

120 PIEZAS PARA SALVAR VIDAS

Información clara, práctica y confiable
para actuar antes, durante y después
de un sismo.



Infórmate,
prepárate y
comparte.
La prevención
es tarea de
todos.

EN CADA PIEZA ENCONTRARÁS:



CONOCE

Información
clave sobre
sismos y su
comportamiento.



PREPÁRATE

Acciones que
puedes hacer
hoy para estar
listo ante una
emergencia.



ACTÚA

Qué hacer
durante
el sismo para
proteger tu vida
y la de otros.



RESPONDE

Pasos importantes
después del sismo
y atención a
riesgos
secundarios.



CUIDA

Herramientas para
manejar emociones
y apoyar a quienes
lo necesitan.



APLICA EN TU EMPRESA

Guías y checklists
para fortalecer tu
SG-SST y plan de
emergencias.



PROTEGE

Recursos para
tu familia,
tu hogar y tu
comunidad.



COMPARTE

Mensajes claros
para comunicar
de forma
responsable.



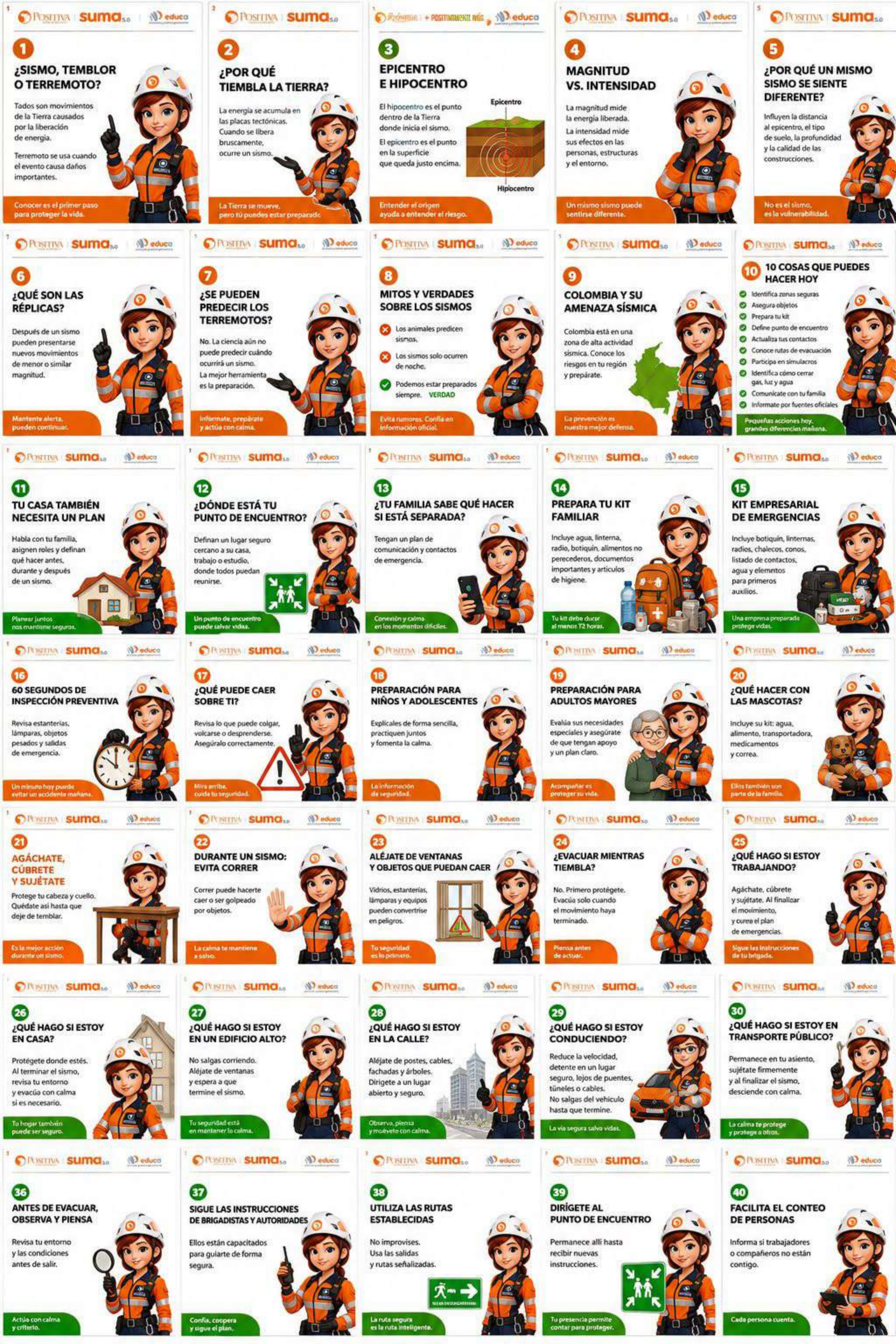
Encuentra todos estos recursos en
POSIPEDIA | Sismos y Terremotos

