



MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA DE ESTABELECIMENTOS DE APOIO SOCIAL

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



ÍNDICE

FASCÍCULO I : ELABORAÇÃO DOS PLANOS	5
INTRODUÇÃO.....	5
OBJETIVOS.....	5
CONSTITUIÇÃO.....	6
INSTRUÇÕES DE PREENCHIMENTO DAS PEÇAS ESCRITAS.....	7
1. INTRODUÇÃO	7
2. UTILIZAÇÃO DO RECURSO “FORMULÁRIOS” UTILIZANDO O MICROSOFT WORD 2003.....	7
3. ATIVAÇÃO DO RECURSO «FORMULÁRIOS»	7
4. PRINCIPAIS COMPONENTES DO RECURSO «FORMULÁRIOS»	8
5. PREENCHIMENTO DAS FICHAS.....	9
6. UTILIZAÇÃO DO RECURSO “FORMULÁRIOS” UTILIZANDO O MICROSOFT WORD 2007.....	9
ELABORAÇÃO DAS PEÇAS DESENHADAS	22
PLANTAS.....	22
SIMBOLOGIA	24
ORGANIZAÇÃO EM CASO DE EMERGÊNCIA.....	32
EVACUAÇÃO DO ESTABELECIMENTO	32
QUANDO SE DEVE EVACUAR O ESTABELECIMENTO.....	32
COMO PLANIFICAR A EVACUAÇÃO.....	32
COMO EFETUAR A EVACUAÇÃO DO ESTABELECIMENTO	33
ORDEM DE EVACUAÇÃO POR PISOS.....	33
ASPETOS A CONSIDERAR EM CASO DE EVACUAÇÃO	34
ABRIGAR-SE.....	35
QUANDO DEVEMOS ABRIGAR	35
COMO PLANIFICAR A SITUAÇÃO DE ABRIGAR EM CASO DE EMERGENCIA EXTERIOR.....	35
COMO SE ABRIGAR.....	35
RECORDAR QUE EM CASO DE ABRIGO :	36
INTER-RELAÇÃO ENTRE O PLANO DE EMERGÊNCIA DO.....	
ESTABELECIMENTO DE APOIO SOCIAL E O PLANO MUNICIPAL DE EMERGENCIA.....	36
MECANISMOS DE INTER- RELAÇÃO ENTRE O PLANO DE EMERGÊNCIA.....	
DO ESTABELECIMENTO E O SISTEMA MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL ...	36
COLOCAÇÃO EM PRÁTICA DOS PLANOS	37
COMO FAZER PARA QUE OS PLANOS SEJAM EFICAZES.....	37
PORQUE SÃO NECESSÁRIOS OS SIMULACROS	37

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



CONSIDERAÇÕES NA HORA DE FAZER UM SIMULACRO	38
SIMULACRO DE EVACUAÇÃO DO ESTABELECIMENTO	39
INSTRUÇÕES PARA REALIZAÇÃO DO	
SIMULACRO DE EVACUAÇÃO DO ESTABELECIMENTO	39
SIMULACRO EM CASO DE ABRIGO	40
CONSELHOS PERANTE AMEAÇA DE BOMBA.....	41
FASCÍCULO II : TERMINOLOGIA E CONCEITOS	42
EFETIVO.....	42
CLASSIFICAÇÃO DOS LOCAIS DOS EDIFÍCIOS E RECINTOS	46
LOCAL DE RISCO “A”	46
LOCAL DE RISCO “B”	47
LOCAL DE RISCO “C”	47
LOCAL DE RISCO “D”	48
LOCAL DE RISCO “E”	49
LOCAL DE RISCO “F”	49
UTILIZAÇÃO-TIPO (UT)	50
CATEGORIAS DE RISCO	51
ALTURA (DE UM EDIFÍCIO)	53
ALTURA (DE UMA UTILIZAÇÃO TIPO)	54
PLANO DE REFERÊNCIA.....	54
VIA DE ACESSO	54
COMPARTIMENTO CORTA-FOGO.....	54
BARRA ANTI-PÂNICO.....	54
CAMINHO DE EVACUAÇÃO.....	55
CAPACIDADE DE EVACUAÇÃO DE UMA SAÍDA.....	55
DISTÂNCIA DE EVACUAÇÃO	55
ALARME	55
ALARME GERAL	55
ALARME LOCAL	55
ALARME RESTRITO	55
ALERTA.....	55
SISTEMA AUTOMÁTICO DE DETEÇÃO E ALARME DE INCÊNDIO.....	56
SISTEMA DE ALARME DE INCÊNDIO	56
HIDRANTE.....	56
MARCO DE INCÊNDIO	56
RESPONSÁVEL PELA SEGURANÇA	56
DELEGADO DE SEGURANÇA	57
PLANTA DE EMERGÊNCIA	57
POSTO DE SEGURANÇA.....	57
UNIDADE DE PASSAGEM (UP)	57

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO.....	57
INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA (ARTIGO 199.º).....	59
ORGANIZAÇÃO DA SEGURANÇA (ARTIGO 200.º).....	60
REGISTOS DE SEGURANÇA (ARTIGO 201.º)	61
PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO (ARTIGO 202.º).....	62
PLANO DE PREVENÇÃO (ARTIGO 203.º)	63
PROCEDIMENTOS EM CASO DE EMERGÊNCIA (ARTIGO 204.º).....	64
PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO (ARTIGO 205.º)	64
FORMAÇÃO EM SEGURANÇA CONTRA INCÊNDIO (ARTIGO 206.º)	67
SIMULACROS (ARTIGO 207.º).....	69



FASCÍCULO I : ELABORAÇÃO DOS PLANOS

INTRODUÇÃO

As medidas de autoproteção apresentadas no presente documento, encontram-se englobadas no designado Plano de Segurança Interno para estabelecimentos de apoio social, previsto no Regulamento Técnico de Segurança Contra Incêndio em Edifícios (RT-SCIE) aprovado pela Portaria n.º 1532/2008 de 29 de dezembro.

Estes edifícios e estabelecimentos, estão submetidos a riscos inerentes à própria edificação (como é exemplo o caso de um incêndio) e/ou a riscos provenientes de fora da mesma (caso de sismo , inundação , incêndio florestal, etc...).

Pretende-se desta forma que todos estes estabelecimentos passem a dispor de uma ferramenta para velar pela segurança e prote o de todo o coletivo.

OBJETIVOS

Os Planos de Preven o e Planos de Emerg ncia dos estabelecimentos de apoio social, tais como: lar de inf ncia e juventude, lar residencial, lar de idosos, resid ncias, centros de noite, centros de dia, centros de convívio; s o ferramentas ao serviço da comunidade que visam prevenir os riscos e dar resposta a eventuais situa o de emerg ncia. A aplica o destes planos prossegue uma tripla finalidade:

- 1) Garantir a máxima segurança possível a todos os utentes e funcionários deste tipo de estabelecimentos.
- 2) Potenciar a coordena o dos diferentes planos de emergência territoriais e especiais (se existirem).
- 3) Fomentar uma educa o que permita a todos os ocupantes, a aquisi o de hábitos de preven o e auto prote o.

A constitui o do processo, em forma de fichas acompanhadas de peças desenhadas, tem por objetivo **padronizar** a recolha de informa o necessária, de modo a caracterizar os estabelecimentos, facilitar o sua descri o e conhecimento, bem como permitir, não são uma maior rapidez na sua análise, mas também uma significativa celeridade de acesso a informa o relevante por parte das equipas exteriores de socorro.



CONSTITUIÇÃO

Este documento é um guia, composto por três fascículos, com explicações, indicações e informação adicional que visam facilitar a elaboração dos respetivos Planos de Prevenção e de Emergência.

Fascículo I: Elaboração dos Planos.

Fascículo II: Terminologia e Conceitos.

Fascículos III: Fichas para elaborar o Plano de Prevenção e Plano de Emergência.

ELABORAÇÃO DO PLANO

COMO É O ESTABELECIMENTO ?

Fichas nº 1 a 5

IDENTIFICAÇÃO DE RISCOS (Interiores e Exteriores)

Riscos Interiores – Ficha nº 6

Riscos Exteriores – Ficha nº 7

Serviços de Urgência

Ficha nº 8

Incidentes no Estabelecimento

Ficha nº 15

INSTRUÇÕES DE PREENCHIMENTO DAS PEÇAS ESCRITAS

1. Introdução

As Fichas do Plano de Prevenção e Emergência foram elaboradas utilizando também o recurso «Formulários» do MS Word.

2. Utilização do recurso “Formulários” utilizando o Microsoft Word 2003

Este recurso apresenta-se na forma indicada na Figura 1.



Figura 1 – Recurso do MS Word «Formulários»

3. Ativação do recurso «Formulários»

Com o botão do lado direito do rato, clicar na parte superior, na zona das barras de ferramentas, como indica a Figura 2.

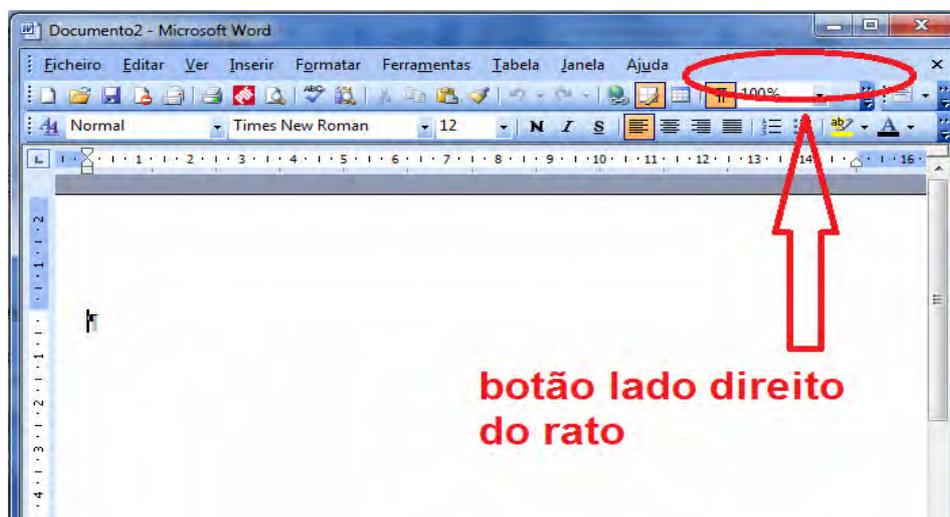


Figura 2– Local a clicar com o rato para ativar a janela de recursos

Ativar a opção «Formulários», Figura 3.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA

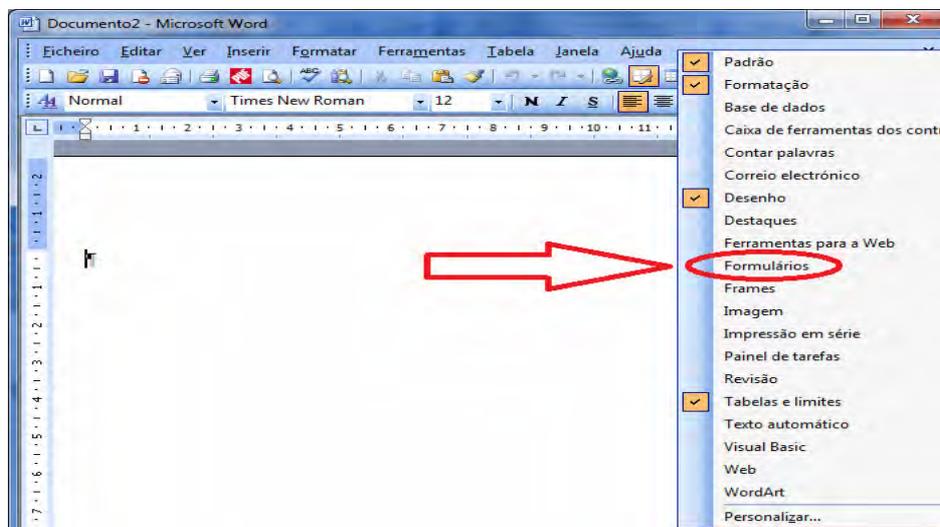


Figura 3– Janela com os recursos disponíveis

Depois de ativado o recurso «Formulários», este apresenta-se como indica a Figura 4.

