



GUÍA MASORESCATE: MANUAL DE SOBREVIVENCIA Y RESGUARDO EN CASO DE TERREMOTOS (MASORESCATE)

UNA GUIA DE SEGURIDAD, MITIGACIÓN Y PREVENCIÓN PARA LA SOBREVIVENCIA SÍSMICA Y VOLCÁNICA (GUÍA CHANUL)

Por *el Chanul* en exclusiva para **CR NOTICIAS** Revisada por Alex Backman para el Reporte Solar Sísmico y Volcánico y reportsolar.com Última revisión: abril 11, 2018

Liga permanente: <http://reportsolar.com/guia> PDF: <http://reportsolar.com/guia/masorescate.pdf>



Agradecemos al 'Chanul', un murciélago subterráneo ciudadano que habita las profundidades del drenaje altamente profundo de la Ciudad de México. El Chanul, catalogado como el Bruno Wayne del Distrito Federal de día. De noche, el Chanul es un Homos Baticus latino preocupado por los habitantes de la superficie, especialmente en tiempos de gran sismicidad, cambios geológicos y amenazas volcánicas en el Valle Central del país.

Descarga ésta guía en PDF, imprímela, estúdiala, aplícala y hazla viral en tu comunidad. Los grupos organizados compuesto de personas/ciudadanos capacitados pueden hacer la diferencia en el próximo desastre. Sé parte de una comunidad de *preppers* en tu cuadra, colonia o delegación.

PARTE 1: GUÍA RÁPIDA PARA SABER QUÉ HACER EN CASO DE TERREMOTOS O SINIESTROS

- 1. El primer punto se basa sobre los DATOS GENERALES DE LA PERSONA DE FORMA INDIVIDUAL (Crear una forma, sacarle copias, llenar o capturar datos en computadora)**
 - 1.1. Nombre, edad, sexo.
 - 1.2. Teléfonos de contacto, por lo menos de dos familiares o conocidos que no vivan en el mismo lugar (ciudad o región).
 - 1.3. Qué tipo de sangre tiene.
 - 1.4. Padecimiento de alguna enfermedad.
 - 1.5. Que medicamentos se utilizan o le son suministrados.
 - 1.6. Alergia a medicamento o alimentos.
- 2. Crear un kit de primeros auxilios y resguardo de documentación**
 - 2.1. Partiendo como ejemplo, de una familia de 4 personas, dos mayores y dos menores
 - 2.2. Los padres tendrán una mochila o bolsa (de preferencia cada uno) donde guardarán, por integrante de familia, (papá con un hijo/a) documentos de seguridad social, actas de nacimiento y/o documentación importante de toda la familia, escrituras y facturas de bienes prioritarios (Ej. Auto, casa, seguros, inversiones etc.) así como en resguardo de