<https://posipedia.com.co/sismos-y-terremotos/>



JUNTOS SOMOS MÁS PREVENCIÓN, MÁS PROTECCIÓN, MÁS VIDA.

Escucha, acompaña, orienta y conecta.



POSITIVAsumaeducar

41

FACILITA EL CONTEO DE PERSONAS

Permite asegurar que todos estén a salvo. Informa si falta alguien.



La vida de cada persona importa.

POSITIVAsumaeducar

42

PREPÁRATE PARA POSIBLES RÉPLICAS

Pueden ocurrir minutos, horas o días después del sismo principal. Mantente atento.



Mantén la calma y sigue las recomendaciones.

POSITIVAsumaeducar

43

NO REGRESES A UNA ESTRUCTURA AFECTADA

Puede haber daños ocultos y colapso repentino.



Espera la evaluación de seguridad.

POSITIVAsumaeducar

44

REvisa POSIBLES FUGAS Y RIESGOS

- Gas
- Agua
- Electricidad

Si detectas alguna fuga, reporta de inmediato.



Tu reporte puede evitar una tragedia.

POSITIVAsumaeducar

45

CUIDADO CON LÍNEAS ELÉCTRICAS, VIDRIOS Y OBJETOS INESTABLES

Aléjate de postes, cables, vidrios rotos y elementos que puedan caer.



Observa, piensa y actúa con precaución.

POSITIVAsumaeducar

46

EVITA OBSTACULIZAR VÍAS DE EMERGENCIA

Deja libres las calles y accesos para que los organismos de emergencia puedan llegar.



La solidaridad salva más vidas.

POSITIVAsumaeducar

47

USA RESPONSABLEMENTE LAS COMUNICACIONES

Conserva tu batería y evita saturar las redes. Usa mensajes cortos y necesarios.



Menos es más en una emergencia.

POSITIVAsumaeducar

48

REPORTA TU ESTADO A FAMILIARES

Hazlo por los canales acordados previamente. Evita cadenas y mensajes masivos.



Un mensaje breve puede tranquilizar a muchos.

POSITIVAsumaeducar

49

INFORMACIÓN OFICIAL ANTES QUE CADENAS

Consulta siempre fuentes oficiales: UNGRD, entes territoriales, medios confiables.



Verifica antes de compartir.

POSITIVAsumaeducar

50

INCENDIOS POSTERIORES A UN SISMO

Pueden iniciarse por fugas de gas, daños eléctricos o combustible derramado.



Reporta humo o fuego de inmediato.

POSITIVAsumaeducar

51

FUGAS DE GAS

Si huele a gas, no enciendas luces, no uses celulares ni aparatos eléctricos. Reporta de inmediato.



Abrir ventanas y salir del lugar.

POSITIVAsumaeducar

52

RIESGO ELÉCTRICO

No toques cables dañados ni equipos electrónicos mojados.



Corta la energía solo si es seguro.

POSITIVAsumaeducar

53

OBJETOS Y ESTRUCTURAS INESTABLES

Evita permanecer cerca de muros, cornisas, letreros o fachadas dañadas.