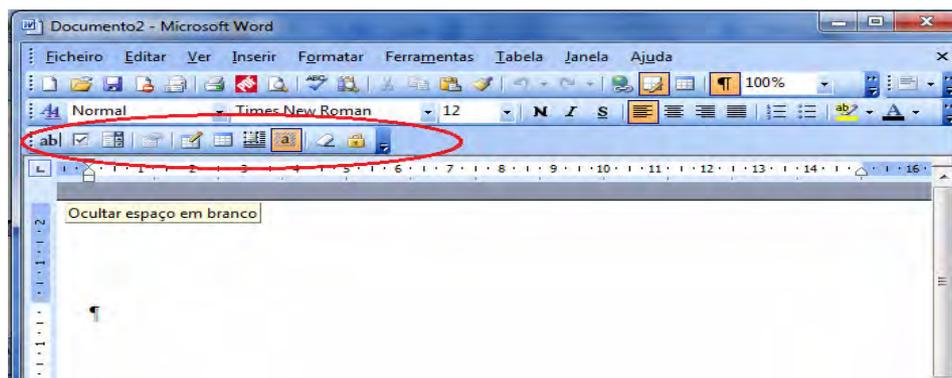


Figura 4– Documento Word com o recurso «Formulários» ativado

4. Principais componentes do recurso «Formulários»

Os componentes do recurso «Formulários» utilizados na elaboração das Fichas foram os seguintes:

	<i>Caixa de Edição.</i> Serve para escrever texto. Poderá estar limitada a um determinado número de caracteres ou não.
	<i>Caixa de Verificação.</i> Serve para seleccionar uma opção, materializada por um quadrado, tipo SIM ou NÃO.
	<i>Caixa de Combinação.</i> Serve para escolher uma de várias hipóteses de uma lista.
	<i>Repor campos do formulário.</i> Apaga o preenchimento de todos os componentes do recurso «Formulários» existentes no documento de trabalho Fichas.
	<i>Proteger Formulário.</i> Quando ativado só permite “trabalhar” nos componentes do recurso «Formulários» aplicados no documento Fichas e não permite processar texto fora deste. Quando desativado permite escrever texto, copiar ou repetir linhas, normalmente no documento Fichas e não permite trabalhar nos componentes do recurso «Formulários».

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



5. Preenchimento das Fichas

O preenchimento das Fichas é realizado utilizando o editor de texto e utilizando o recurso «Formulários» com o objetivo de ser mais fácil o seu preenchimento e potenciar um melhor aspeto gráfico das mesmas.

Para utilizar o editor de texto, o recurso «formulários» terá que estar desativado, ou seja, o símbolo «Proteger Formulário»  não poderá estar ativo (não poderá estar sombreado). O preenchimento dos componentes do recurso «Formulários» só pode ser realizado com o símbolo «Proteger Formulário» ativado.

Poderá ser necessário, devido às características do edifício(s) em estudo, aumentar ou duplicar os campos e/ou os componentes do recurso «Formulários» para edição. Quando assim for entendido, é necessário desativar o componente  e fazer *Copiar* e *Colar* nas linhas seguintes.

6. Utilização do recurso “Formulários” utilizando o Microsoft Word 2007

Depois de aberto o ficheiro MS Word 2007, que contem as Fichas, clicar no botão ajuda, ponto de interrogação existente à direita, conforme indica a Figura 5, e escrever “formulário” e fazer procurar.

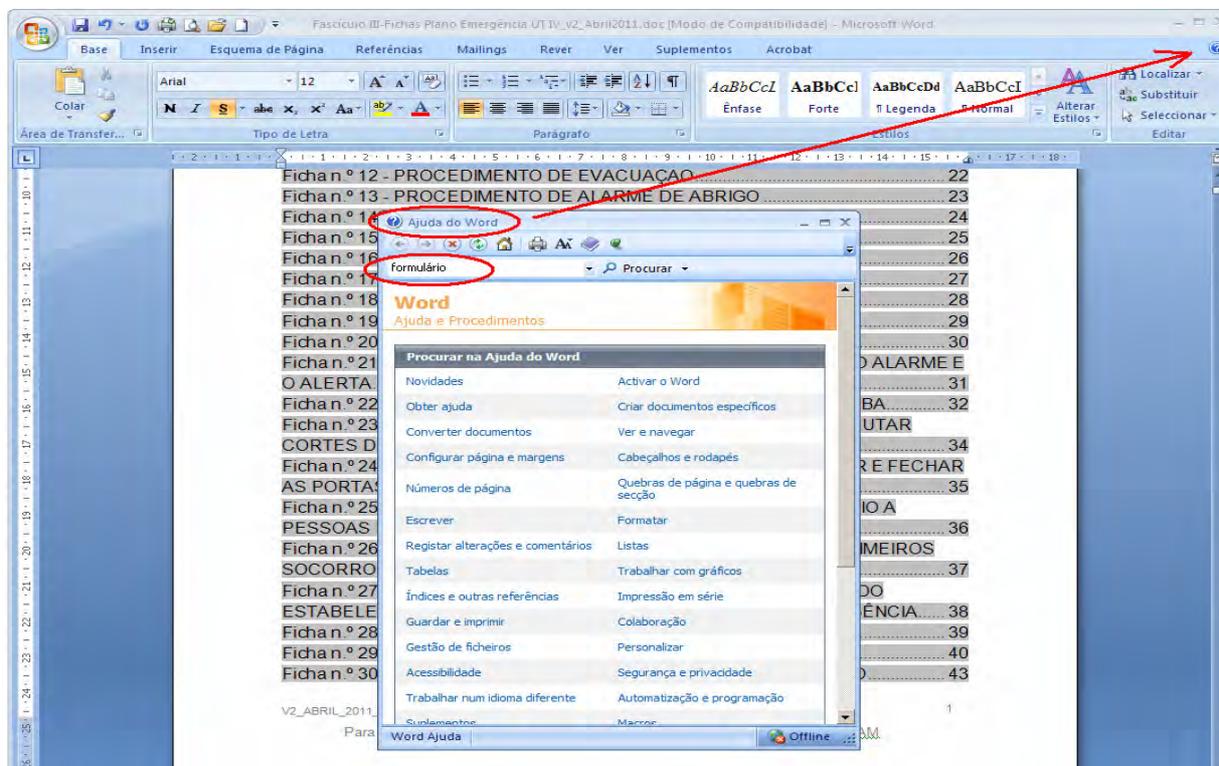


Figura 5 - Ativação da “Ajuda do Word” no MS Word 2007

Escolher a opção “Criar formulários para os utilizadores completarem no Word”, conforme indica a Figura 6.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA

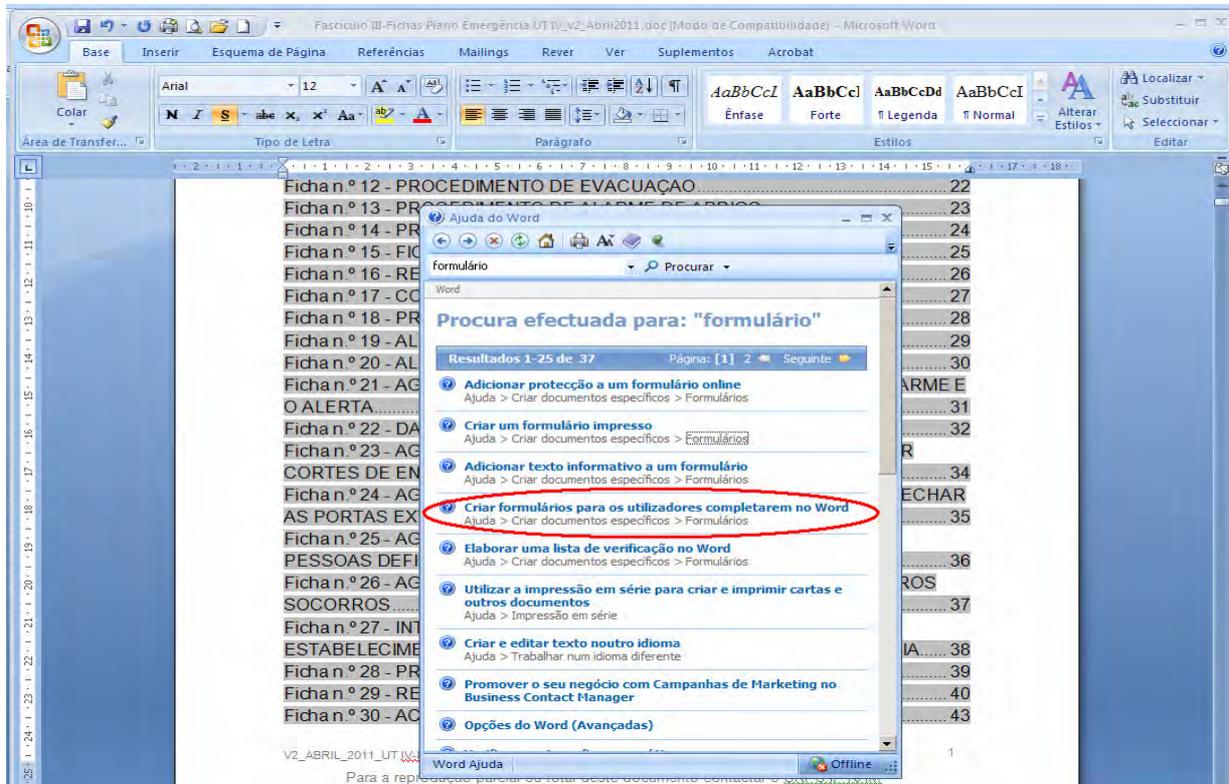


Figura 6 – Escolher a opção “Criar formulários para os utilizadores completarem no Word”

De seguida escolher a opção “Criar um formulário” como indica a Figura 7

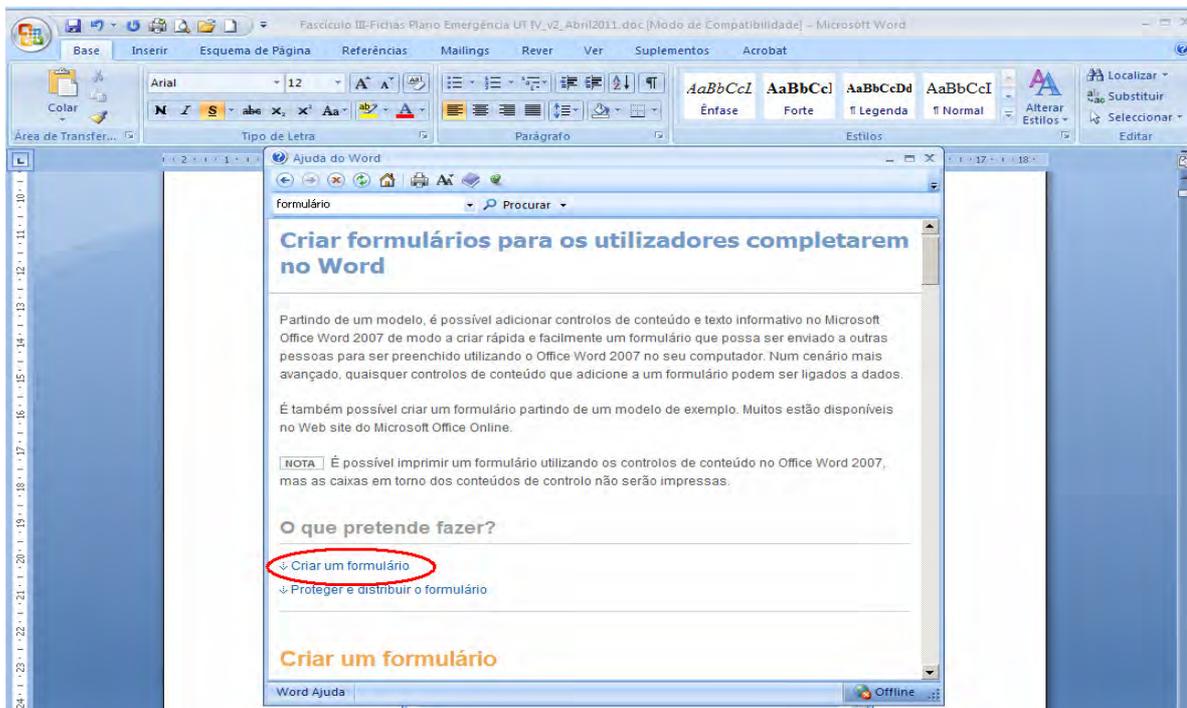


Figura 7 – Escolher a opção “Criar um formulário”

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



De seguida, seguir os passos para criar formulários, conforme indicado na Figura 8.