- todo esto una memoria flash o USB. Adicionalmente subir esta información previamente escaneada a una nube privada en Internet.
- 2.3. Crear etiquetas con tela adhesiva, pegándola en la ropa de dormir conteniendo los siguientes datos, por persona, del primer numeral (colocar en pantalón y/ playera o sudadera).
 - 2.4. En ambas mochilas o bolsas llevar 2 botellas de agua, medicamentos por si el mayor o menor se encuentran en tratamiento.
 - 2.5. Dos toallas de baño, pero para las manos, por mochila o bolsa, por si estando en la calle hay un colapso de edificio, la onda expansiva durará varios minutos y es cuando el agua y la toalla, será importante, ya que se remojarán y con eso limpiarán ojos y nariz y con la toalla húmeda, cubrir boca y nariz, ya que las partículas del asbesto o cemento, son altamente cancerígenas una vez que entren a las vías respiratorias.
 - 2.6. Familias con personas de la tercera edad o discapacitados temporales y permanentes que no se puedan valer por si mismos, se recurrirá a siempre, antes de arreglar su cama o silla, tener una sabana o manta fuerte, para poder tener control en cargarlos en forma de reboso.
 - 2.7. En las mochilas o bolsas, tener por lo menos una muda de ropa por cada integrante de la familia.
 - 2.8. Tener las mochilas o bolsas cerca de la puerta, para no interrumpir la pronta evacuación.
 - 2.9. Llevar un pequeño botiquín de primeros auxilios como los que tenemos en casa.
- 3. Dentro del mismo lugar de radicación o vivienda, hablar con los miembros de la familia que la componen, para una pronta reacción antes, dentro y después de un terremoto o siniestro**
- 3.1. Los que son mayores de edad y en pleno uso de sus 5 sentidos, hablen con los menores y decirles que se tienen que salir lo mas pronto posible de los inmuebles y salir a la calle donde sé estableció el punto de reunión (PUDRE).
 - 3.2. Tener a la mano, silbatos de viento, el clásico pitillo de las fiestas infantiles, comprar otro pero uno electrónico el cual funciona como silbato o función de pánico.
 - 3.3. Por miembro de la familia, tener una lámpara de luz led, (llamadas luz de penetración).
 - 3.4. Tener Radios FM y AM, de preferencia los que son recargables con girar una palanca con rodillo.
 - 3.5. Si se tiene mascota de compañía, también preparar una pequeña maleta con agua y alimento y también tener en los papeles de resguardo, su constancia o carnet.
 - 3.6. Tener el móvil, por lo regular siempre con carga, y en la red 3G, ya que esta es más estable y precisa en la CDMX, el 4G, es un híbrido de frecuencias y está mas propenso a colapsar cuando ocurre un terremoto ó siniestro, por eso se congestiona las redes, ya que las repetidoras se afectan y GASTA MAS LA BATERÍA DEL CELULAR.
 - 3.7. Comprar baterías portátiles para recargar celulares y tener cables extras con diversos multicontactos, mientras recargas en los autos personales (si el auto se encuentra en la calle), o de los vecinos si permite que mientras se inspeccionan las zonas con probabilidad de riesgo se encuentra en estado habitable y recordar siempre recargar nuestras propias baterías de emergencia.



PARTE 2: UBICACIÓN DE LAS ZONAS DE SEGURIDAD O PUNTOS DE REUNION EN CALLE (UBICATE)

Ante la cerrazón de las autoridades y su omisión de salvaguardar la integridad de la sociedad, por las múltiples anomalías, ya sea por intereses personales de las secretarías pertinentes en la CIUDAD DE MÉXICO, y PC en sus delegaciones, crean una tremenda incertidumbre en la sociedad, ya que muestran su ignorancia en implementar cuadra por cuadra, en todas las calles a la cartografía de la ciudad en mención. En las siguientes fotos se demuestra la esfera inverosímil de una planeación para ZONAS DE SEGURIDAD.

(Crédito: Anotaciones hechas con las patas de Temblorín en la tableta de Alex)



1. **UBICATE**- Inspecciona, verifica y replantea los factores de riesgos (transformadores, cables de alta tensión, edificios con ventanas grandes y/o balcones) la zona que creas como seguridad o punto de reunión a tu inmueble, foto ILUSTRATIVA.



2. Aquí se muestran factores de riesgo.



3. Exigir a las autoridades pertinentes, que balicen las zonas de reunión de conformidad con la NOM-003 SEGOB/2011, ya que es su obligación tutelar el bien común de la sociedad.



4. Después de ubicar tu zona más segura permanecer ahí hasta que haya pasado el terremoto y esperar por lo menos un par de horas, para verificar que todo esté habitable.



