitio seguro para guardarlos).
- Algunos aconsejan tener lo que se llama un “kit de emergencia”. Es un paquete con cosas de primera necesidad. Se recomienda en lugares donde hay terremotos muy fuertes. Si hay un terremoto muy fuerte puede que no haya luz, y que por

algunos días tampoco haya comida. Se compone de agua, linterna con pilas, una radio, un extintor, y comida que no caduque (latas y conservas). También medicinas necesarias en caso de enfermedad, y el abrelatas, por supuesto.

- Botiquín de primeros auxilios. Siempre es recomendable tener un botiquín en casa. Tiene vendas, alcohol, tiritas, desinfectante o agua oxigenada.

¿QUÉ HACER DURANTE EL TERREMOTO?

Si de repente el suelo, los muebles, todo a nuestro alrededor se empieza a mover. Estamos ante un terremoto.

Lo primero es saber controlarnos. No tener miedo. El terremoto pasará en unos minutos o segundos.

Lo segundo buscar un sitio seguro para refugiarnos.



Recomendaciones:

1. Si estas en una casa muy antigua, puedes ponerte debajo del marco de la puerta. Es la zona más estable de la casa.
2. Si estas en un piso o casa nueva no te coloques debajo del marco de la puerta. En estas casas el marco o la puerta se pueden desprender y te pueden herir.
3. Busca un lugar “macizo” (fuerte, robusto) en alguno de tus muebles. Alguna mesa que pueda aguantar bastante peso. También puede servir una cama. Colócate debajo. Espera a que pase el temblor de tierra. Permanece agachado debajo de la mesa, y cubriéndote la cabeza con los brazos.
4. Si estas ante un terremoto no cojas el ascensor. Si se va la luz podrías quedar atrapado. O el ascensor con el temblor brusco podría romperse y caer.
5. También te puedes poner agachado y tapándote la cabeza con los brazos, junto a una pared del interior de la casa. Un “muro maestro”.
6. No debes resguardarte (protegerte, guarecerte) cerca de ventanas o cristales.
7. Tampoco debes ponerte cerca de estanterías, cuadros, marcos, vajillas, ya que pueden caer y dañarte.
8. No debes quedarte en la cocina, es uno de los lugares con más riesgo. Hay muchas cosas que pueden caerse.
9. No debes encender velas o cerillas.

Si no estás en tu casa, sino que estás en la calle. Entonces debes hacer lo siguiente:

1. Alejarse de edificios.
2. Alejarse de cristales o ventanas que puedan romperse.
3. Alejarse de los árboles.
4. Lo mejor es permanecer en un descampado. Un espacio llano en el que no haya riesgo de que nos caiga nada encima.

Si te encuentras viajando o dentro de un coche:

1. No parar debajo de un puente.
2. No parar al lado de semáforos.
3. No parar debajo de señales de tráfico.

Si estás en la montaña o en el campo. Aunque pueda parecer más seguro porque estás al aire libre y sin edificios. **MUCHO CUIDADO** con los árboles (no te pongas debajo) y también con las rocas o montañas (no colocarse cerca). Con el temblor podrían caer piedras.

Si estás en la playa. Ve rápido hacia el interior del pueblo o ciudad. En las zonas de playa o costa, tras un terremoto, hay riesgo de maremoto. El maremoto o tsunami se produce por el choque de las placas en el subsuelo, y lo que hace es crear olas gigantescas que pueden entrar en tierra.

¿QUÉ HACER TRAS EL TERREMOTO?

Una vez que el terremoto ya ha pasado hay que valorar los posibles daños en la casa.

También hay que revisar que todo esta en orden y que no hay peligro. Ver el techo, si hay muchas grietas en pared y techo, es mejor salir a la calle. Hay peligro de derrumbe. Es decir, el edificio puede caerse.

Si no hay grietas, el edificio ha superado el terremoto. Tenemos que ver que no haya objetos o cosas que puedan caerse. Por ejemplo, espejos, marcos, televisores... Organizar y ordenar las cosas dentro de casa.