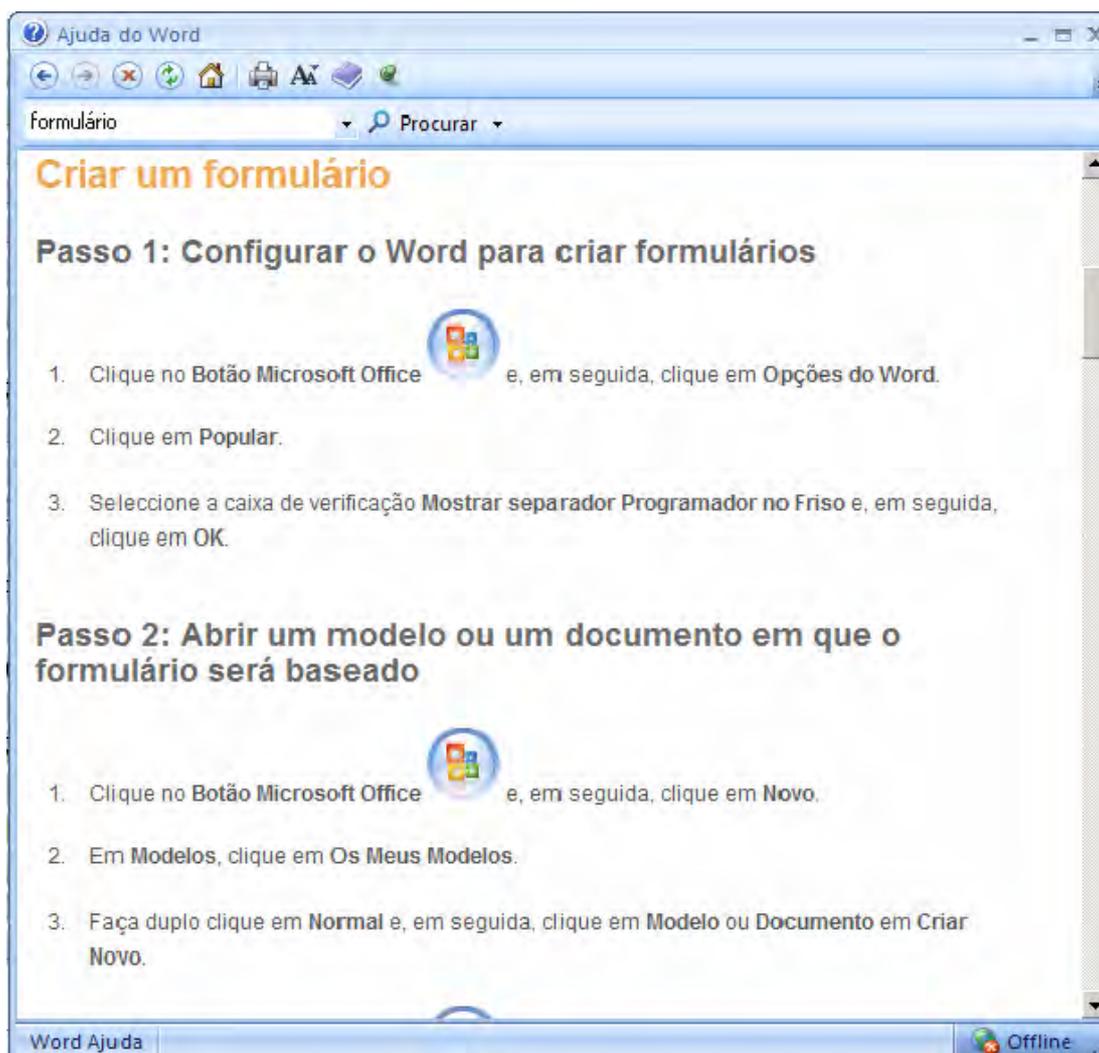


Figura 8 – Passo 1 - passos a seguir para criar formulários

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA

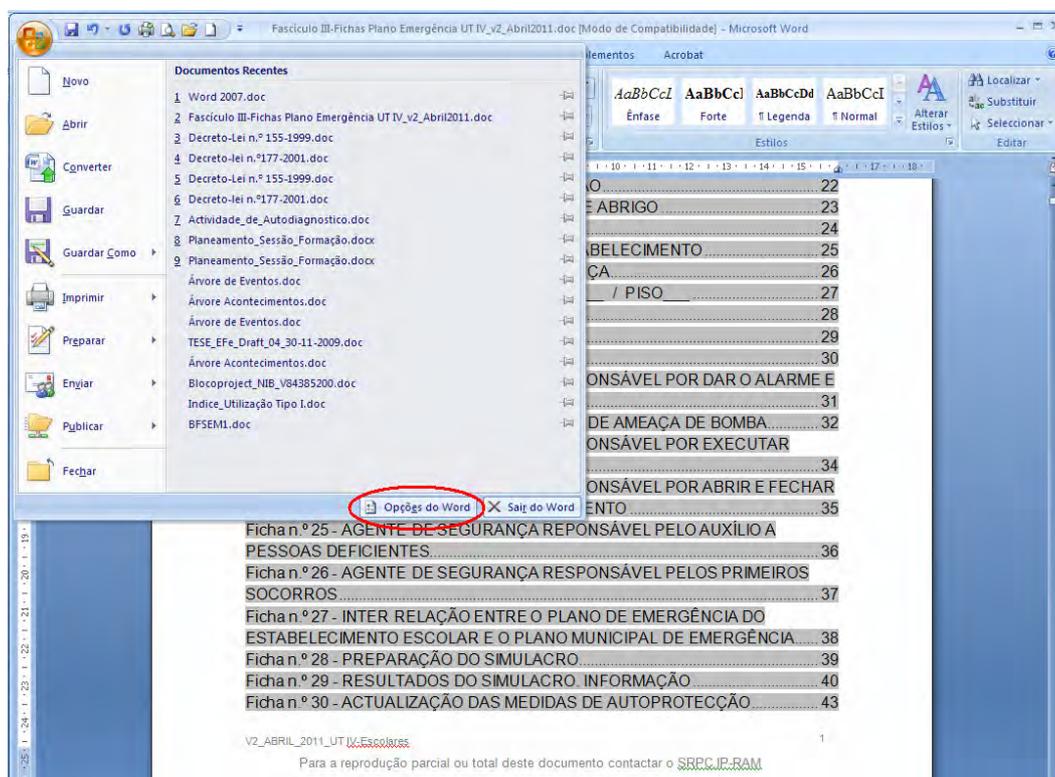


Figura 9 – Passo1 do Passo 1 do menu da Figura 8

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA

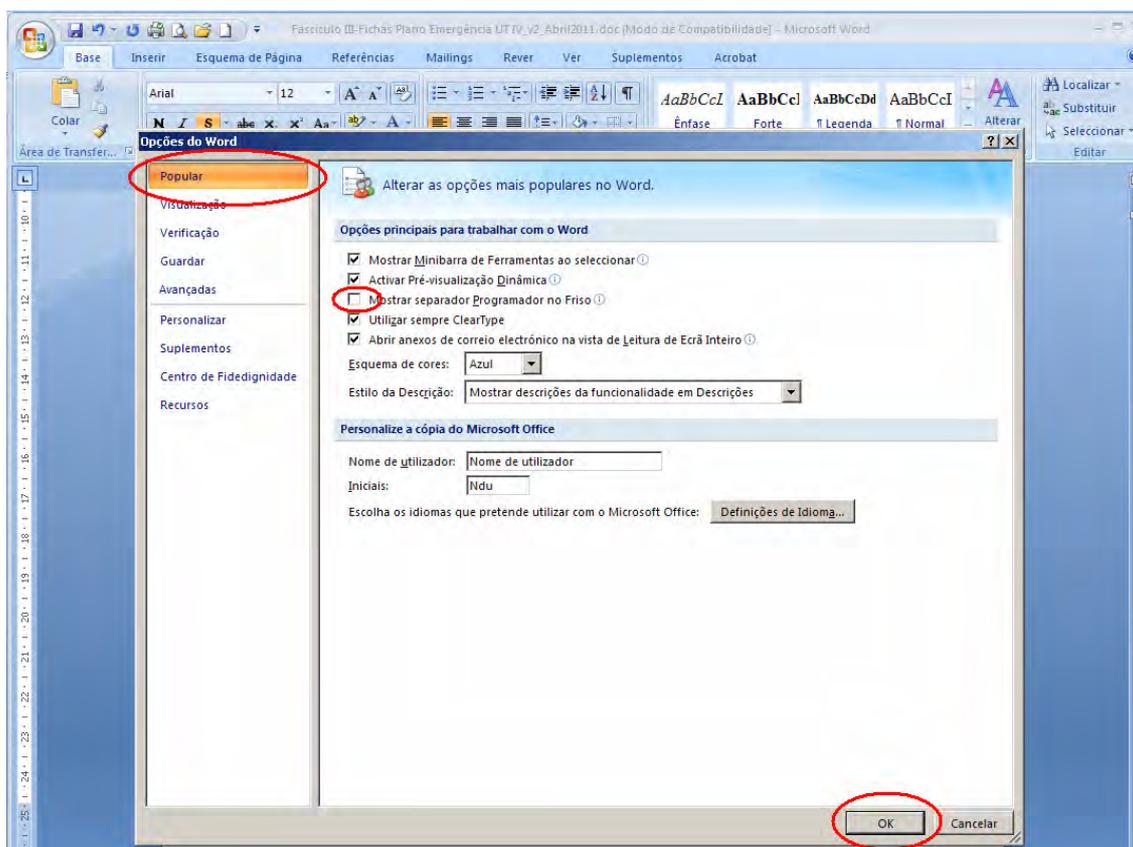


Figura 10 – Passo 2 e 3 do Passo 1 do menu da Figura 8

Após a realização dos 3 passos indicados na

Figura 8, “Passo 1-Configurar o Word para criar formulários”, obtemos o separador “Programador”, conforme indica a Figura 11.