5. Zonas de trabajo y departamento habitacional en calles primarias y secundarias

Ir a la parte 3



PARTE 3: QUÉ HACER EN TU HOGAR ANTES, DURANTE Y DESPUÉS DE UN TERREMOTO

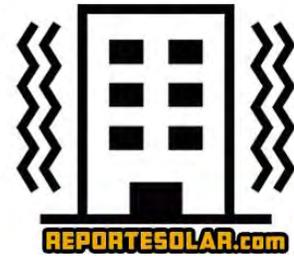
1. Ubica el nivel de tu vivienda, hacia las escaleras, la puerta de salida y el punto de reunión en la calle, el que ya estableciste con tus seres queridos que habitan el mismo hogar.
2. Recrea diversos simulacros en diferentes órdenes o actividades cotidianas y espacios de tu casa, para ver el tiempo que te toma en realizar las siguientes acciones de prevención comentadas en el principio de del manual MASORESCATE.
3. Después de haber ensayado y analizado los aciertos y errores, detectando lo bueno y lo malo que se cometió de inicio a fin de los diversos simulacros, charlar con los integrantes de la familia para evaluar y delegar las tareas asignadas de acuerdo al diagnóstico individual de sus capacidades y limitantes de cada integrante, dejando establecido de antemano que no es culpa suya si falla algo, ya que, mientras en un simulacro se hace de forma ordenada, durante un terremoto, muchos, desde el más débil hasta el más valiente, se bloquea, física y mentalmente.
4. Nuevamente hacer un análisis de los muebles que se encuentren en tu vivienda, para saber que artículos son de riesgo y clasificarlos para que se muevan de posición y no generen un daño a cualquier integrante de la familia, (NO SE SABE EL TIPO DE MOVIMIENTO TELÚRICO Y SU VIOLENCIA). Es recomendable siempre anclar o fijar bien los muebles, espejos, lámparas y cuadros. Simular mentalmente cómo un terremoto movería las cosas y cómo estas se caerían. Poner seguros en cajones y puertas de vitrinas, de la cocina y estantería.
5. Sí tienes cualquier accesorio que se pueda volver punzocortante o de fractura corporal (síndrome de aplastamiento), es mejor dejarlo en el suelo.
6. Sí tu vivienda tiene ventanas o vidrios grandes, aunque se vean mal, y si tu poder adquisitivo no es bueno, para medio contener un poco la ruptura de los vidrios, utiliza masking tape del rollo de 10cm o cinta gris de ductos (duct tape), para poner en forma de cruz de un extremo al otro en forma de X, y si tu poder adquisitivo es un poco holgado, compra película traslucida al tamaño de tus vidrios, para dar un poco más de contención a una posible ruptura y granulado y que eso no dañe a cualquier integrante de la familia.
7. Revisar tuberías superficiales de gas (estufa, calentador de agua) para que cada vez que ya se haya utilizado, cerrar muy bien las llaves que vienen de tanques estacionarios, gas natural o cilindros, para evitar cualquier otro incidente, y si no es posible, como ha sido el caso en los últimos 5 años, por lo menos cerrar perillas del artículo de gas que estés utilizando, ya que es impredecible en qué momento sonará la ALERTA SISMICA.
8. Sí vives en un nivel de 6 o mayor, el cual no te permita ya bajar de tu vivienda, mantén a la mano el kit de vivencia y supervivencia (cosas comestibles y herramientas antes comentadas), localiza un mueble accesorio muy rígido como los laterales de los libreros y colócate en posición de cuclillas o posición fetal, si estas en la recamara, quédate acostado a un lado de la cama, ya que los muebles crean espacios de vida y mantente en la misma posición fetal con tu mochila o bolsa de emergencia.
9. Los adornos empotrados en el techo como macetas, tendrás que quitarlos, ya que estos se vuelven una polea y cuando se zafan por el tipo de movimiento telúrico, se vuelven proyectiles.

