

- Mantenha a serenidade, acalme os colegas e eventuais visitas, assim como tente auxiliar aqueles que necessitem de apoio;
- Ajoelhe-se e proteja a cabeça e os olhos com as mãos;
- Não tente sair do edifício durante o sismo. Deve permanecer protegido até terminar o abalo;
- Não se assuste se, durante um sismo, faltar a energia elétrica ou se alguns equipamentos elétricos emitirem alarmes.
- **Após um Sismo:**
- Domine o pânico. Não se precipite para as saídas.
- Após o abalo principal podem ocorrer réplicas fortes. Embora de menor magnitude, estas podem provocar a queda de destroços.
- Verifique se há feridos: Preste-lhes os primeiros socorros. Se não estiver seguro do que está a fazer, não toque nos feridos. Peça ajuda.
- Se houver pessoas soterradas, e se for capaz, sem perigo, de os começar a libertar, tente fazê-lo retirando os escombros um a um, começando pelo de cima. Não se precipite, não agrave a situação dos feridos ou a sua.

EMERGÊNCIA MÉDICA

- Informe o Posto de Segurança pelo ☎ **47018/19**, indicando o local, sintomas detetados e gravidade dos ferimentos da vítima;
- Mantenha a calma;
- Afaste as pessoas que não sejam envolvidas nos socorros e, tente acalmar a vítima;
- **NÃO** mexa na vítima, antes da chegada de Socorros Externos, e após estes chegarem, só mediante instruções que lhe sejam dadas por estes.
- Certifique-se que a vítima permanece numa área arejada;
- Permaneça junto à vítima, enquanto aguarda pela chegada dos Socorros Externos.

EVACUAÇÃO

- Mantenha a calma. Interrompa as suas tarefas;
- Se possível e em segurança, desligue os aparelhos da sua responsabilidade;
- Evacue o local com rapidez, mas sem correr, seguindo as instruções recebidas dos Agentes de Segurança;
- Não volte atrás para recolher documentos ou objetos pessoais, nem carregue objetos volumosos;
- Não permita que os visitantes voltem atrás;
- Ajude os ocupantes que necessitam de apoio ou tenham dificuldades de movimentação;
- Siga os caminhos e saídas de emergência estabelecidos, de acordo com a informação contida nas plantas de emergência e seguindo a indicação dos Agentes de Segurança;
- Em caso de existência de fumo, que dificulte a respiração e a visibilidade, mova-se gatinhando;

- No caso de incêndio, feche as portas ao sair;
- Ao evacuar das instalações, faça-o a pé, deixe a sua viatura nas áreas de estacionamento. Só a poderá retirar no fim da emergência;
- Dirija-se para o exterior do edifício, em direção ao Ponto de Encontro atribuído. Em caso de dúvida, pergunte aos Agentes de Segurança;
- Uma vez no respetivo Ponto de Encontro aguarde por instruções.
- Não abandone o ponto de encontro sem ter essa indicação.

Uma evacuação organizada é mais rápida e mais segura, por isso, mantenha a calma e não tome decisões precipitadas

DAR O ALARME

Portaria	☎ 47018/19
-----------------	-------------------

Caso tenha funções específicas de Emergência deve, se possível, dirigir-se ao seu serviço com URGÊNCIA.
Para efeitos de evacuação e ou intervenção, estão designados, no seu piso, elementos com formação específica.

PONTO DE ENCONTRO

Localização dos **Pontos de Encontro (PE)** são: PR1 – Área exterior junto do Ed Egas Moniz; PR2 – Jardim ao lado do Corpo A; PR3 – Jardim ao lado do Corpo C.



Edifício Egas Moniz



LISBOA
UNIVERSIDADE
DE LISBOA



FACULDADE DE
MEDICINA
LISBOA

Como atuar em situação de Emergência

2015/2016

Entidade Formadora:

ITSEMAP
Portugal

Formação Acreditada:



Introdução

A **FMUL** elege como principal preocupação, em situações de emergência, a segurança das pessoas – funcionários, visitas e prestadores de serviços.

Os Procedimentos em Caso de Emergência assentam nessas preocupações e visam fornecer orientações para o relato, avaliação e resposta nas situações de emergência, face à sua tipificação.

Preteende-se, assim, que o Responsável de Segurança e os ocupantes do edifício possam reagir de modo calmo, racional e eficaz nas situações de emergência, cooperando entre si de forma a minimizar as consequências do eventual acidente.

Assim impõe-se a necessidade de se planificarem ações de modo coordenado, de forma a conseguirem-se economia de esforços, rapidez de atuação e diminuição de prejuízos, sempre causados em situações de Emergência.

Os Procedimentos em Caso de Emergência têm como objetivo estabelecer os critérios de atuação dos ocupantes do Edifício Egas Moniz, nessas situações.

Os Procedimentos em Caso de Emergência deverão englobar:

- Os procedimentos a adotar para garantir a evacuação rápida e segura dos espaços em risco;
- As técnicas de utilização dos meios de primeira intervenção;
- Os procedimentos de receção e encaminhamento dos bombeiros.

O âmbito de aplicação é o Edifício Egas Moniz, Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa Av. Prof. Egas Moniz, 1649-028, Lisboa.