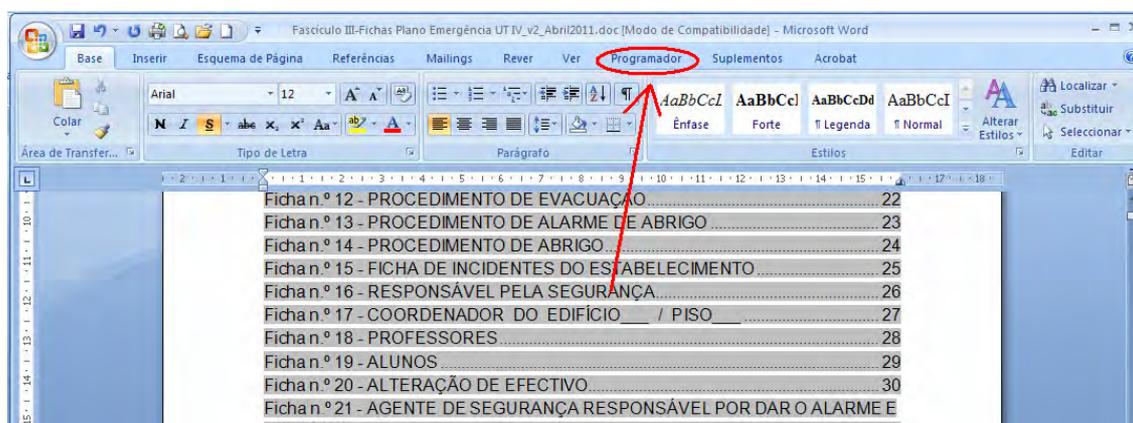


Figura 11 – Separador “Programador”

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA

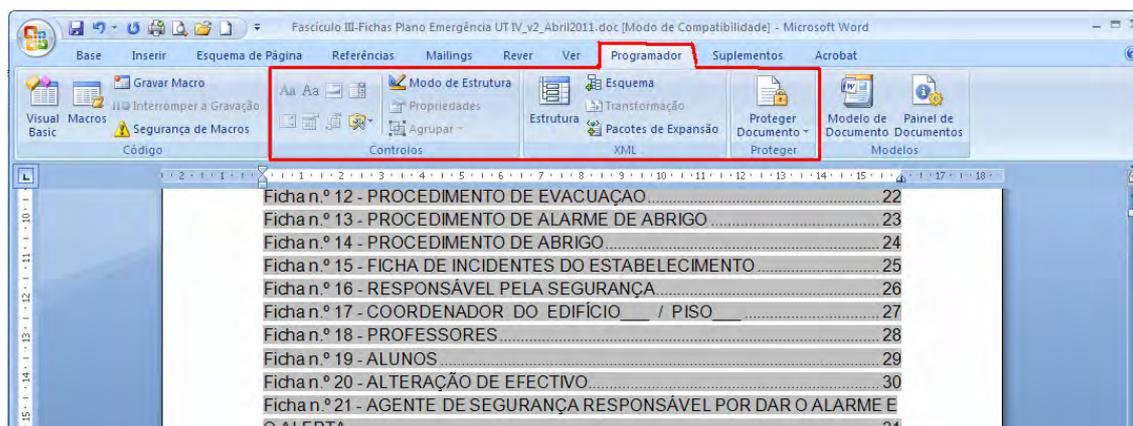


Figura 12 – Aspeto genérico do separador “Programador”

De seguida temos de preparar o documento para ativar e desativar a opção formulários.

Com o botão do lado esquerdo do rato ativar o menu “Proteger documento” do separador “Programador” e escolher a opção “Restringir formatação e edição”, conforme indica a Figura 13.

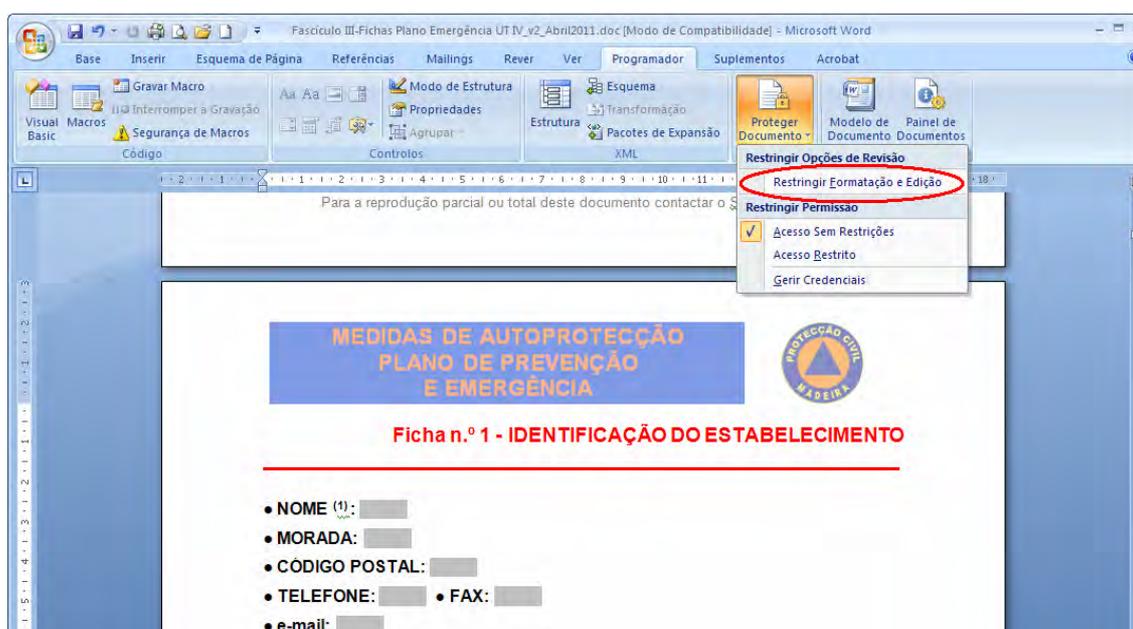


Figura 13 – Restringir formatação e edição do separador “Programador”

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



Após ativar a opção “Restringir formatação e edição”, aparece um menu do lado direito conforme documenta a Figura 14.

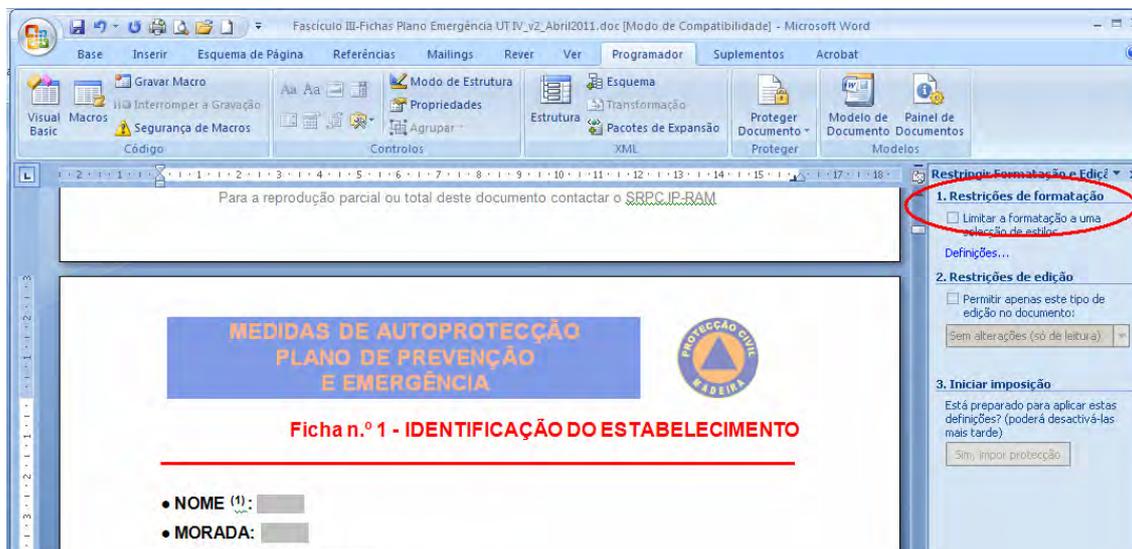


Figura 14 – Menu que aparece à direita quando se escolhe a opção “Restringir formatação e edição”

De seguida no Menu da direita, escolher a opção “Limitar a formatação a uma seleção de estilos”, conforme indica a Figura 15.

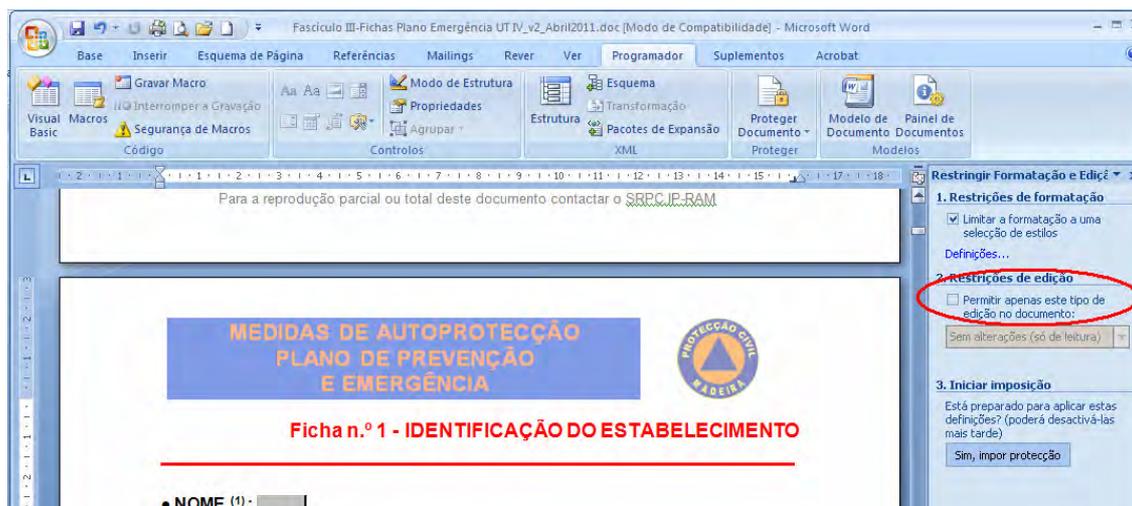


Figura 15 – Menu da direita, escolher a opção “Limitar a formatação a uma seleção de estilos”

Ativar a opção “Permitir apenas este tipo de edição no documento”, escolhendo a opção “Preenchimento de formulários”, conforme indica a Figura 16.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA

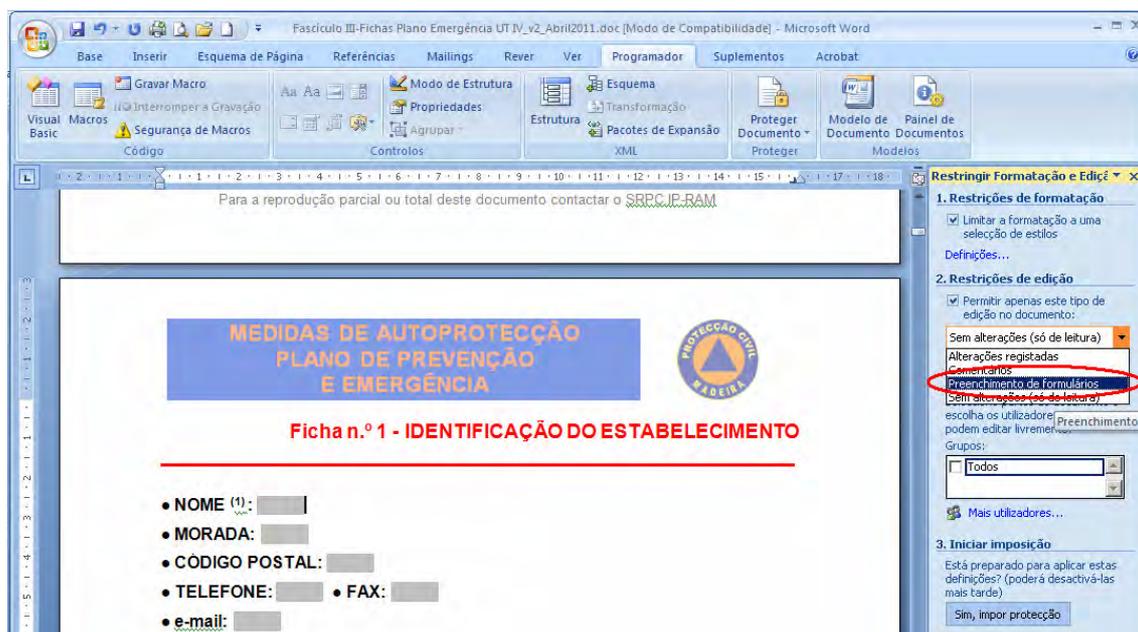


Figura 16 – Seleção da opção “Preenchimento de formulários”

No mesmo menu da direita clicar na caixa “Sim, impor proteção”, conforme indica a Figura 17.

