

## Recursos de Sunnylands para Shakeout

1. ¿Cuáles son los siete pasos para la seguridad contra terremotos? Si quieres obtener más información sobre cada paso, utiliza el enlace a continuación para ver la serie de seminarios presentados por La Alianza (Earthquake Country Alliance).

<https://www.earthquakecountry.org/safer-at-home/>

2. ¿Quieres ayudar a tus hijos a aprender más sobre cómo prepararse? Usa el enlace a continuación para jugar el juego *Build-a-Kit* en línea.

<https://www.ready.gov/kit>

visita el sitio de *Rocket Rules* para ver videos sobre todo tipo de temas de preparación, incluyendo la seguridad en caso de terremotos. <https://rocketrules.org/animated-videos/>

3. Preparación para mascotas: ¡Las mascotas son parte de nuestras familias, asegúrate de prepararlas para una emergencia también! ¡Puedes usar la lista de verificación de emergencia para mascotas que se muestra aquí!

<https://www.cdc.gov/healthypets/resources/disaster-prep-pet-emergency-checklist.pdf>

4. Si tienes dificultades para agacharte o no puedes volver a levantarte sin ayuda, puedes seguir estas recomendaciones:

[https://www.shakeout.org/downloads/Earthquake\\_Protective\\_Action\\_Flyer\\_Espanol.png](https://www.shakeout.org/downloads/Earthquake_Protective_Action_Flyer_Espanol.png)

Usa el enlace a continuación para obtener más recomendaciones si tú o alguien que conoces tiene una discapacidad de movilidad: <https://youtu.be/PZtDYlOfwrQ>

5. ¿Mito o realidad? ¿Es una puerta el lugar más seguro durante un terremoto? ¡**Mito!**

Este mito común se remonta al siglo XIX cuando muchas casas se construían con adobe. En las casas modernas, las puertas no son más fuertes que otras partes de la casa, y estar debajo de una te expone a la caída de objetos. Si la entrada tiene una puerta, la puerta batiente también puede lastimarte.

Los objetos que caen o vuelan representan el mayor peligro durante un terremoto, por lo que el lugar más seguro para estar dentro de una casa es debajo de un escritorio o mesa resistente.

6. ¿Mito o realidad? Los códigos de construcción garantizarán que nuestros edificios sean a prueba de terremotos. **¡Mito!**

La intención de los códigos de construcción modernos es proteger a los ocupantes del edificio, no al edificio en sí. Los códigos ayudan a que los edificios sean más resistentes a los terremotos, no a prueba de terremotos. Los edificios aún pueden sufrir daños considerables, impidiendo que las personas regresen a ellos después de un terremoto. También hay muchos edificios construidos con códigos más antiguos y es posible que deban reacondicionarse, lo que depende del propietario del edificio. Por eso es fundamental contar con un plan de emergencia en caso de que no sea posible permanecer en tu casa después de un terremoto.

7. ¿Qué es CERT? CERT se refiere a Equipo Comunitario de Respuesta a Emergencias. Estos grupos de voluntarios de la comunidad organizan y educan a sus vecinos para asegurarse de que todos estén preparados para una emergencia. Encuentra tu organización CERT local aquí: <https://www.rivcocert.org/certprograms.htm>

Recursos adicionales:

Dennis Mileti – Video de preparación del hogar (inglés): <https://youtu.be/IgNz72GpsW8>