



REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA
GOVERNO REGIONAL
SECRETARIA REGIONAL DA SAÚDE
INSTITUTO DE ADMINISTRAÇÃO DA SAÚDE E ASSUNTOS SOCIAIS, IP-RAM

**CIRCULAR
INFORMATIVA**

Instituto de Administração da
Saúde e Assuntos Sociais,
IP-RAM

S 35 **CI**
9-8-2016 0 . 0 . 0 . 0
Original

Assunto: OCORRÊNCIA DE INCÊNDIOS - Principais medidas para prevenir e minimizar os efeitos da situação de incêndio na saúde das populações.

Para: Secretarias Regionais; Direções Regionais, Institutos Públicos, Entidades Públicas Empresariais, Câmaras Municipais, Juntas de Freguesias, Autoridades de Saúde, Unidades de Saúde do sector público e privado, Farmácias, ACIF, ASSICOM, ANAFRE, AMRAM.

Atendendo à ocorrência de incêndios florestais e urbanos que deflagram na Região e considerando que os mesmos representam um risco para a saúde das populações que decorrem, quer da emissão de partículas poluentes, quer do envolvimento dos profissionais e população em geral nas actividades relacionadas com o seu combate, o Instituto de Administração da Saúde e Assuntos Sociais, IP-RAM, reúne na presente circular um combinado informativo (em anexo) que procura elencar as principais medidas para prevenir e minimizar os efeitos da situação de incêndio na saúde das populações.

Recomenda-se em complementaridade a consulta da informação disponível nos seguintes sítios da internet:

- <http://www.procivmadeira.pt>
- <http://iasaude.sras.gov-madeira.pt>
- <http://www.dgs.pt>

Solicita-se, assim, a colaboração de todas as entidades e unidades formalmente organizadas em todo o território regional a melhor na divulgação da informação em anexo.

Em substituição,

Conforme n.º 4 do art.º 5 do anexo ao
DLR n.º 22/2009/M, de 23/06, na redação
dada pelo DLR n.º 14/2012/M,09/07

A Presidente do Conselho Diretivo

Ana Nunes

Anexo: Medidas de prevenção e proteção contra incêndios.

DSPAG/UTCES





Handwritten signature in blue ink.

MEDIDAS DE PREVENÇÃO E PROTEÇÃO CONTRA INCÊNDIOS

Durante a ocorrência dos incêndios

- Evitar a inalação de partículas de fumo protegendo a boca e o nariz com máscaras adequadas para filtração das partículas ou lenços húmidos;
- Usar protecção ocular (óculos). No caso de irritação dos olhos lavá-los com soro fisiológico ou água fria e limpa;
- Perante uma atmosfera com fumo, respirar devagar e manter a calma;
- Permanecer no interior das habitações, mantendo as portas, janelas e tampas das lareiras fechadas. Se necessário tapar frinchas existentes com panos molhados;
- Fazer reservas estratégicas de água e coloca-la em diversos pontos da habitação que permita usar de forma imediata caso a habitação, para manter molhada as áreas externas da mesma em situações de ameaça da habitação pelas chamas;
- Não fumar, não acender velas nem qualquer aparelho que funcione a gás ou a lenha, de modo a manter o nível de oxigénio, dentro de casa, o mais elevado possível;
- Nas áreas atingidas, as crianças não devem brincar ao ar livre. Atenção às crianças com menos de 3 anos, pois o risco de inalação de fumo é maior: o seu padrão de respiração é mais rápido e trocam 2 vezes mais volume de ar que os adultos;
- No caso de agravamento da situação de incêndio, os grupos mais vulneráveis (idosos, portadores de doenças crónicas, crianças, grávidas) deverão ser evacuados para locais dotados com sistemas de ar condicionado e devem obedecer às ordens de evacuação e cumprir estritamente as recomendações das autoridades;
- Os doentes cardíacos e respiratórios devem ter consigo a medicação de urgência e usá-la caso seja necessário;
- Em caso de queimadura passá-la por água fria. Não usar gorduras e recorrer aos serviços de saúde;





Am

Em caso de incêndio na habitação:

- Procurar não entrar em pânico;
- Cobrir a cabeça e o resto do corpo com roupas molhadas;
- Respirar junto ao chão, através de roupa molhada, para evitar inalar o fumo;
- Desligar o gás e a eletricidade;
- Sair em direção contrária à do vento;
- Refugiar-se numa zona com água, se acessível e com pouca vegetação.

Após a ocorrência dos incêndios:

- Manter a utilização de máscaras ou lenços húmidos nas operações de limpeza de cinzas, dentro e fora dos edifícios;
- Reduzir a atividade física nos espaços exteriores;
- Restringir a utilização do tabaco;
- Proceder à adequada manutenção dos sistemas de ar condicionado, designadamente dos filtros de remoção de partículas;
- Evitar o contacto com produtos de limpeza ou similares irritantes.

Nas situações em que se registam exposições prolongadas e intensas ao fumo, as pessoas devem **recorrer aos serviços de saúde se apresentarem queixas** como: irritação do nariz, garganta e traqueia; tosse; pieira e falta de ar; irritação dos olhos e perturbações da visão; dores de cabeça; tonturas; fadiga; dificuldades de concentração e confusão mental.

Prevenir os incêndios florestais

Nestas alturas de maior calor, não pode haver lugar a:

- Realização de queimadas ou fogueiras para recreio ou lazer, ou para confeção de alimentos;





- Utilização de equipamentos de queima e de combustão destinados à iluminação ou à confeção de alimentos;
- Queima de matos cortados e amontoados e qualquer tipo de sobranes de exploração agrícola;
- Lançamento de balões com mecha acesa ou qualquer outro tipo de foguetes;
- Fumar ou fazer lume de qualquer tipo nos espaços florestais e vias que os circundem.

Água Potável

O IASAÚDE, IP-RAM recomenda que, havendo algumas dificuldades no abastecimento de água potável às zonas afetadas, se tome as seguintes medidas:

- Na lavagem de saladas, fruta ou outros alimentos que se consomem crus, bem como para beber, seja utilizada água fervida (10 minutos), ou então, na impossibilidade de ferver, usar água à qual se adicionou lixívia, na seguinte proporção: 1 litro de água – 2 gotas de lixívia, 5 litros de água – 10 gotas lixívia;
- A água, depois de fervida ou tratada com lixívia, deverá ser guardada num recipiente limpo (por exemplo garrações de 5 litros) de modo a ser mais facilmente utilizável;
- Não é necessário ferver ou desinfetar a água que se destina a cozinhar os alimentos, nem a que se utiliza para a higiene pessoal, exceto aquela que se utiliza para a lavagem dos dentes.