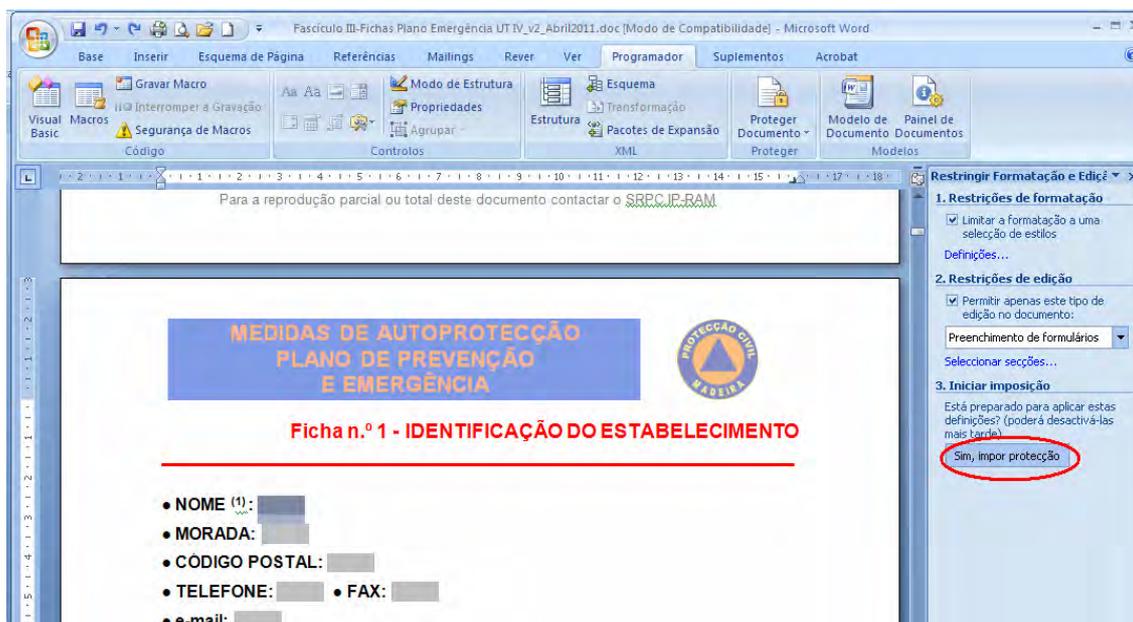


Figura 17 – Seleção da opção “Sim, impor proteção”

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



Após esta operação aparece a caixa de diálogo indicada na Figura 18, na qual, para maior facilidade não introduzir palavra-passe e fazer “OK”.

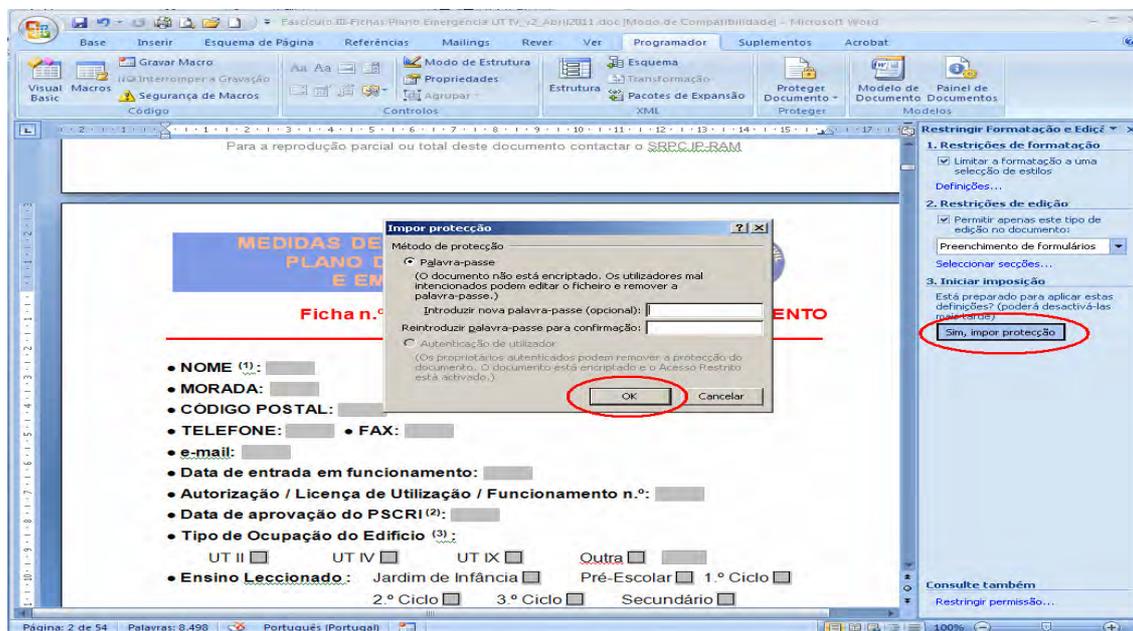


Figura 18 – Seleção da opção “Sim, impor proteção”

Permitindo assim escrever nos campos dos formulários.

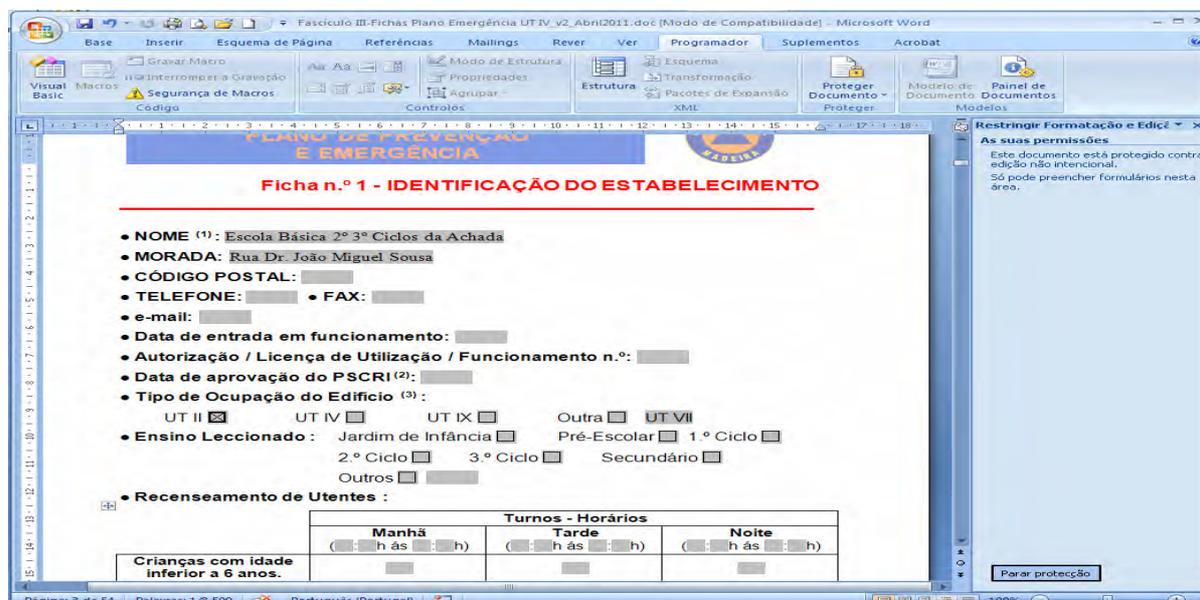


Figura 19 – Aspeto do menu da direita que permite utilizar os recursos do Formulários.

Para deixar de escrever no campo formulários, basta clicar “Parar proteção” Fig. 20, e escrever normalmente no editor de texto, Fig. 21.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



Completar as quadrículas para cada piso e cada edifício escolar

• EDIFÍCIO: • NOME:

ACTIVIDADES - CLASSIFICAÇÃO

• Nome das salas e outros espaços do estabelecimento (1):

Número	Nome	Número	Nome

N.º TOTAL DE LOCAIS DE RISCO C N.º TOTAL DE LOCAIS DE RISCO D

OCUPAÇÃO MÁXIMA DO PISO

• ALUNOS + PESSOAL DOCENTE + PESSOAL NÃO DOCENTE = TOTAL

VIAS DE EVACUAÇÃO - SAÍDAS (2)

Designação	Largura	Observações

Página: 12 de 54 Palavras: 1/8.498 Português (Portugal) 100%

Figura 20 – Parar de escrever no campo formulários.

Completar as quadrículas para cada piso e cada edifício escolar

• EDIFÍCIO: • NOME:

ACTIVIDADES - CLASSIFICAÇÃO

• Nome das salas e outros espaços do estabelecimento (1):

Número	Nome	Número	Nome
201	Laboratório Físico Química		
203	Sala Professores		

preenchimento sem protecção

N.º TOTAL DE LOCAIS DE RISCO C N.º TOTAL DE LOCAIS DE RISCO D

OCUPAÇÃO MÁXIMA DO PISO

• ALUNOS + PESSOAL DOCENTE + PESSOAL NÃO DOCENTE = TOTAL

VIAS DE EVACUAÇÃO - SAÍDAS (2)

Designação	Largura	Observações

Página: 12 de 54 Palavras: 8.505 Português (Portugal) 100%

Figura 21 – Escrever em modo de texto.

Para voltar ao campo Formulários, o procedimento é o inverso.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA

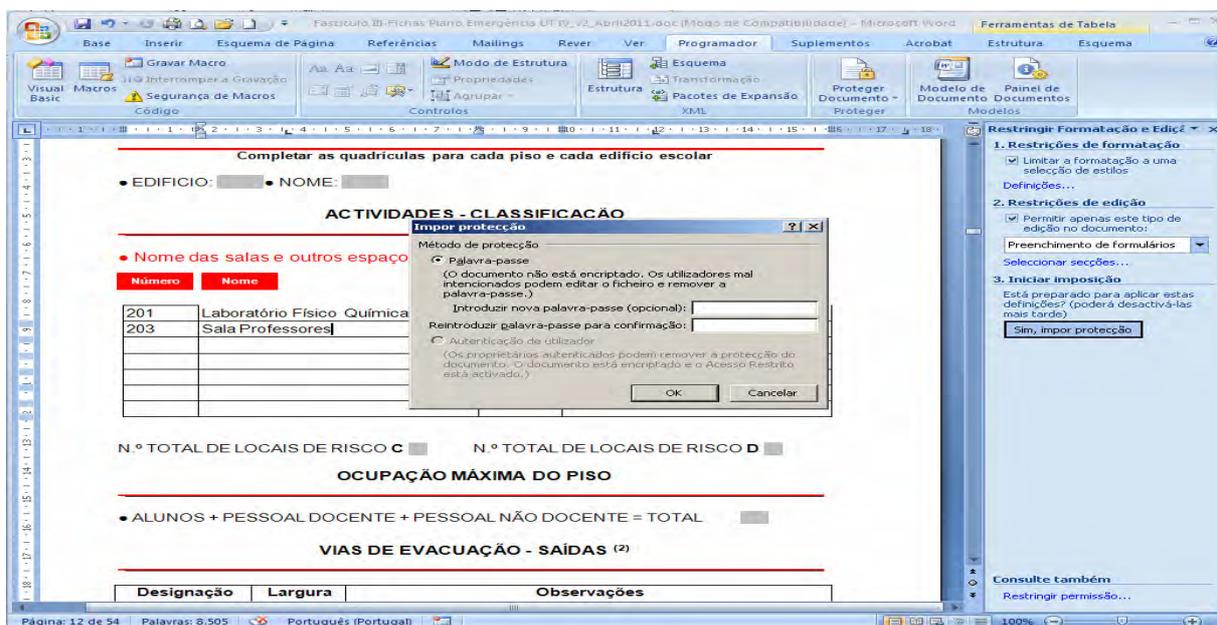


Figura 22 – Preparar para escrever no campo formulários.

