



MUNICÍPIO DO MONTIJO  
CÂMARA MUNICIPAL

**MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO E DEFESA  
CONTRA INCÊNDIOS URBANOS**

**PREVENÇÃO DE ACIDENTES COM ELETRICIDADE**

- Manter as instalações em bom estado, para evitar sobrecargas, mau contacto e curto-circuito.
- Não usar tomadas e fios em mau estado.
- Nunca substituir fusíveis ou disjuntores por ligações diretas com arames ou moedas.
- Não sobrecarregar as instalações elétricas com vários utensílios ao mesmo tempo, pois os fios aquecem e podem ocasionar um incêndio.
- Nunca deixe o ferro elétrico ligado quando tiver que fazer outra coisa, mesmo que seja por alguns minutos, pois pode provocar um grande incêndio.
- Observe se os orifícios e grades de ventilação dos eletrodomésticos (como TV, vídeo, e forno micro-ondas) não se encontram vedados por panos decorativos, cobertas, etc.
- Não deixar lâmpadas, velas acesas e aquecedores perto das cortinas, papéis e outros materiais combustíveis.
- Se a casa ficar desocupada por um período prolongado, desligue o quadro elétrico.

**PREVENÇÃO DE ACIDENTES COM GÁS**

- Manusear botijas de gás com cuidado, evitando que tombem ou sofram pancadas.
- As botijas devem ser guardadas em locais bem limpos, bem ventilados, livres de óleo e graxa, protegidas contra chuva, sol, e outras fontes de calor.
- Botijas de gás doméstico não devem ficar junto do fogão, mas, fora de casa e conectados com tubos metálicos.
- Caso o gás esteja instalado dentro de casa e se detetar o seu odor, não acenda fósforos ou luzes. Chame os Bombeiros e se possível retire a botija da sua casa. Abra as portas e janelas, corte a energia no quadro elétrico e mantenha-se afastado do local de onde o gás se escapa.
- Ao acender o forno do fogão, acenda primeiro o fósforo e depois acenda o gás.
- Se a casa ficar desocupada por um período prolongado, feche a válvula do gás.

**PREVENÇÃO DE ACIDENTES NA COZINHA**

- Não use aventais ou toalhas plásticas na cozinha.
- Ao sair de casa verifique que não ficou nada aceso e que nenhum perigo de incêndio coloca em perigo a sua residência.
- Não coloque panos ou papéis decorativos próximo do fogão
- A cozinha não é lugar para crianças, não permita que estas fiquem sozinhas.
- Deixar fósforos ou isqueiros ao alcance de crianças é um atentado contra a sua casa e à integridade física das mesmas.
- Ao agarrar numa panela quente, tenha a certeza que conseguirá transportá-la, evitando que caía das suas mãos.

## **PREVENÇÃO DE ACIDENTES GERAIS**

- Nunca deixe crianças trancadas ao sair de casa. Numa situação de incêndio, ou outra emergência, elas não conseguirão sair.
- Ter cuidado com balões de gás para crianças, muitas vezes cheios de hidrogênio. Não fumar perto deles, de modo a evitar explosões e queimaduras.
- Não fumar na cama, pois o fumador pode adormecer e o cigarro provocar um incêndio.
- Não lançar produtos inflamáveis, gasolina, álcool, etc., nos ralos pois podem causar acumulação de gases, provocando explosões.
- Não avivar chamas de churrasqueiras e braseiros lançando álcool ou outros produtos inflamáveis em cima deles, poder-se-á queimar seriamente.

## **COMO AGIR**

- Dê o alarme pelo meio disponível aos responsáveis pela administração do prédio e/ou telefone ao Instituto Nacional de Emergência Médica – 112 ou Bombeiros Voluntários de Montijo – 212 310 048 – Bombeiros Voluntários de Canha – 265 897 117.
- Se não souber combater o fogo, ou não puder dominá-lo, saia do local, fechando todas as portas e janelas atrás de si, mas sem trancá-las, desligando a eletricidade e alertando os demais ocupantes do andar.
- Não perca tempo tentando salvar objetos, salve a sua vida.
- Procure alcançar o andar térreo usando a escada sem correr, jamais use o elevador, pois a energia é normalmente cortada, e poderá ficar parado, sem contar que existe o risco dele abrir justamente no andar em chamas.
- Procure ter sempre á mão o telefone dos Bombeiros.
- Evite abrir qualquer porta em que esteja saindo fumo pelas frestas e/ou a maçaneta se encontre quente.
- Ao ser surpreendido pelo fumo procure uma saída mantendo-se baixo sob o fumo e com um lenço sobre as vias respiratórias.
- Se presenciar alguém com as roupas em chamas, derrube-a e role-a, se possível abafando-a com um cobertor.

## **IMPORTANTE:**

- Se localizar alguém no meio do fumo arraste para um local ventilado e procure reanimá-lo por meio de ventilação ou respiração boca-a-boca.
- Num incêndio em edifício evite subir, procure sempre descer.
- Num incêndio em edifício não vá pelos elevadores, desça pela escada – sempre pelo lado direito.
- Caso não consiga sair do local tente ir para a janela chamar a atenção para o resgate.
- Se tiver que atravessar pequenas extensões de fogo. Molhe totalmente as suas roupas ou proteja-se com um cobertor molhado.
- Procure evitar a propagação do incêndio, evitando abrir janelas desnecessariamente.
- No trânsito dê passagem ao socorro do Corpo de Bombeiros.
- Informe aos Bombeiros a existência de outras vítimas e a sua localização, especialmente se forem portadoras de deficiências físicas.

## **SE FICAR ENCURRELADO...**

- Se não puder sair, mantenha-se próximo de uma janela de preferência com vista para a rua e sinalize a sua posição.
- Feche, mas não tranque a porta do quarto ou onde estiver. Vede as frestas com um cobertor ou tapete para não deixar entrar o fumo.
- Em caso de fumo, mantenha-se junto ao chão e utilize um lenço ou toalha molhada sobre o nariz e a boca (filtro), deixe-a escapar abrindo uma janela (ou quebrando o vidro, se ela for fixa).

## **A PROTECÇÃO COMEÇA EM SI.**