Aléjate y reporta a las autoridades.

POSITIVAsumaeducar

54

DERRUMBES Y MOVIMIENTOS EN MASA

Pueden ocurrir minutos u horas después del sismo, especialmente en zonas de ladera.



Aléjate de zonas de riesgo.

POSITIVAsumaeducar

55

LIQUEFACCIÓN DEL SUELO

Puede hacer que el suelo pierda estabilidad y los edificios o vías se inclinen o hundan.



Atiende la información de las autoridades.

POSITIVAsumaeducar

56

AFECTACIONES DE AGUA POTABLE

Hierve el agua antes de consumirla. Usa tanques o envases seguros.



El agua limpia protege tu salud.

POSITIVAsumaeducar

57

SEGURIDAD DE ALIMENTOS

Verifica fechas de vencimiento. Desecha alimentos que hayan estado en contacto con agua contaminada.



Alimentos seguros. Familia protegida.

POSITIVAsumaeducar

58

INTERRUPCIÓN DE SERVICIOS ESENCIALES

Puede haber cortes de agua, energía, gas, internet y telecomunicaciones.



Ten paciencia y usa solo lo necesario.

POSITIVAsumaeducar

59

RIESGOS DURANTE LABORES DE RECUPERACIÓN

No ingreses a estructuras sin verificar. Usa EPP y sigue instrucciones del líder.



Tu seguridad es primero.

POSITIVAsumaeducar

60

EL RIESGO PARA QUIENES AYUDAN TAMBIÉN DEBE GESTIONARSE

Cuida tu salud física y mental. Descansa, hidrátate y pide ayuda si la necesitas.



Para ayudar a otros, debes estar bien.

POSITIVAsumaeducar

61

SENTIR MIEDO DESPUÉS DE UN SISMO PUEDE OCURRIR

Es una reacción normal ante una situación anormal.



No estás solo, tus emociones importan.

POSITIVAsumaeducar

62

¿CÓMO MANEJAR UNA CRISIS EMOCIONAL?

Respira, reconoce lo que sientes y busca apoyo. Pide ayuda si te sientes sobrepasado.



Hablar alivia y conecta.

POSITIVAsumaeducar

63

PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS

Escucha, acompaña, orienta y conecta a la persona con apoyo profesional si es necesario.



Tu presencia puede marcar la diferencia.

POSITIVAsumaeducar

64

¿CÓMO ACOMPAÑAR A ALGUIEN ASUSTADO?

Quédate cerca, escúchalo sin juzgar y transmite calma y seguridad.



Tu acompañamiento brinda tranquilidad.

POSITIVAsumaeducar

65

NIÑOS DESPUÉS DE UN SISMO

Explícale con palabras sencillas lo ocurrido. Juega, abrázalo y escúchalo.



Escuchar es el seguridad.

POSITIVAsumaeducar

76

¿DUTÁ PREPARABES SU SG-SST PARA UN SISMO?

Revisar, actualizar y practicar el plan salva vidas.



La prioridad es la vida y la seguridad.

POSITIVAsumaeducar

72

10 PREGUNTAS PARA EVALUAR SU PREPARACIÓN

Use esta lista para fortalecer su capacidad de respuesta ante sismos.



Prepararse hoy, protege mañana.

POSITIVAsumaeducar

73

¿EL PLAN DE EMERGENCIAS SIGUE VIGENTE?

Revise, actualice y socialice con todo el personal.



Un plan actualizado salva vidas.

POSITIVAsumaeducar

74

ACTUALICE EL INVENTARIO DE AMENAZAS

Identifique nuevas condiciones y escenarios de riesgo.



Conocer es el primer paso para prevenir.

POSITIVAsumaeducar

75

REVISE LAS VULNERABILIDADES DE LA ORGANIZACIÓN

Evalúe estructuras, procesos, equipos y personas.



Reducir vulnerabilidades es reducir riesgos.