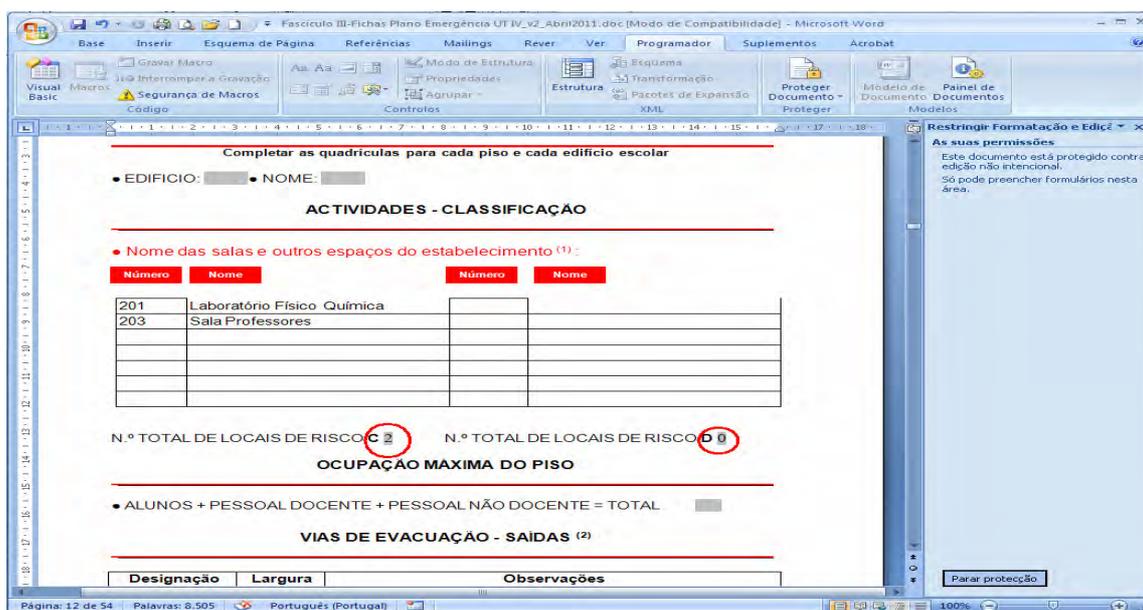


Figura 23 – Escrever no campo formulários.

Os recursos desta versão, encontram-se no menu indicado na Fig. 24.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA

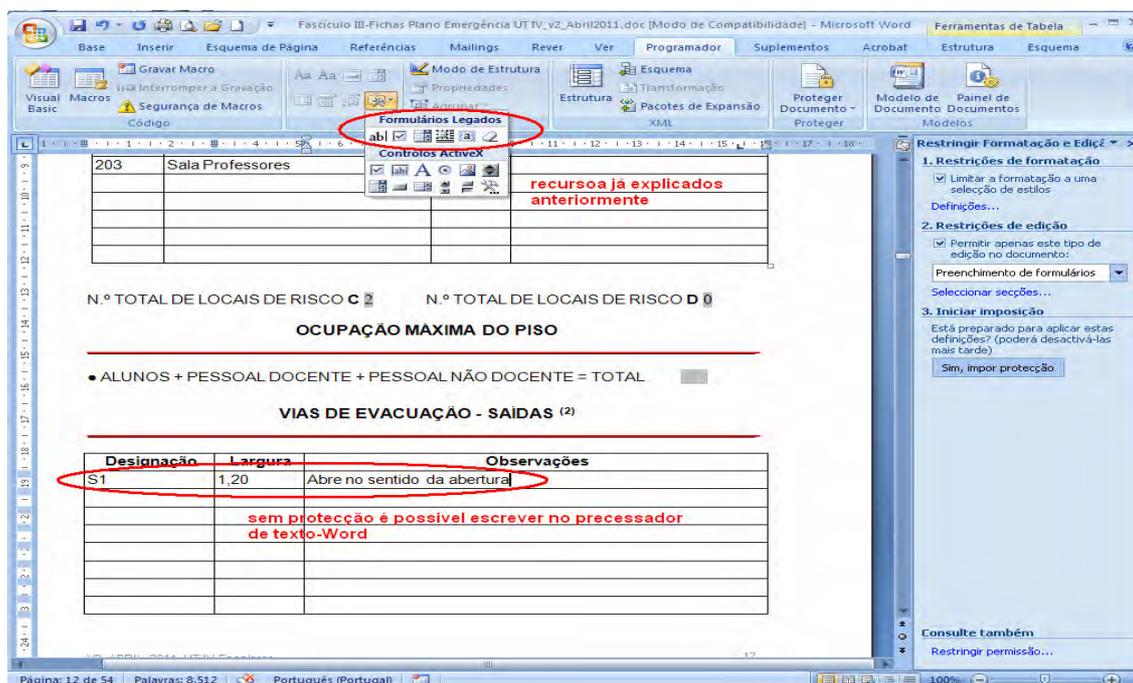


Figura 24 – Menu com os vários campos do recurso formulários.

No final do preenchimento das fichas poderá haver a necessidade de atualizar o índice e a numeração constante nos respetivos rodapé das Fichas. Para tal basta colocar o cursor por cima do índice das fichas e clicar no botão do lado direito do rato até aparecer o menu indicado na Figura 25.



MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



Figura 25– Atualização do índice

Depois basta “Atualizar todo o índice”, conforme mostra a Figura 26.

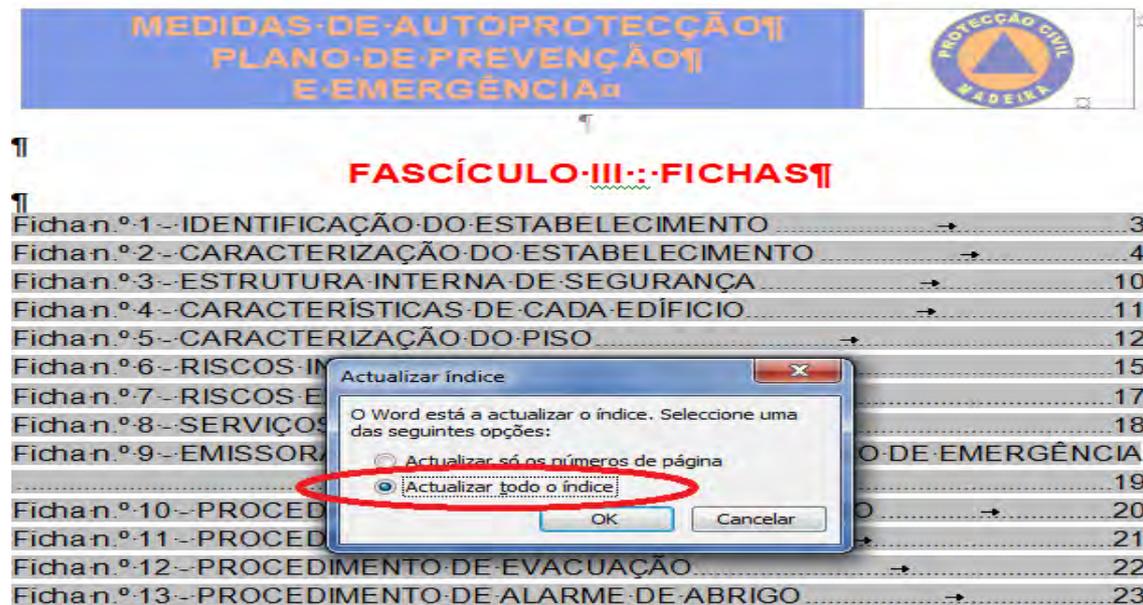


Figura 26– Atualização de todo o índice.

De referir ainda que deve ser dada atenção ao aspeto final do índice após a realização das operações referidas anteriormente

ELABORAÇÃO DAS PEÇAS DESENHADAS

PLANTAS

As plantas são dos elementos mais importantes dos planos de prevenção e emergência. Com estes documentos proporciona-se, uma visão do estabelecimento, das suas vias de evacuação, e a localização dos meios e equipamentos relacionados com a segurança contra incêndios de uma forma rápida e clara.

Teremos assim:

1. *Plantas de localização e enquadramento do estabelecimento de apoio social.*

Planta de localização à escala 1/2000 ou 1/5000 – Mais abrangente (menos zoom), devendo conter:

- A localização dos agentes de Proteção Civil (PSP, GNR, Bombeiros, Hospital/Centro de Saúde) ou indicação da sua direção.

Planta de enquadramento à escala 1/200 ou 1/500 – Mais localizada (mais zoom) devendo conter:

- Nome e largura das ruas/estradas circundantes.

Representação:

8
←→ - **Largura da Rua / Estrada (metros)**

→ - **Sentido de circulação das ruas.**

- Localização dos hidrantes exteriores.

Representação:



Marcos de Água – Normalmente exteriores aos edifícios nos passeios.



Bocas de incêndio exteriores – Normalmente nas fachadas dos edifícios, dentro de uma caixa oval.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



- ☑ Pontos de concentração.

Representação:



- Ponto de concentração

- ☑ Saídas para o exterior (do edifício ao ponto de concentração).
- ☑ Indicação de localização dos depósitos de água e gás; Posto de Transformação; Grupo Gerador.
- ☑ Designação dos edifícios.

2. **Plantas do projeto de Segurança Contra Incêndios (contemplando todos os pisos do(s) edifício(s)) , à escala de 1/ 100 ou 1/200**, com indicação inequívoca dos seguintes dados:

- ☑ Descrição funcional, classificação do risco e lotação previstas para cada local do estabelecimento;
- ☑ Vias horizontais e verticais de evacuação, incluindo os eventuais percursos em comunicações comuns;
- ☑ Localização de todos os dispositivos e equipamentos ligados à segurança contra incêndio (extintores, rede incêndio armada, detetores de incêndio, botoneiras de alarme, sirenes, central de deteção de incêndio, iluminação de emergência – blocos autónomos permanentes e não permanentes – sinalização de segurança; portas e outros elementos construtivos Resistentes ao Fogo; cortes locais e gerais de energia e gás, etc.);

3. **Plantas de Emergência do estabelecimento** elaboradas em conformidade com a Norma Portuguesa - NP 4386 de 2001.

- ☑ Junto das entradas principais de cada piso dos estabelecimentos, bem como em locais de risco D e E, devem ser dispostas plantas de emergência, as quais devem conter as vias de evacuação bem como os meios de alarme e os de 1.^a intervenção.

PLANTAS DE PROJETO e PLANTAS DE EMERGÊNCIA : QUE REPRESENTAR ?

Conforme podemos verificar nos quadros seguintes, deverá ser utilizada na sua elaboração a seguinte simbologia:

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



SIMBOLOGIA

Símbolos para		Significado/Observações
Projeto	Plantas Emerg.	
		Extintor de pó químico ABC
		Extintor de pó químico BC
		Extintor de água
		Extintor de espuma
		Extintor de anídrico carbónico (CO ₂)
		Boca de incêndio de tipo carretel (mangueira semirrígida)
		Boca de incêndio de tipo teatro (mangueira flexível)
		Central deteção de incêndios
		Botão de alarme
		Telefone a utilizar em caso de emergência
		Localização do observador
		Caminho de evacuação normal
		Caminho de evacuação alternativo
		Ponto de reunião

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



Símbolos para		Significado/Observações
Projeto/Planos	Plantas Emerg.	
	Não aplicável	Coluna húmida
		Boca de incêndio de coluna húmida
		Deposito de água enterrado
		Reservatório água elevado
		Reservatório água enterrado
		Matérias perigosas
		Perigo de eletrocussão
		Iluminação de segurança permanente e não autónoma
		Iluminação de segurança não permanente e autónoma
		Iluminação segurança permanente e autónoma
		Barra antipânico horizontal
		Elemento estável ao fogo (EF) ou R "mn" – indicação do grau em minutos
		Elemento para-chamas (PC) ou RE "mn" – indicação do grau em minutos
		Elemento corta-fogo (CF) ou REI "mn" – indicação do grau em minutos
		Detetor calor pontual

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



Símbolos para		Significado/Observações
Projeto/Planos	Plantas Emerg.	
	Não aplicável	Detetor chamas
		Detetor fumo linear
		Sirene de alarme
		Altifalante de alarme incêndio
		Campainha de alarme incêndio
		Avisador luminoso de alarme incêndio
		Detetor de dióxido carbono
		Central de dióxido carbono
		Corte geral de eletricidade
		Corte local de eletricidade
		Corte geral de gás
		Corte local de gás
		Motobomba
		Eletrobomba
		Marco de água
		Boca de incêndio exterior
		Balde de areia
		Instalação fixa de extinção por água (proteção total)
		Instalação fixa de extinção por espuma (proteção total)
		Instalação fixa de extinção por outro gás (proteção total)

