

# Terremotos

## 1. Prólogo

O Japão tem mais terremotos que praticamente qualquer outro país do mundo. Os terremotos ocorrem de maneira repentina, sem aviso. O mais importante a fazer em um terremoto é manter a calma. Mas antes, você deve estar preparado.

## 2. Em momentos como esse... Vá para o abrigo contra desastres mais próximo.

Cada comunidade do Japão tem um sistema estabelecido de prontidão para terremotos. É importante entender o sistema de prevenção de desastres de sua região, incluindo as precauções a serem tomadas antecipadamente para que você e sua família estejam completamente preparados. Além disso, existem algumas regras básicas sobre o que fazer durante e após um terremoto. As informações apresentadas aqui podem ajudar a salvar sua vida.

Se houver um terremoto, o governo local iniciará as operações de resgate, incluindo a provisão de alimentos e água potável para quem necessitar. Escolas e outros edifícios públicos serão usados como abrigos para pessoas cujas casas ou vizinhanças estiverem inseguras. Visite a prefeitura de sua cidade ou distrito assim que possível para obter informações sobre abrigos contra desastres e rotas de evacuação, para que você saiba para onde deve ir se houver um terremoto.

## 3. Em momentos como esse... Chame o resgate.

Em caso de incêndio, danos pessoais ou qualquer outra emergência, ligue para 1-1-9. Depois de discar 1-1-9, você será perguntado se há um incêndio ou se é necessária uma ambulância. KAJI significa fogo.

KIU-KIU significa emergência, and KIU-KIU-XA significa ambulância. Responda dizendo KAJI ou KIU-KIU. Depois, diga ao operador seu endereço, seu nome e o número de telefone de onde você está ligando. Pode ser conveniente escrever seu endereço e seu número de telefone em japonês e colocá-lo na parede ao lado do telefone, para que você possa permanecer calmo e eficiente em caso de emergência.

Se estiver usando um telefone público, primeiro pressione o botão vermelho, depois disque 1-1-9. Se tiver dificuldade de explicar a situação em japonês, tente encontrar alguém por perto para ajudá-lo.

Em um desastre de grande magnitude como um terremoto, pode ser impossível se comunicar com o operador do 1-1-9. Além disso, as equipes de resgate e de bombeiros podem não responder rapidamente devido a danos nas vias de transporte ou ao grande número de chamadas. Portanto, é responsabilidade de cada um estar preparado e saber o que fazer caso sejam atingidos por um terremoto.

#### **4. Regras para lidar com terremotos**

Existem algumas regras básicas a seguir.

Se você estiver em uma casa ou um edifício que esteja tremendo violentamente, vá para debaixo de uma mesa ou de outro móvel robusto. Espere os tremores terminarem.

Depois que os tremores tiverem terminado, ou se o edifício estiver tremendo apenas suavemente, abra as portas e janelas. Elas serão suas vias de escape caso o edifício esteja danificado ou se ocorrer um tremor mais forte.

Um tremor forte não dura mais do que um minuto. Não saia correndo para fora. Mantenha distância de qualquer coisa que possa cair, como vidro de janelas, letreiros, prateleiras ou telhas.

Se estiver cozinhando com fogão a gás, apague-o imediatamente. Se, por alguma razão você não puder, certifique-se de apagá-lo assim que os tremores terminarem. Nunca saia de casa com o gás ligado.

Depois de um terremoto, caminhe devagar e com cuidado porque pode haver vidro quebrado e outros objetos no chão.

Se estiver fora quando ocorrer um terremoto, mantenha distância de objetos ou estruturas que possam colapsar, como paredes de blocos de concreto ou pedra.

Se estiver perto da costa, lembre-se de que um tsunami pode chegar a qualquer momento. Assim que os tremores pararem, vá para um lugar alto.

Se encontrar uma pessoa presa nos escombros, faça o que puder para soltá-la. Comece pedindo ajuda aos vizinhos ou aos passantes. Trabalhe com cuidado e cooperativamente.

Ao sair de casa depois de um terremoto, corte todas as linhas de eletricidade e gás. Desligue o disjuntor central e feche todas as válvulas de gás.

Escute as transmissões de rádio e televisão e siga todas as instruções de evacuação. As informações de emergência em inglês são transmitidas pela NHK Radio 2 e pelo subcanal de áudio da NHK TV. Para o subcanal de áudio, pressione o botão usado normalmente para transmissões bilíngues.

## **5. Preparação para um terremoto**

Os terremotos acontecem de repente. A única forma de estar pronto é se preparar com antecipação. Aqui há três simples precauções que você pode tomar para tornar sua casa mais à prova de terremotos. Faça essas três coisas nos próximos dias.

Primeiro, retire dos quartos todos os objetos que possam desmoronar ou cair em uma pessoa dormindo.

Segundo, prenda os armários, prateleiras e outros móveis grandes firmemente na parede, usando parafusos ou materiais adesivos.

Em terceiro lugar, verifique se seus extintores de incêndio estão em condições de funcionamento.

## **6. Epílogo**

Obrigado por sua atenção. Essas regras básicas podem ajudar você e sua família a sobreviver a um terremoto; portanto, anote e memorize-as.