10. Sí tu mesa es de madera pura y no del comprimido (MDF o macopan) resguardarte debajo de ella para generar una burbuja de vida, también a un lado del sillón, ya que también genera la burbuja, siempre con tu mochila o kit de sobrevivencia.
11. Los que están bajando las escaleras, vayan pegados al sentido contrario donde se ubica la barandilla, ya que esta se puede desprender y lacerar a cualquier persona y también por la forma de ir bajando se puede detectar la violencia del movimiento y mostrado con un análisis amplio del Colegio de Ingenieros, cuando comienza a colapsarse o subducirse el inmueble, hacen un efecto de deslizamiento abombado o lateral (Ej. Tipo sándwich).
12. Los que se encuentran en niveles de 10 a 20, es mejor, tratar de guardar una calma disfrazada, pero la mejor opción es buscar ir al último piso, ya que las nuevas construcciones cuentan con pilotes y eso provoca que el inmueble tenga una fuerte sacudida y que una u otra mampostería pueda desprenderse.
13. **Dispensen la crudeza de mi artículo en el que comento, pero desde el punto ocho al 10, no puedo expresar una realidad falsa, cuando la verdad lo saben los Gobiernos actuales, pero no buscan remedios.....**

Parte 4 en la siguiente página....



PREVENCIÓN PREPARACIÓN PROTECCIÓN



4. PREPARATE: Instrumentos de Protección Personal para Casa-Habitación

Retomando la idea de las mochilas de emergencia o kits personales, a continuación se muestran diversos tipos de productos que se pueden encontrar para su compra en Internet o en algunos establecimientos y/o empresas especializadas en protección civil, antes de comprar recuerden siempre preguntar lo siguiente:

- Durabilidad
- materiales de elaboración (en chalecos, cascos y silbatos)
- comprar artículos de supervivencia
- No comprar artículos de moda o dañinos para uno mismo (Ej. las lámpara de mano, que también son laser, ya que estas pueden dañar la vista de manera parcial o irreversible y si se encuentran en una área cerrada donde haya fuga de gas, el láser puede ser un percutor o detonador, también si están cerca de unos cerillos los puede prender), por eso es la recomendación de producto de sobrevivencia y no de moda.

Artículos Sugeridos

A continuación mostraremos algunas imágenes de los artículos de sobrevivencia y uno de ellos tiene hasta rastreador GPS, recomendable ya que mantiene su espectro o señal en un rango de banda GSM y 3G, se usa como pulsera, pero tiene varios mecanismos, pero lo más importante es el chip, ya que con éste, en caso muy extremo de colapso, el número del chip comprado e insertado, seguirá mandando señal por las antenas repetidoras de las compañías de Móviles y dará una estimación aproximada de 10m a la periferia, recordemos que, en el primer punto comentamos, de dar números telefónicos a personas de nuestra confianza o familiares que no vivan en la zona, para que ellos se les facilite el rastreo y búsqueda de nuestra persona, como lo nuestro en la siguiente ilustración.

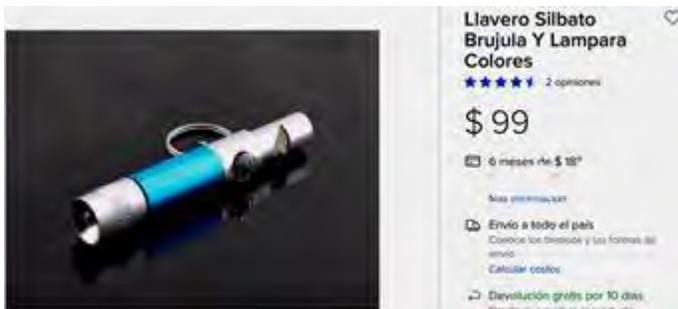


Este otro artículo es una muy buena lámpara, ya que su apertura de luz es aproximada de 120° y su penetración de luz es un estimado de 7m lineales, su desventaja es carecer de silbato.



Este otro artículo es un 2 en 1, ya que cuenta con silbato extremadamente muy agudo y una lámpara de muy buena penetración de luz, aproximado en 12m lineales.