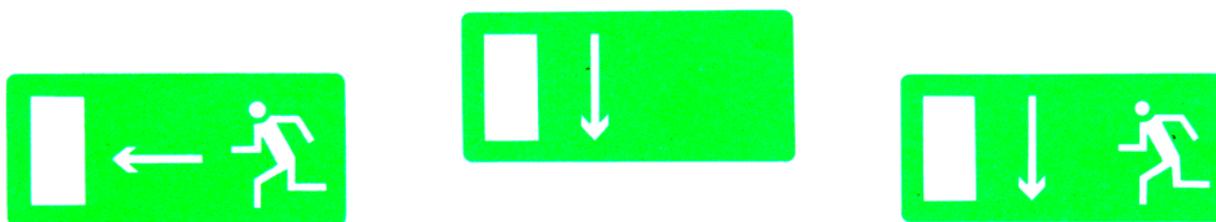
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



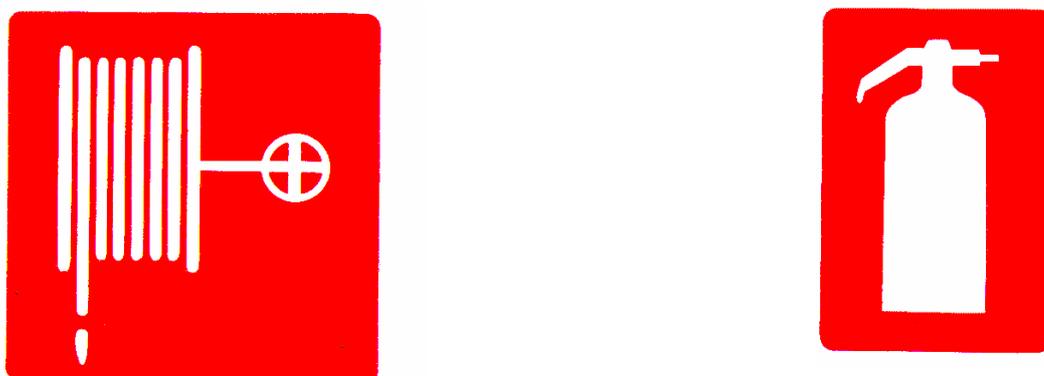
Símbolos para		Significado/Observações
Projeto/Planos	Plantas Emerg.	
	Não aplicável	Dispositivo de comando manual de sistema fixo de extinção (proteção total)
		Coluna seca

NOTA: Estes símbolos encontram-se disponíveis em suporte informático, no sítio da internet do SRPC, IP-RAM, www.procivmadeira.pt no separador, Segurança Contra Incêndio/Projetos SCI/Simbologia para projetos.

SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA



VIAS/SAIDAS DE EMERGENCIA

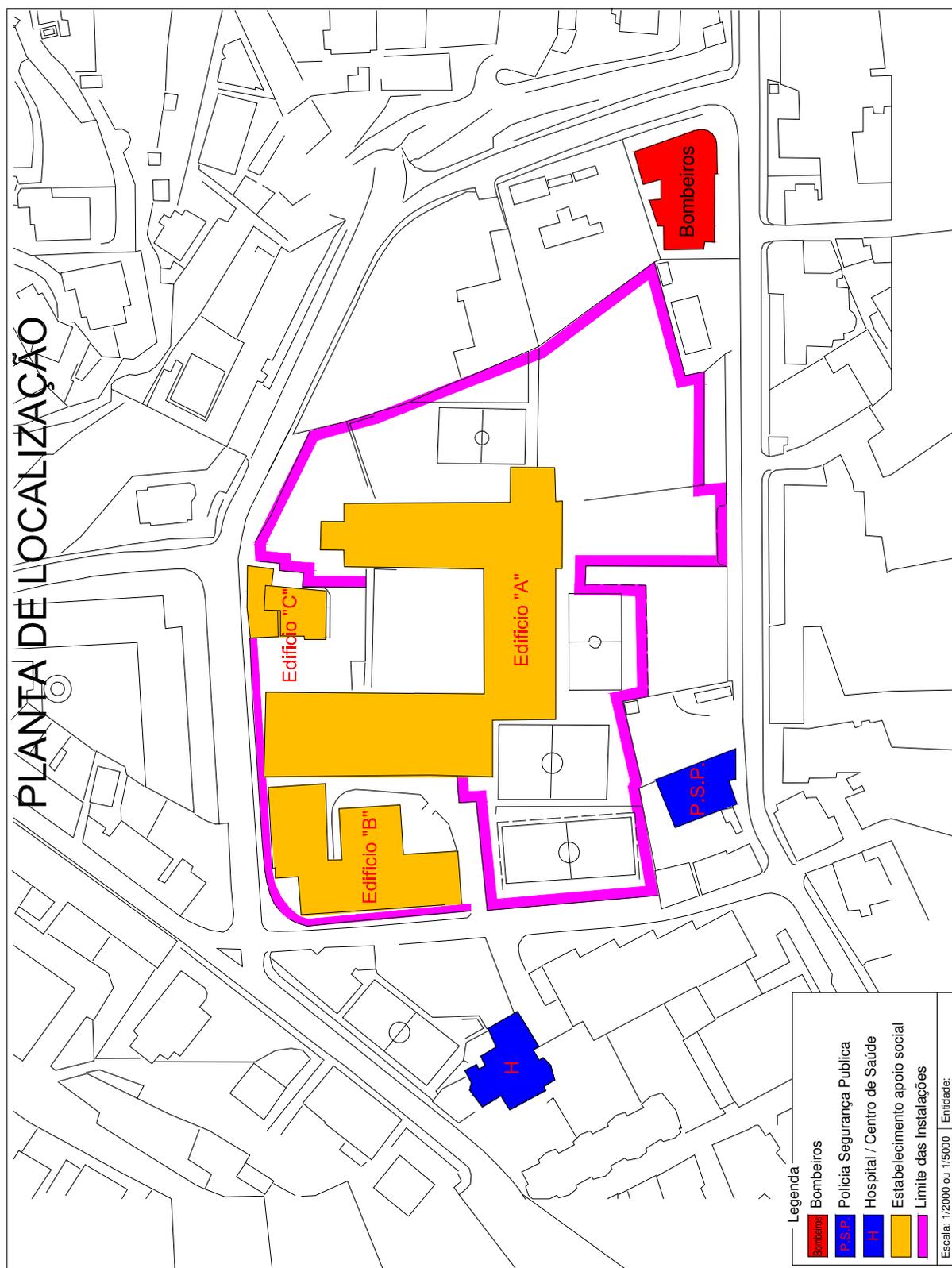


MATERIAL COMBATE A INCÊNDIO

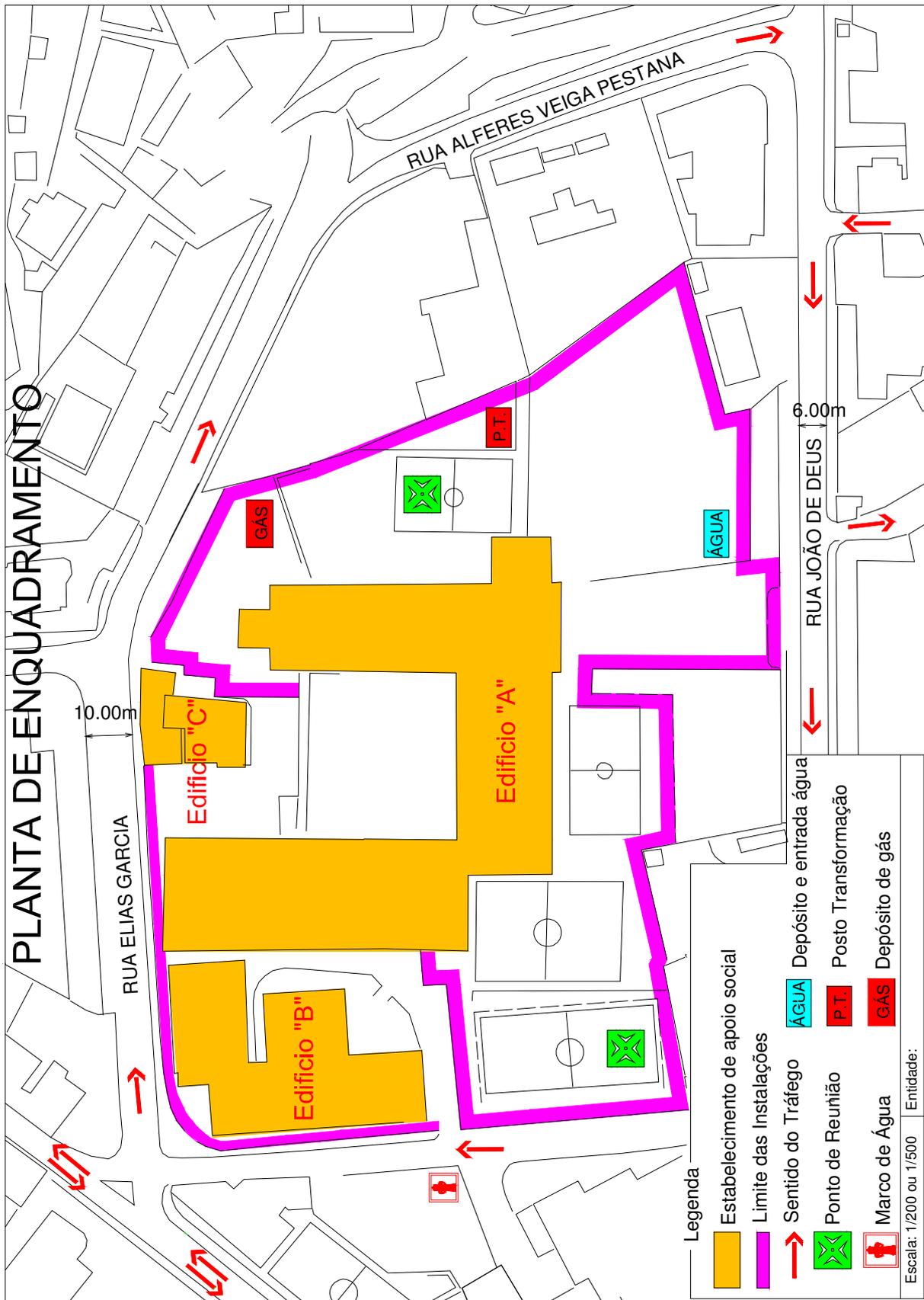
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