POSITIVAsumaeducar

76

EVALÚE LAS RUTAS DE EVACUACIÓN

Deben ser claras, señalizadas, libres de obstáculos y conocidas.



Practica la ruta, corrige tu salida.

POSITIVAsumaeducar

77

REVISE LOS PUNTOS DE ENCUENTRO

Deben ser seguros, accesibles y con capacidad suficiente.



Un buen punto de encuentro salva vidas.

POSITIVAsumaeducar

78

EVALÚE CAPACIDADES DE LOS BRIGADISTAS

Formación, equipo, roles y competencias actualizadas.



Brigadistas preparados, respuesta efectiva.

POSITIVAsumaeducar

79

VERIFIQUE SISTEMAS DE COMUNICACIÓN

Asegure medios alternos y cadenas de llamadas actualizadas.



Comunicar bien, responder mejor.

POSITIVAsumaeducar

80

REVISE PERSONAS QUE REQUIEREN ASISTENCIA ESPECIAL

Incluya personas con discapacidad, movilidad reducida, embarazo o condiciones médicas.



Nadie se queda atrás.

81

ACTUALIZA TU PLAN DE EMERGENCIAS

Revisa y actualiza tu plan al menos una vez al año o cuando ocurran cambios importantes.



Un plan actualizado puede salvar vidas.

82

INVESTIGA LA AMENAZA SÍSMICA DE TU REGIÓN

Consulta mapas de amenaza y estudios locales para entender el riesgo al que estás expuesto.



Conocer el riesgo es el primer paso.

83

REVISA ESTRUCTURAS Y EQUIPOS

Verifica el estado de tu edificio, equipos, estanterías y objetos que puedan caer o causar daños.



Detectar a tiempo evita tragedias.

84

ASEGURA OBJETOS QUE PUEDAN CAER

Fija estanterías, cuadros, lámparas y objetos pesados para reducir riesgos durante el sismo.



Lo que hoy asegures, mañana no caerá.

85

DEFINE ROLES Y RESPONSABILIDADES

Todos deben saber qué hacer antes, durante y después de un sismo.



Equipos preparados, respuestas efectivas.

86

HAZ SIMULACROS PERIÓDICOS

Practica al menos 2 veces al año para fortalecer la capacidad de respuesta.



Simular es prepararse para lo inesperado.

87

EVALÚA Y APRENDE DE CADA SIMULACRO

Identifica oportunidades de mejora y fortalece tu plan de emergencias.



Cada simulacro nos hace mejores.

88

CONOCE LAS RUTAS DE EVACUACIÓN

Identifica las salidas, rutas alternas y señalizaciones.



En una emergencia, cada segundo cuenta.

89

DEFINE PUNTOS DE ENCUENTRO SEGUROS

Asegura que estén lejos de edificaciones, árboles, postes y cables eléctricos.



Un buen punto de encuentro protege.

90

CAPACITA A TU EQUIPO

La formación en primeros auxilios, evacuación y manejo de emergencias marca la diferencia.



Conocimiento que protege vidas.

91

PREPARA TU MOCHILA DE EMERGENCIAS

Incluye agua, alimentos, botiquín, linterna, radio, pilas, documentos y elementos esenciales.



Tenerla lista es tener tranquilidad.

92

TEN A LA MANO NÚMEROS DE EMERGENCIA

Guarda en tu celular y en lugares visibles los números clave de ayuda.



Un número correcto puede hacer la diferencia.

93

PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIAS

Habla con tu familia, definan cómo actuar y mantengan la calma.



La familia preparada es una familia segura.

94

INCLUYE A PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Asegura su participación en simulacros y define necesidades específicas de apoyo.



La inclusión salva vidas.

95

PREPARA A TUS MASCOTAS

Ten un kit para ellas y considera su seguridad en el plan familiar.



Ellos también nos necesitan.

96

ANTES DE ENTRAR A UN LUGAR PÚBLICO

Identifica salidas de emergencia, rutas y puntos de encuentro.



Observar hoy, actuar mejor mañana.