Este artículo como lo dice, es 3 en 1, pero tiene carencias en su fuerza o agudos en el silbido, su lámpara no llegara la penetración de luz más de 3 o 5m lineales, pero lo importante es que sus celulares los tengan al alcance, ya que más adelante comentaremos, porque es necesario saber sus puntos cardinales dentro de su inmueble, reconocer cuales son el N.S.E.O.



Esta lámpara en un 3 en 1, ya que los habitantes de la Ciudad de México las han visto en los puntos de revisión con los cuerpos de policías, transito, alcoholímetro, la descripción viene abajo, pero es un artículo muy bueno, ya que las funciones son las requeridas.

Multifuncional Chico

MOD: M2701RG-AA

Luz intermitente roja y verde alternadas.

Linterna de leds blanca.

Láser apuntador

Silbato de advertencia.

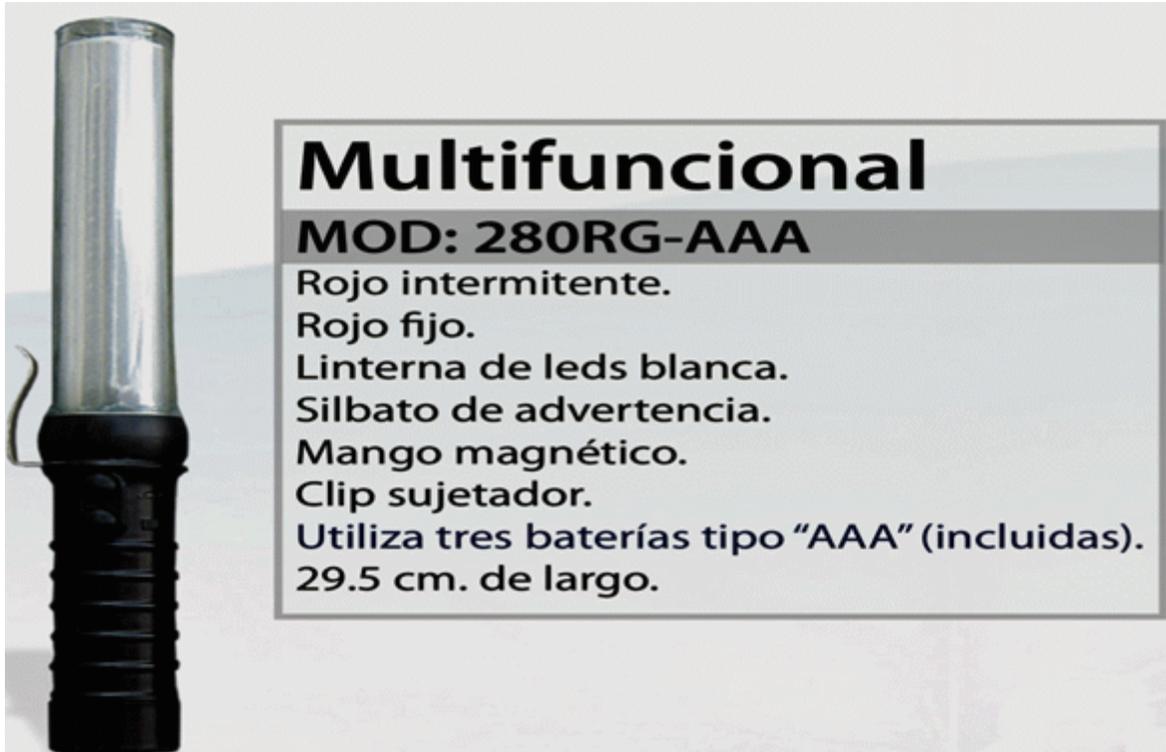
Mango magnético.

Utiliza tres baterías tipo "AAA" (incluidas).

26.3 cm. de largo.



Esta lámpara multifunción, es como la anterior, su única diferencia es que tiene un porta cinturón



Multifuncional

MOD: 280RG-AAA

Rojo intermitente.

Rojo fijo.

Linterna de leds blanca.

Silbato de advertencia.

