

Comportamentos de Segurança contra Incêndios em Casa

A melhor forma de prevenção contra incêndios em casa é conhecer e treinar os comportamentos adequados, com toda a sua família e amigos. Conheça as regras de segurança a adoptar em sua casa!

Na procura da salvaguarda da vida humana relativamente aos incêndios em edifícios é importante que sejam compreendidos e considerados os factores que estão em jogo na segurança contra incêndios.

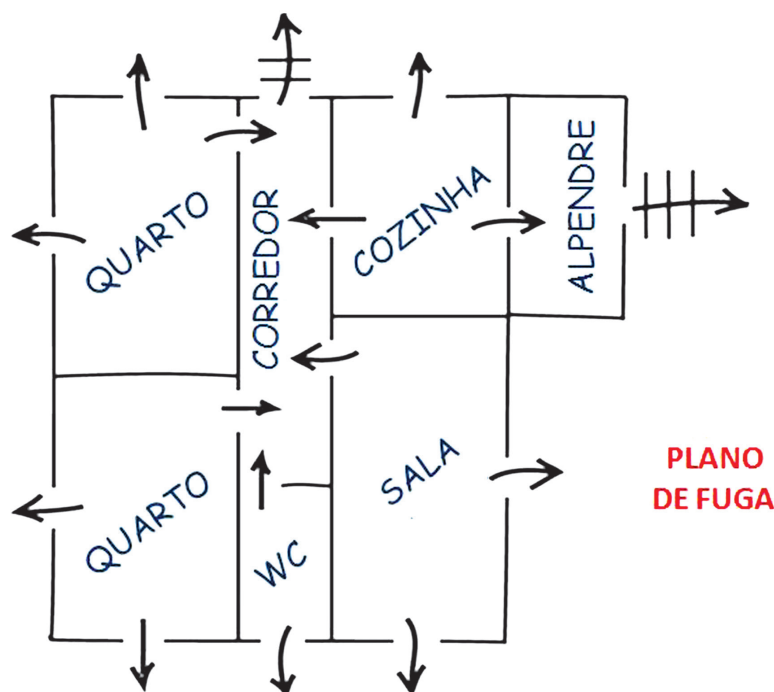
Existe uma enorme lacuna na prevenção contra incêndios devido, fundamentalmente, à nossa frágil cultura de segurança, e a acrescentar a dificuldade na antecipação do comportamento e resposta do ser humano a um incêndio, uma das áreas mais complexas.

A compreensão do comportamento humano nos incêndios é limitada comparativamente com outras áreas da segurança contra incêndios, na verdade é difícil prever com algum rigor a resposta e o comportamento do ser humano em situações de incêndio.

Na segurança contra incêndios é oportuno realçar que a maior parte dos incêndios ocorre por negligência, distração ou desconhecimento.

Na segurança é consensual a necessidade de se apostar, de forma vencedora, na prevenção contra incêndios. A prevenção não evita a cem por cento o incêndio mas reduz substancialmente a probabilidade da sua ocorrência e, assim sendo, quanto mais prevenirmos menor a hipótese de ocorrer um incêndio.

Os incêndios domésticos poderão acontecer se não prevenirmos. O pensamento



«É oportuno realçar que a maior parte dos incêndios ocorre por negligência, distração ou desconhecimento.»

de que “só acontece aos outros” infelizmente tem determinado muitas mortes em incêndios.

Ainda que se aposte na prevenção nas nossas casas, temos de estar preparados para reagir perante um eventual incêndio, até porque ele poderá ter origens externas, por exemplo na casa de um vizinho.

Caso ocorra um incêndio pode-se sentir assustado e confuso, no entanto se treinar e souber o que fazer tudo será mais fácil. Siga as próximas recomendações e treine com a sua família e amigos.

PREVENÇÃO DE INCÊNDIOS

De forma geral:

- Nunca tape nem obstrua as saídas de emergência, passagens e escadas;
- Não coloque as pontas de cigarros em locais onde há papel, por exemplo caixote do lixo ou cesto para papéis;
- Não fume em locais com matérias inflamáveis: arrecadações, arquivos e

quartos;

- Não deixe as crianças brincarem com fósforos nem as deixe sozinhas em



casa;

- Desligue sempre os equipamentos eléctricos quando abandonar um espaço, por exemplo a televisão, o computador, etc.;
- Verifique periodicamente o estado de conservação dos seus equipamentos

eléctricos e respectivas cablagens;

- Afaste de qualquer fonte de calor (lâmpadas, aquecedores, ferros de engomar, carregadores de telemóveis,

«Não tente apagar um incêndio numa fritadeira utilizando água, use uma manta de incêndios ou uma tampa com um diâmetro maior.»

etc.) papéis ou outros materiais combustíveis.

