

¿QUÉ HACER

ANTES, DURANTE Y DESPUÉS

DE UN SISMO?

Lo más importante es tu vida y la de tu familia, en **Colmena Seguros** queremos acompañarte con algunas recomendaciones para **actuar de manera segura**.

ANTES

Prepárate para actuar con tranquilidad

- ✓ Identifica las rutas de evacuación de tu hogar y lugar de trabajo.
- ✓ Revisa tu vivienda y corrige grietas o daños visibles.
- ✓ Asegura muebles, bibliotecas, televisores y objetos pesados para evitar caídas.
- ✓ Ubica las llaves de paso del gas, agua y el tablero eléctrico.
- ✓ Ten listo un kit de emergencia con agua, alimentos, linterna, radio, medicamentos y documentos importantes.
- ✓ Acuerda con tu familia un punto de encuentro y realicen simulacros periódicamente.



Colmena Seguros Riesgos Laborales S.A.

SUPERINTENDENCIA FINANCIERA
DE COLOMBIA

VIGILADO

Vigilado Supersalud



Colmena
seguros



UNA EMPRESA DE

FUNDACIÓN
GRUPO SOCIAL

DURANTE Mantén la calma y protégete

- ✓ Conserva la calma y ayuda a tranquilizar a quienes te rodean.
- ✓ Si estás en la cocina apaga estufas y hornos.

✓



AGÁCHATE



CÚBRETE



SUJÉTATE



- ✓ La prioridad es proteger cabeza y cuello de objetos que caen, si no tienes una cobertura resistente a un paso de distancia, protégete donde estás, lejos de ventanas y objetos que puedan caer.
- ✓ No uses ascensores.
- ✓ Si estás en la calle, aléjate de edificios, postes, cables y estructuras que puedan colapsar.
- ✓ Si conduces, detente en un lugar seguro lejos de puentes, edificios y postes.
- ✓ **NO EVACÚES DURANTE EL MOVIMIENTO** si estás en un edificio de más de 6 pisos y si la edificación es sismo resistente.

EVACÚA INMEDIATAMENTE SÍ:

- ✓ Evidencias columnas fracturadas.
- ✓ Observas muros con separación visible y hundimientos de piso.
- ✓ Escuchas sonidos de crujidos estructurales.
- ✓ Sientes olor a gas.
- ✓ Observas incendios.
- ✓ Recibes orden de evacuación emitida por autoridades o brigadas.

TEN EN CUENTA:

La Unidad Nacional para la Gestión del Riesgo de Desastres de Colombia - **UNGRD** **no recomienda buscar el "Triángulo de la vida"** debido a que el peso del concreto y mampostería sería excesivo y generaría aplastamiento, adicional a que no hay garantía de que se genere un espacio triangular seguro frente a la caída de objetos, placas y muros.



**Colmena
seguros**



UNA EMPRESA DE
**FUNDACIÓN
GRUPO SOCIAL**



DESPUÉS

Verifica tu seguridad antes de regresar a la normalidad

- ✓ Revisa si tu vivienda presenta daños visibles en muros, columnas, techos o escaleras.
- ✓ Verifica que no existan fugas de gas, agua o daños eléctricos.
- ✓ Toma fotografías de las afectaciones encontradas.
- ✓ Mantente informado únicamente a través de canales oficiales.
- ✓ Utiliza el teléfono solo para emergencias.
- ✓ Prepárate para posibles réplicas.
- ✓ Habla con tu familia sobre lo sucedido y brinda apoyo emocional, especialmente a niños y adultos mayores.



BUSCA AYUDA ESPECIALIZADA SI OBSERVAS:

- ✓ Grietas grandes en muros o columnas.
- ✓ Puertas o ventanas que dejaron de cerrar.
- ✓ Pisos inclinados o hundidos.
- ✓ Muros deformados o elementos desprendidos.
- ✓ Olor a gas o daños en instalaciones.



Si tienes dudas sobre la seguridad de la estructura, evita ingresar y solicita una inspección profesional.

Nota: La obligación legal nacional de construcción Sismo Resistente se expide mediante Decreto 1400 de 1984 conocido como CCCSR-84 (Código Colombiano de Construcciones Sismo Resistentes). Esta obligación se fortaleció con la Ley 400 de 1997. La norma actualmente vigente es la NSR-10 Reglamento Colombiano de Construcción Sismo Resistente con sus modificaciones y actualizaciones vigentes.



Colmena
seguros



UNA EMPRESA DE
FUNDACIÓN
GRUPO SOCIAL