Mango magnético.

Clip sujetador.

Utiliza tres baterías tipo "AAA" (incluidas).

29.5 cm. de largo.

Si vives en condominio con dos o tres torres, en edificio de 2 hasta 5 niveles, casa habitación, se recomienda tener por lo menos dos chalecos, por edificio, ya que hay veces que los conductores no alcanzan a percibir el primer impacto del terremoto. Ejemplo de ello fue el 19S, (al momento de impactar y llegar la onda sísmica, las alarmas de la CDMX, no le dio tiempo de avisar por cortes a la luz y su banda de transmisión se interrumpió al colapsar su sistema, y se vio totalmente disfuncional), los conductores comenzaron a parar, al percatarse desde sus autos hacia su periferia el movimiento de tambaleo, y los postes de luz, como los del servicio telefónico, mostraron la violencia del terremoto, dado el caso que fue de día y sí es en la noche, en las casas habitación no

hay chalecos y si viven en calles primarias, es decir, avenidas de noche sin un chaleco reflejante, la probabilidad de ser arrollado es alta, por eso la recomendación en la siguiente ilustración.

		<i>Chalecos</i>	
		<i>Chalecos</i>	
		<i>Chalecos</i>	
		<i>Chalecos Poliester</i>	
		<i>Chalecos Nylon</i>	
			<i>Chaleco Gabardina</i>

Este tipo de chaleco sería el más recomendable, para que lleve un pequeño kit de seguridad de auxilio, el cual los cohabitantes de los inmuebles podrían comprar, para que estén por lo menos dos por torre, unidad de edificio, departamentos de 2 hasta 5 niveles.

		<i>Chaleco tipo Reportero</i>
---	---	--

Este tipo de chaleco, es por si falla la energía de la zona o la calle, sus luces y los reflejantes mostrarán que están resguardando la zona.



Esta linterna ayuda a complementar los demás artículos de primera reacción, ya que cuenta con luz de estrobo blanca y silbato. Al igual que las otras lámparas mostradas, una de sus virtudes es la durabilidad y su magneto, para colocarla en zonas metálicas por si se necesita tener las dos manos libres.



Ante los eventos que ya hemos sufrido, les recomiendo una capa tipo impermeable, de uso rudo, es decir, de sobrevivencia, ya que ayuda a no generar estática por si existe una fuga de gas natural, ya que este es sumamente volátil.

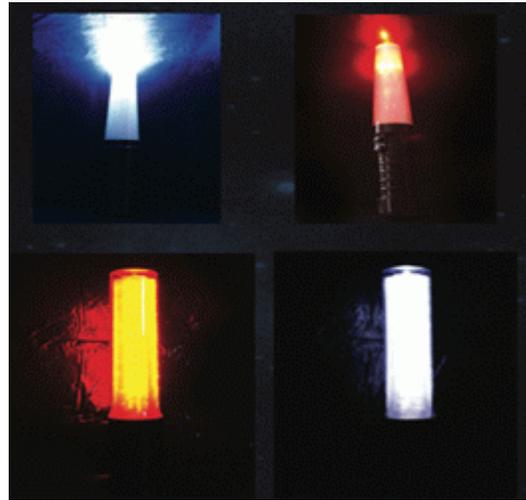
No olviden los cascos de absorción de golpes, los cuales protejan bien la cabeza y aéreas muy sensibles, como la nuca o cerebelo, como lo muestra la siguiente imagen.



Esto sería un kit de primera reacción, dentro y después de un terremoto y las lámparas de sobrevivencia así se ven como lo muestra la siguiente imagen.