- Nunca guarde equipamentos quentes (ferros de engomar, secadores de cabelo, etc.), deixe-os arrefecer;
- Tenha cuidado com os produtos inflamáveis, tais como o álcool, cera, aerossóis, vernizes, etc.;
- Quando utilizar o fogão ou o forno, acenda primeiro o fósforo e só depois o botão do gás;
- Prepare um Plano de Fuga da sua casa, tentando encontrar, pelo menos, duas maneiras seguras de sair de cada espaço. Treine o percurso na sua casa às escuras, de forma a memorizar os trajectos, pois em caso de incêndio com muito fumo a visibilidade será praticamente nula.

Cuidados com o gás:

- Os equipamentos a gás apenas podem ser instalados, reparados e mantida a sua manutenção por técnicos qualificados;
- Mantenha as chaminés e os exaustores limpos;
- Nunca deixe o fogão em funcionamento quando se ausentar de casa;
- Nunca coloque as garrafas de gás na horizontal e não as guarde em caves ou junto a fontes de calor;
- Se cheirar a gás:
 - Corte o fornecimento de gás;
 - Não ligue nem desligue equipamentos eléctricos ou interruptores;
 - Abra as portas e as janelas para ventilar o local e diluir o gás até que o cheiro desapareça totalmente;
 - Nunca procure uma fuga de gás com uma chama. Contacte imediatamente o piquete de segurança da entidade fornecedora de gás.

ACTUAÇÃO EM CASO DE INCÊNDIO

Um incêndio detectado no início poderá ser extinto ou controlado, até à chegada dos bombeiros, se tivermos um comportamento e actuação correctos. Por esta razão, todos devemos estar minimamente informados sobre a melhor forma de actuar em caso de incêndio. De seguida, apresentam-se algumas recomendações que, em caso de incêndio, poderão fazer a diferença para a sua sobrevivência:

- Nunca entre em pânico, e não coloque em perigo a sua vida e a dos outros;
- Nunca tente combater o fogo se não estiver habilitado e se não se sentir confortável;
- Nunca tente apagar um incêndio numa fritadeira utilizando água. Use uma manta de incêndios ou uma tampa com um diâmetro maior que o da fritadeira, nunca se esquecendo de desligar o respectivo botão do fogão;
- Peça ajuda e ligue para o 112 ou para os Bombeiros;
- Ponha em prática o Plano de Fuga, que deverá ter treinado previamente;
- Não se esconda nem tente levar nada consigo, deixe os seus pertences nos



- Nunca utilize os elevadores, fuja pelas escadas;
- Com fumo ande agachado ou de gatas, respirará melhor mais perto do chão. Se puder, proteja a boca com um pano húmido e respire através dele. Lembre-se de que mais de 80% das mortes provocadas por incêndios são devidas a inalação dos gases e fumos tóxicos;
- Se precisar de abrir uma porta verifique antes, com as costas da mão, se ela está quente. Se estiver, nunca a abra, pode haver fogo e fumo intenso do outro lado;
- Se tiver que assinalar a sua presença, dirija-se para uma janela ou outro local de onde possa ser visto, grite e acene com algo bem visível (roupa, toalha, lençol, etc.);
- Se as suas roupas forem atingidas pelas chamas, pare, deite-se no chão,

«Com fumo ande agachado ou de gatas, respirará melhor mais perto do chão. Se puder, proteja a boca com um pano húmido e respire através dele.»

seus lugares. Não se esqueça que cada segundo conta;

- Saia dos espaços em passo apressado mas sem correr, porque pode cair e magoar-se;
- Durante a fuga assegure-se de que fecha as portas atrás de si;
- Se puder corte o gás, fechando a válvula no contador ou actuando no reductor;
- Avise os vizinhos;

cubra o rosto e role sobre o corpo até as chamas se apagarem;

- Quando chegar à rua, dirija-se para o ponto de encontro, previamente combinado com a família, e nunca volte atrás.

PREVINA e COLABORE, a segurança começa em si! 🧯