Si está con más familiares o amigos. Ver si todos están bien. Si alguien se ha golpeado o dañado no moverle. Llamar al Servicio de Emergencia.

Si alguien ha quedado atrapado debajo de algo. Intentar hablar con él, para animarle y distraerle hasta que llegue la ambulancia. Si tenemos suficiente fuerza, intentar quitar lo que está atrapando o aprisionando a esta persona.

No beba agua del grifo. Si las cañerías se han roto, podría no ser potable.

No se deben encender ni mecheros ni cerillas. Podría haber algún escape de gas y podrías provocar un incendio o explosión.



Después del terremoto hay que seguir las instrucciones de las fuerzas de seguridad (policía, bomberos, Cruz Roja). También hay

que estar informado. Puedes encender la radio y escuchar las noticias.

A veces tras el primer terremoto, en las horas o días siguientes puede haber otro. Pero ese segundo terremoto suele ser más pequeño.

LUGARES CON MÁS RIESGO DE TERREMOTO

Pese a que el subsuelo de todo el mundo está en constante movimiento y cambio, hay lugares con más riesgo.

La zona de Japón o la zona de Latinoamérica (Chile, Perú, etc.) son lugares con más riesgo de sufrir un seísmo.

En Japón ya saben que pueden sufrir varios temblores al año. Por eso sus arquitectos y constructores de casas hacen edificios más seguros. Son edificios especiales y si hay un temblor no se caen.

Por su parte, en zonas de Latinoamérica no cuentan con dinero y recursos para hacer estos edificios. Los terremotos pueden suceder en zonas pobres, donde las casas son muy frágiles. Entonces se caen provocando más destrozos y muertes.

En los últimos 20 años ha habido diversos terremotos. Pero se han producido en sitios de todo el mundo. Ha habido terremotos en Turquía, Rusia, Filipinas, la India y muchos otros.

En España hay estudiosos e investigadores para ver el riesgo de terremoto. España no es un lugar con mucho riesgo. En zonas como Murcia y Almería ha habido alguna vez pequeños temblores. Pero casi no se notan.

CONTACTOS DE INTERÉS

Te adjuntamos teléfonos y direcciones de contacto para pedir más información o en caso de emergencia

- Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja.
<http://www.cruzroja.org>
- Emergencias 112
- Instituto Andaluz de Geofísica. Centro de investigación y estudio de terremotos.

VOCABULARIO

- **Terremoto. Temblor de tierra.**
- **Placas tectónicas. Debajo de nuestro suelo hay diferentes materiales y placas, que conforman el terreno o subsuelo.**
- **Subsuelo. Lo que hay debajo del suelo.**
- **Superficie. Lo que está encima del suelo.**
- **Fuerzas de seguridad. Policía y bomberos.**
- **Emergencia. Urgencia.**

- **Pared o muro maestro.** Es un muro que aguanta el peso de todo el edificio. Es muy robusto.
- **Robusto.** Fuerte, duro, sólido, firme.
- **Niveles.** Porcentaje, altura, medida.
- **Escala de Richter.** Es la medida con la que se valora si un terremoto es fuerte o débil.
- **Grado. Valor.** Los grados miden algo. Por ejemplo, en temperatura se mide si hace calor o frío. En un terremoto se mide si el terremoto ha sido más fuerte o más flojo. Un terremoto de 3 grados en la Escala de Richter es flojo. Un terremoto de 7 grados es muy fuerte.
- **Riesgo. Peligro.**
- **Resguardarse. Protegerse. Refugiarse. Guarecerse.**
- **Presión atmosférica.**
- **Ciclón. Tifón, huracán.** Vientos muy fuertes.

RECORDATORIO DE LO MÁS IMPORTANTE

- No salir ni entrar a edificios durante el temblor.
- Permanecer quieto, agachado y tapándose la cabeza.
- No encender mecheros o fuego.
- Mantener la calma. Estar tranquilo.
- No correr.
- Cuidado con el tráfico si estás en la calle.
- Hacer caso de lo que nos digan las fuerzas de seguridad.

Guía realizada por Déborah Labrador para Noticias Fácil (Abril 2010)



TERREMOTO



TERREMOTO