Algo que sucedió el 19S

La ciudadanía no estaba preparada para revivir lo que pasó en el terremoto del 19 de septiembre de 1985, y se repitió la historia 32 años después. Pero algo muy gravoso para él héroe ciudadano desconocido por los atrapados entre los escombros, por ayudar a un hermano caído, me enerva que las instituciones FEDERALES Y LOCALES, no activaran los protocolos SANITARIOS, permitiendo que el hijo, la madre, el vecino, etc., no se les realizara un examen de su sistema respiratorio, ya que NUNCA DIJERON LAS AUTORIDADES que el respirar las moléculas de cemento y otros efectos patológicos que se transpiraban en el ambiente después del colapso de las viviendas y/o negocios, son súper CANCERÍGENOS, por los componentes con el que se crea el concreto (entre ellos el ASBESTO). Para que se den una idea, es peor que sí fumaran más de dos cajetillas al día. ¿Cuántos cuadros de cáncer o sintomatologías de enfermedades respiratorias veremos en unos 5 a 10 años? Por lo tanto, en la siguiente imagen les muestro la mascarilla correcta a utilizar en estas circunstancias.



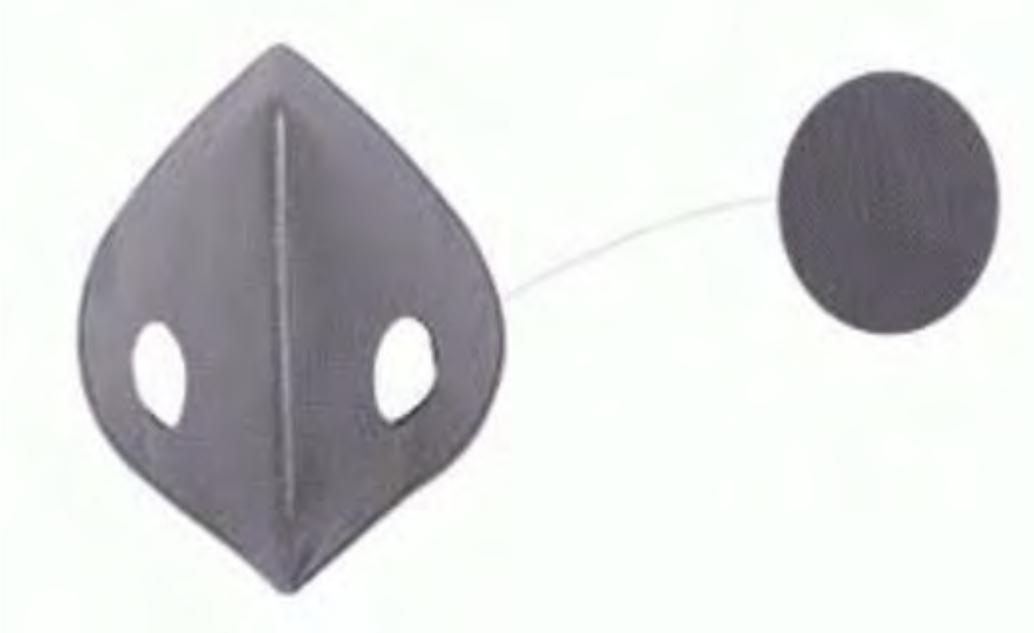
Y estos son sus filtros correctos, para protegernos de todas las partículas dañinas que nos ocasionen problemas a futuro, aquí muestro sus filtros, los cuales son desechables después de un periodo a ciertas exposiciones ambientales, siguiente ilustración.



Pero desafortunadamente son mascarar elevadas en precios y lo que se busca son utensilios rápidos, efectivos y baratos, muestro la siguiente imagen con una mascarilla de neopreno para ciclistas



Estas mascarillas relativamente oscilan entre los 100 o 200 pesos, pero sería una inversión que salvaría tu vida y la de tus seres amados, con cambios de filtros o las puedes reforzar con los siguientes utensilios



Y un poco más económico estos otros, repito es para reforzar esta mascarilla, ejemplo siguiente ilustración.



Si se dan cuenta, estos cubre bocas, están reforzados con carbono activo, este utensilio combinado con la mascarilla de neopreno, puede marcar una gran diferencia para ti y tus seres amados.