Estas ações visam a limitação das consequências, para os seguintes sinistros:

- Incêndio/Explosão;
- Ameaça de Bomba/ Pacote Suspeito;
- Sismo;

INCÊNDIO/EXPLOÇÃO



- Mantenha a calma, não grite;
- Dê ordem de evacuação à zona diretamente afetada pelo sinistro;
- Pressione o botão manual de alarme mais próximo, ou informe o Posto de Segurança pelo **47 018/19**, indicando o local e área afetada;

- Tente extinguir o incêndio com os extintores colocados na zona, **SEM CORRER RISCOS** (se tiver tido formação);

- Localize um colega e peça-lhe que o acompanhe. Tenha em atenção a existência de estruturas que podem ruir; Situe-se a uma distância prudente do foco de incêndio.

Nunca Atue Sozinho...

- Se extinguir o incêndio, informe de imediato o Posto de Segurança pelo **47018/19**, aguarde a chegada dos Agentes de Segurança, em local seguro e transmita toda a informação sobre evolução do sinistro e ações já efetuadas;
- Se não dominar o incêndio, abandone o local fechando as portas atrás de si, aguarde em distância segura;
- Se o fumo ou os gases de combustão impedirem a visibilidade ou dificultarem a respiração desloque-se gatinhando;
- Se tocar numa porta quente não a abra e procure outra saída;
- Se ficar encurralado numa sala com fumo, permaneça junto ao solo onde o ar é mais respirável e, se possível, abra uma janela.

AMEAÇA DE BOMBA



Qualquer pessoa que receba um telefonema de ameaça de bomba deve prestar a máxima atenção à ocorrência e ter sempre à mão a **Ficha de Registo de Ameaça de Bomba**.

Durante o telefonema:

- Deve manter-se calmo e responder ao interlocutor com a habitual cortesia que utiliza na receção de chamadas telefónicas;
- Ouvir com muita atenção e tomar notas, literalmente, de cada palavra que escuta;
- Solicitar a repetição da mensagem, alegando que não está a ouvir bem;
- Perguntar ao interlocutor sobre a localização da bomba e o possível momento da sua explosão. Tentar que o interlocutor indique o tipo de bomba, quem a colocou e porquê;
- Tentar identificar ruídos de fundo (máquinas, música, comboios, animais, etc.) que possam indiciar a localização do interlocutor;
- Tentar identificar a voz do interlocutor – se é homem ou mulher, qual a idade (velho ou novo), qual o estado de espírito (excitado, calmo, com raiva).

Após desligar:

- Mantenha a calma. Informe **unicamente** Posto de Segurança pelo **47018/19** ou o Responsável/ Delegado de Segurança;
- Colaborar com o Responsável de Segurança/ Delegado de Segurança, no preenchimento da Ficha de Registo de Ameaça de Bomba;
- Considerar esta informação como confidencial. Não divulgar esta mensagem a outras pessoas; Lembre-se que este tipo de situações potencia o pânico generalizado com as consequências inerentes.

PACOTE SUSPEITO

Não deve tocar em pacotes suspeitos, sendo as seguintes características as que lhe indicam tal suspeita:

- Aparecimento de manchas de gordura no exterior do pacote;
- Tamanho, volume não habitual, ou que não corresponda com o conteúdo esperado;
- Peso incoerente com o tamanho ou com o conteúdo provável da carta ou pacote;
- Robustez nas esquinas do pacote;
- Bocados de arame, metal ou papel metalizado salientes do pacote ou carta;
- Odor que induza suspeita de conter algum tipo de explosivo;
- Objetos soltos (pó) no interior do pacote ou carta;
- Moradas incorretas ou falta de remetente;
- Pacote entregue em mão, sem aviso prévio do seu envio, e cujo conteúdo não esteja especificado, ou possa parecer estranho;
- Local de envio, selos ou remetentes que induzam suspeitas.

Uma vez detetado o pacote/ embrulho ou carta, ou existindo suspeitas fundamentadas, deve ter-se em conta o seguinte:

- Não deve abrir, pressionar, pegar ou golpear o pacote suspeito.
- Manter a calma. Informar **UNICAMENTE** o Posto de Segurança pelo **47018/19**;
- Abrir as portas e as janelas do local, para diminuir os efeitos da onda expansiva;
- Desligar todos os aparelhos elétricos/equipamentos, não essenciais, existentes nas proximidades;
- Evacuar o local, para uma zona suficientemente afastada auxiliando aqueles que necessitem de apoio;
- Aguarde a chegada dos Agentes de Segurança, em local seguro e transmita toda a informação sobre evolução do sinistro e ações já efetuadas.

SISMO

No seu piso deve existir, em local acessível, o seguinte material: Lanterna; Rádio com pilhas suplentes e Material para a prestação de Primeiros Socorros.



Durante um Sismo:

- **Proteja-se** debaixo de uma mesa resistente ou outro elemento que possa oferecer proteção à queda de destroços;
- Os locais mais seguros são os cantos das salas, ombreiras das portas em paredes-mestras ou junto de pilares;
- Os locais mais perigosos durante um sismo são os ascensores, saídas de piso/ edifício, centro das salas, locais junto a janelas, espelhos, quadros, painéis, equipamentos altos não fixos; **Afaste-se** de janelas, armários ou outros objetos que possam cair;