97

ANTES DE VIAJAR EN CARRETERA

Revisa el estado de las vías y sigue las recomendaciones de las autoridades.



Viajar seguro es prevenir.

98

ATENCIÓN A PERSONAS ADULTAS MAYORES

Escucha sus inquietudes, brinda apoyo emocional y acompáñalas siempre.



El acompañamiento es protección.

99

NO DIFUNDAS INFORMACIÓN FALSA

Verifica antes de compartir. La desinformación también puede causar daño.



Infórmate. Verifica. Comparte responsablemente.

100

LA PREVENCIÓN ES RESPONSABILIDAD DE TODOS

Juntos podemos reducir riesgos y construir comunidades resilientes.



Prevenir hoy, vivir un mejor mañana.

101

INFOGRAFÍA 1: ANTES, DURANTE Y DESPUÉS

Guía visual rápida
con los tres momentos
clave de actuación.

Tenla siempre
a la mano.



102

INFOGRAFÍA 2: AGÁCHATE, CÚBRETE Y SUJÉTATE

Paso a paso de la
acción que protege
tu vida.

Practícalo hasta
que sea natural.



103

INFOGRAFÍA 3: KIT DE EMERGENCIA

Qué incluir y
cómo mantenerlo
listo.

Prepara hoy,
úsalo si lo necesitas.



104

INFOGRAFÍA 4: RIESGOS POSTERIORES

Conócelos para
prevenir daños
adicionales.

El riesgo continúa
después del sismo.



105

CHECKLIST 1: EMPRESA PREPARADA

Evalúa tu nivel de
preparación ante
sismos.

La prevención
se mide y mejora.



106

CHECKLIST 2: RUTAS DE EVACUACIÓN

Verifica condiciones
y señalización.

Rutas claras,
evacuaciones seguras.



107

CHECKLIST 3: TRABAJADORES PROTEGIDOS

Pequeños pasos
que salvan
vidas.

Tu equipo es
nuestra prioridad.



108

CHECKLIST 4: BRIGADAS PREPARADAS

Funciones, equipo
y protocolos
esenciales.

Brigadas fuertes,
respuesta efectiva.



109

VIDEO 1: ¿QUÉ HACER DURANTE?

45 segundos que
pueden marcar
la diferencia.

Míralo, compártelo
y practícalo.



110

VIDEO 2: DESPUÉS DEL SISMO

Qué revisar y cómo
actuar con
seguridad.

La calma y la acción
salvan vidas.



111

AUDIO 1: 60 SEGUNDOS DE PREVENCIÓN

Escucha, aprende
y aplica en tu día
a día.

Pequeñas acciones,
grandes resultados.



112

AUDIO 2: MANEJO DE ANSIEDAD

Respira y recupera
la calma después
de una emergencia.

Tu bienestar
emocional importa.



113

GUÍA RÁPIDA 1: EMPRESARIAL

Pasos clave para
líderes y equipos
de trabajo.

Liderar es
preparar y proteger.



114

GUÍA RÁPIDA 2: FAMILIAR

Pasos clave para
cuidar a los tuyos
en casa.

Tu hogar preparado
es tu refugio.



115

GUÍA RÁPIDA 3: PARA NIÑOS

Acciones simples
que ellos pueden
recordar.

Enséñales hoy,
protégelos siempre.



116

GUÍA RÁPIDA 4: PARA ADULTOS MAYORES

Cuidados y
acompañamiento
antes, durante
y después.

Acompañamiento
que da seguridad.



117

CARTILLA DIGITAL 1: EMPRESA

Consulta siempre
las mejores
prácticas.

La información correcta
protege tu organización.



118

CARTILLA DIGITAL 2: FAMILIA

Cuidate tú
y cuida a los
que amas.

La prevención
empieza en casa.



119

PÓSTER INSTITUCIONAL

Difunde en tu
empresa y
puntos clave.

Visibilidad que
puede salvar vidas.



120

BANNER DIGITAL PARA REDES

Comparte, informa
y crea cultura
preventiva.

Tu mensaje
puede proteger a otros.

