



## Embajada de Suiza, México

México, Septiembre 2014

### Hoja informativa “Terremoto”

La República Mexicana está situada en la zona conocida como “el cinturón de fuego del Pacífico”, una de las regiones sísmicas más importantes que existen. El último gran sismo fue aquél de 1985. Según los sismólogos, un terremoto de gran magnitud podría producirse en cualquier momento. Como no se pueden prever ni la hora ni el día, es importante prepararse. Observando algunas disposiciones apropiadas es posible disminuir los riesgos. La Embajada les proporciona subsecuentemente algunos consejos y medidas de precaución. Esta hoja informativa no tiene un carácter exhaustivo y no compromete en nada la responsabilidad de la Representación.

### Antes del terremoto

- Informarse sobre la estabilidad del terreno y la resistencia del edificio donde se habita. Las construcciones recientes ofrecen en general más seguridad que las viejas. Se identificarán los lugares más seguros del inmueble así como las diferentes salidas.
- Conservar el buen estado de las instalaciones del agua, gas y de electricidad. Localizar los interruptores y llaves de paso principales en caso de ruptura.
- Fijar los muebles altos con el fin de que no puedan caer. Evitar colocar las camas muy cerca de las ventanas.
- Elaborar un plan con la familia como en dónde se protegerán durante un terremoto, en dónde se encontrarán si no se encuentran juntos o si se separaron. Organizar simulacros. Informarse sobre la planificación del lugar de trabajo, en la escuela.
- Disponer de reservas de alimento, de agua potable, de radio portátil, de lámparas de pilas, de un botiquín de primeros auxilios y de un extintor contra fuego.
- Elaborar una lista con los números de teléfono más importantes (de la policía, bomberos, médicos, hospitales, familiares, etc.). Identificar el camino para ir allá.
- Tener a la mano los documentos importantes (pasaportes, tarjeta de identidad, grupo sanguíneo, tarjetas bancarias, etc.)
- Informarse con las autoridades (Protección Civil) sobre las medidas tomadas dentro de su colonia.

### Durante el terremoto

- Conservar la calma. Ejecutar aquello que ha previsto dentro del plan de la familia.
- Dirigirse a los lugares más seguros establecidos anteriormente. Alejarse de las ventanas, protegerse bajo un mueble o bajo el marco de una puerta.
- Si se encuentra dentro de un edificio de varios pisos, no será de utilidad salir inmediatamente ya que el terremoto no dura más allá de algunos segundos.
- No utilizar los elevadores.
- Alejarse del edificio con el fin de evitar accidentes con objetos que pudieran caer.
- Probar cerrar las llaves de paso principales, de gas, del agua y apagar las luces. No hacer fuego ni hacer luz con encendedor.

### Después del terremoto

- Verificar si hay heridos, incendios, fugas. En caso afirmativo, llamar a los servicios competentes o actuar directamente.
- Si el edificio está dañado, cortar el agua, el gas y la electricidad.
- Escuchar la radio para informarse sobre las disposiciones de las autoridades.

Paseo de las Palmas 405, p. 11  
Lomas de Chapultepec  
11000 México, D.F.

Apto postal 10-724  
11002 México, D.F.  
R.F.C.: ESM 930218 FA1  
Teléfono: 55 9178 4370, Fax: 55 5520 8685  
mex.vertretung@eda.admin.ch,  
www.eda.admin.ch/mexico

- En caso de evacuación del inmueble, vestirse de manera práctica, no olvidar los documentos importantes.
- Si está separado de su familia, dirigirse al lugar previsto anteriormente.
- Verificar las instalaciones de la casa. No utilizarlas si están dañadas.
- No hacer fuego o utilizar aparatos eléctricos sin asegurarse de que no haya fugas de gas.
- Pensar que seguido hay sacudidas secundarias.
- Mantenerse alejado de las construcciones dañadas.
- Poner atención a los cables eléctricos.
- Informar sobre su situación a sus prójimos.
- Si se ha quedado atrapado, manténgase tranquilo e intente comunicarse con el exterior .

## Contacto con la Embajada

Después de un terremoto, una de las principales tareas de la Embajada es, en tanto esté capacitada para funcionar, de establecer el estado de la colonia suiza. En caso de un fuerte sismo y si la región donde se habita está afectada, es muy importante que se informe respecto a su situación – estado de salud principalmente -, de su familia y de otros ciudadanos suizos que conozca. Si la Embajada de Suiza no puede ser contactada, diríjase directamente, al Consulado Honorario o al Departamento Federal de Asuntos Extranjeros en Berna:

**Cancún:** Edificio Venus, SM5 MZ1, Av. Coba No. 12, local 214, Col. Centro 77500 Cancún, Tel. und Fax 01 998 884 8446, e-mail: [cancun@honrep.ch](mailto:cancun@honrep.ch)

**Guadalajara:** Calle No. 5 s/n (al lado del 131), Col. Seattle, 45150 Zapopan, Tel. 01 33 3833 4122, e-mail: [guadalajara@honrep.ch](mailto:guadalajara@honrep.ch)

**Monterrey:** Blvd. Diaz Ordaz 250 Ote., Col. Santa Maria, 64650 Monterrey, Tel.: 01 81 8248 8400, e-mail: [monterrey@honrep.ch](mailto:monterrey@honrep.ch)

**Colegio Suizo de México:** Nicolás San Juan No. 917, Col. Del Valle, 03100 México, D.F., Tel.: 01 5543 7862 / 65, fax: 01 5523 9843, e-mail: [df.info@csm.edu.mx](mailto:df.info@csm.edu.mx);

**Colegio Suizo de México (Campus Cuernavaca):** Calle Amates s/n, Col. Lomas de Ahuatlán, 62130 Cuernavaca, Tel.: 01 777 323 5252, Fax 01 777 323 5253, e-mail: [cv.info@csm.edu.mx](mailto:cv.info@csm.edu.mx);

**Colegio Suizo de México (Campus Querétaro):** Circuito La Cima 901, Fracc. La Cima, 76146 Querétaro, Tel.: 01 442 254 3390, Fax: 01 442 254 3389, e-mail: [gro.informacion@csm.edu.mx](mailto:gro.informacion@csm.edu.mx)

### Departamento Federal de Asuntos Exteriores, Berna

Helpline EDA, 0041 (0) 800 24-7-365, Fax: 0041 31 322 78 66, e-mail: [helpline@eda.admin.ch](mailto:helpline@eda.admin.ch), web: [www.helpline-eda.ch](http://www.helpline-eda.ch)

La iniciativa propia es muy importante y podría salvarle la vida así como la de sus prójimos. Prepárese pues para poder afrontar tal evento lo mejor posible. Es mejor prevenir que remediar!

Por lo demás la Embajada debe disponer siempre de sus direcciones actualizadas (domicilio, dirección postal, empleador, en caso de emergencia) así como los números de teléfono, fax y correos electrónicos. Todo cambio de dirección y/o de estado civil debe ser comunicado inmediatamente.

## Autoridades locales

La “Secretaría de Gobernación”. Sus dos entidades principales son el “Centro Nacional de prevención de desastres” y la de “Protección Civil”. Por lo demás, la administración en las “Delegaciones” en la Ciudad de México y en los “Ayuntamientos” en los estados son los lugares en donde se puede obtener información.