Exemplos das várias plantas



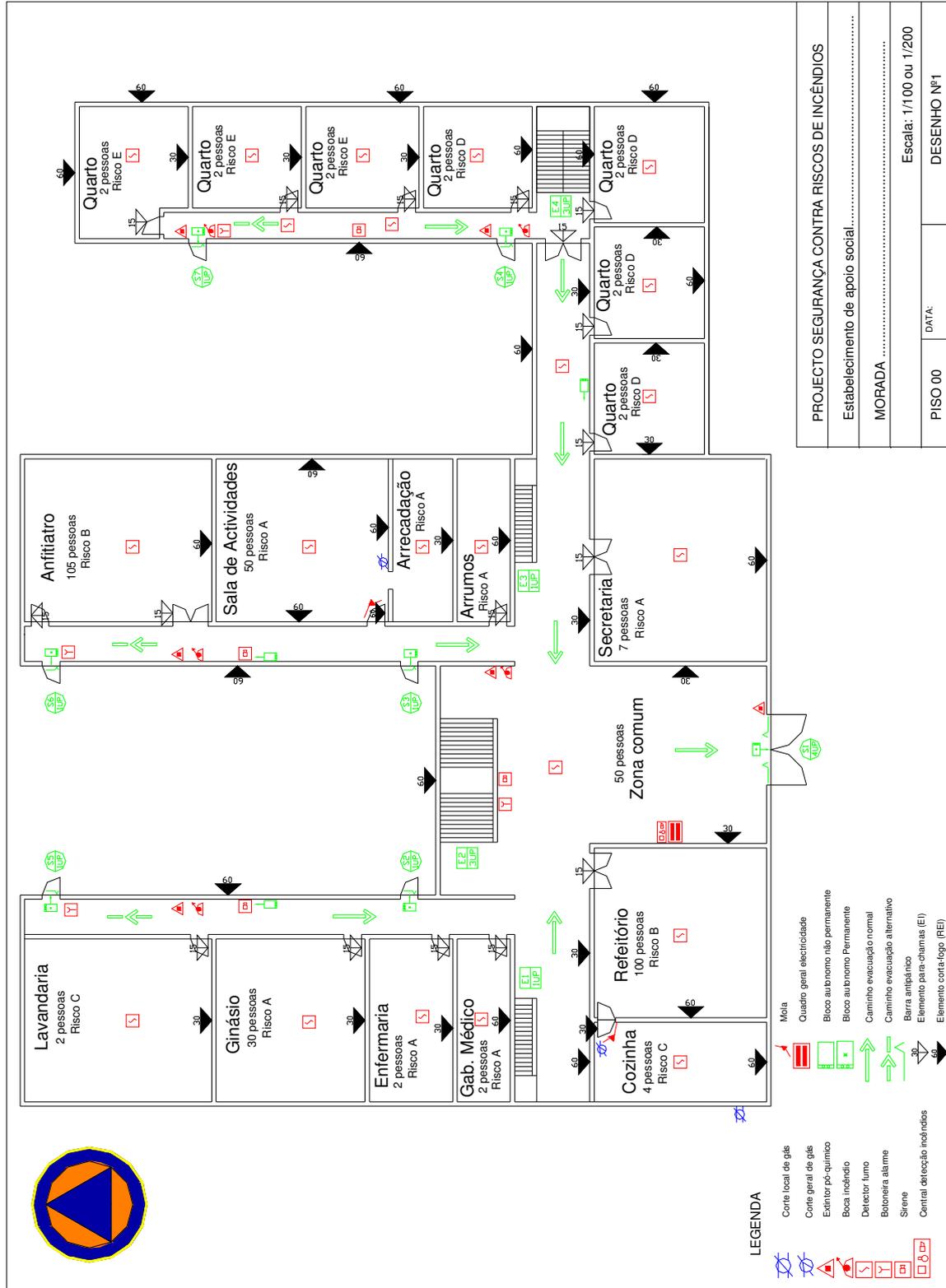
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



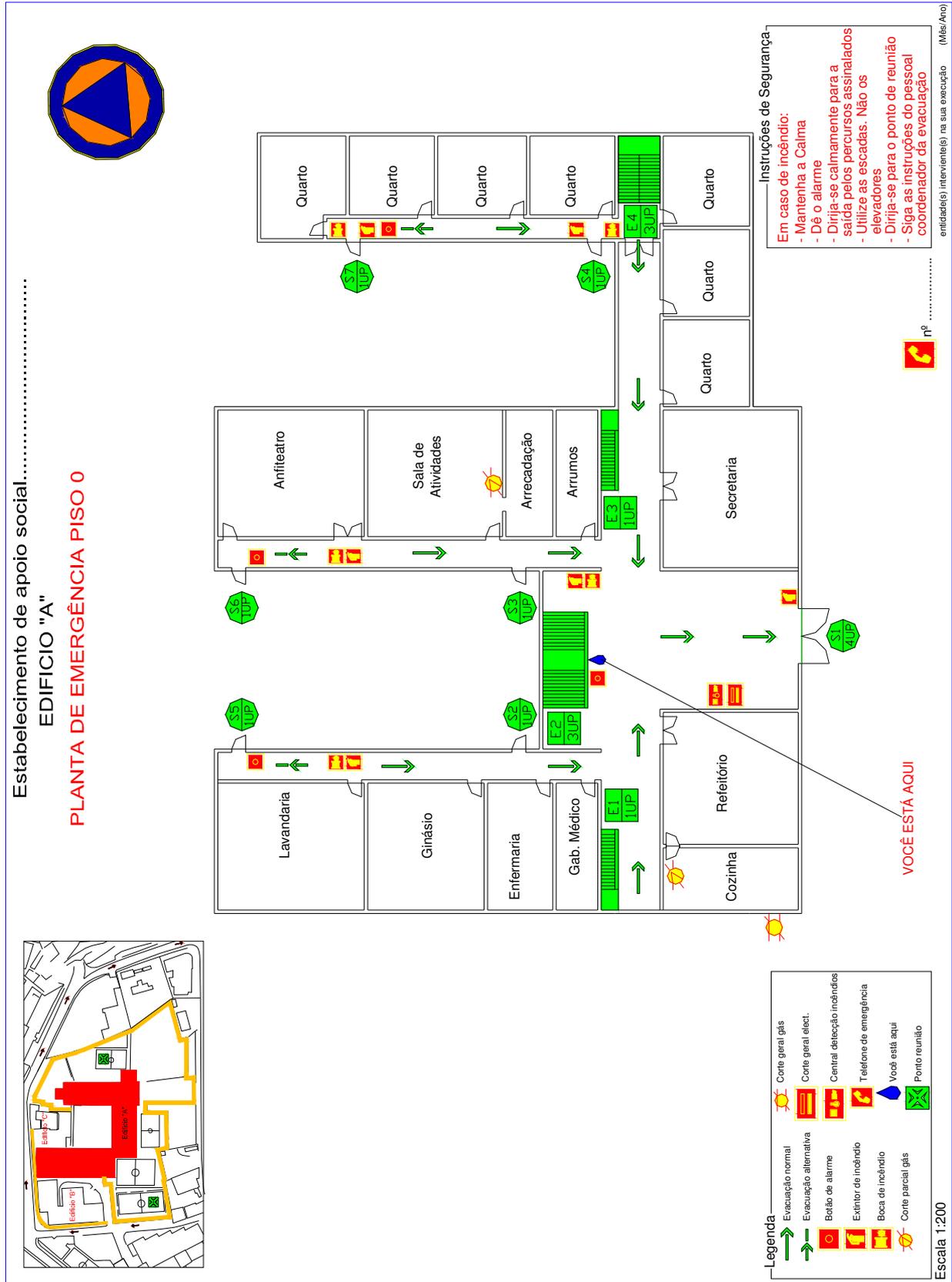
Planta de Projeto de Segurança Contra Incêndio



MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



Planta de Emergência





ORGANIZAÇÃO EM CASO DE EMERGÊNCIA

EVACUAÇÃO DO ESTABELECIMENTO

Evacuação do Estabelecimento significa transferir para o exterior, de forma planeada e para lugar seguro (ponto de concentração), um grupo de pessoas afetadas por uma emergência ou acidente grave.

QUANDO SE DEVE EVACUAR O ESTABELECIMENTO

Para evacuar o estabelecimento, basicamente, tem que haver um risco que provenha do interior do mesmo.

Exemplos:

- Incêndio.
- Explosão.
- Ameaça de Bomba.
- Fuga de Gás.

COMO PLANIFICAR A EVACUAÇÃO

Para planificar a evacuação, devemos ter em atenção as características intrínsecas a cada edifício e seus ocupantes (número e largura das saídas; localização das mesmas; número dos utentes; ocupantes que se encontrem limitados na mobilidade ou nas capacidades de perceção e reação a um alarme, etc...).

Com esta informação é possível determinar os pontos críticos do edifício, as saídas que se utilizarão bem como as zonas de concentração dos utentes do estabelecimento. As fichas abaixo indicadas servem de guia para a planificação de uma evacuação.

Fichas n.º 10 a 12

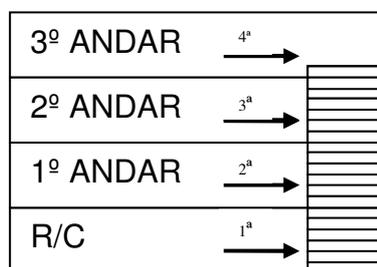
COMO EFETUAR A EVACUAÇÃO DO ESTABELECIMENTO

Quando se ouve o sinal de alarme procede-se à evacuação do estabelecimento. Os pisos serão evacuados por grupos. Como regra geral deverão ser evacuados os espaços/quartos mais próximos das escadas, sendo que os outros irão saindo sucessivamente. A classificação de cada via de evacuação será feita com critérios de proximidade e o número de pessoas a evacuar.

Os utentes sairão de forma ordenada, de maneira que os diferentes grupos não se confundam e congestionem os caminhos de evacuação, por exemplo:

ORDEM DE EVACUAÇÃO POR PISOS ⁽¹⁾

A evacuação começará pelo R/C. Simultaneamente, os ocupantes dos pisos superiores mobilizar-se-ão até às escadas mais próximas, de maneira ordenada, respeitando a prioridade dos quartos ou compartimentos anteriores e dos pisos inferiores.



TODOS DEVEM DIRIGIR-SE AO PONTO DE CONCENTRAÇÃO ⁽²⁾

⁽¹⁾ No caso do estabelecimento possuir sistema interno de som, poderá informar-se que o incidente começou em determinado piso, o qual deverá ser o primeiro a ser evacuado. Seguidamente serão evacuados os pisos superiores onde se produziu o incidente, e depois os pisos inferiores.

⁽²⁾ O ponto de concentração é o ponto para onde todos se irão dirigir. Neste ponto será efetuada a contagem/confirmação de todos os utentes e funcionários. O ponto de concentração terá de ser um lugar seguro.



ASPETOS A CONSIDERAR EM CASO DE EVACUAÇÃO:

- Utilizar as saídas normais e de emergência do estabelecimento.
- Se detetar um incêndio avisar imediatamente o 112.
- Não utilizar os elevadores nem monta-cargas.
- Quando soa o alarme, deixe o que está a fazer, saia depressa mas sem correr, e feche (se possível) as portas e janelas à medida que as vão deixando para trás.
- Todos deixarão os objetos pessoais e ninguém deve voltar atrás.
- Se a quantidade de fumo dificulta a nossa normal circulação, devemos «andar de gatas», pois o «ar fresco» encontra-se junto ao pavimento.
- Se a quantidade de fumo torna os caminhos de evacuação impraticáveis, devemos abrigarmo-nos, e manifestar a nossa presença junto às janelas. Deveremos cobrir todos os orifícios onde possa entrar o fumo, com panos ou peças de roupa de preferência molhadas.



ABRIGAR-SE

Abrigar-se significa encerrar-se num lugar seguro no interior do estabelecimento.

QUANDO DEVEMOS ABRIGAR

Basicamente, quando há riscos que provenham de fora do estabelecimento, tais como:

- Inundações.
- Um acidente químico.
- Um incêndio florestal.

COMO PLANIFICAR A SITUAÇÃO DE ABRIGAR EM CASO DE EMERGENCIA EXTERIOR

Para planificar a situação de abrigar, devemos fixar-nos nas características de cada edifício e conhecer as zonas mais protegidas do estabelecimento (sem janelas ou tão afastadas quanto seja possível do exterior).

COMO ABRIGAR-SE

ESPAÇOS MAIS PROTEGIDOS DO ESTABELECIMENTO (ANOTAR) :

Ver Ficha n.º 14

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



RECORDAR QUE EM CASO DE ABRIGO:

Quando for escutado o sinal de alarme de abrigo, devemos:

- Entrar no estabelecimento.
- Abrigarmo-nos nos quartos e/ou espaços que fiquem mais resguardados do exterior;
- Fechar as portas e janelas.
- Sintonizar a emissora de rádio pré definida.
- Não sair do estabelecimento até indicação contrária das autoridades.

INTER-RELAÇÃO ENTRE O PLANO DE EMERGÊNCIA DO ESTABELECIMENTO DE APOIO SOCIAL E O PLANO MUNICIPAL DE EMERGENCIA

Para efeitos de preenchimento da Ficha n.º 27, consultar a respetiva Câmara Municipal/Serviço Municipal de Proteção Civil, no âmbito dos Planos Municipais de Emergência

MECANISMOS DE INTER- RELAÇÃO ENTRE O PLANO DE EMERGÊNCIA DO ESTABELECIMENTO E O SISTEMA MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL:

AVISAR A :

TELF. :

Um incidente ou um acidente num estabelecimento de apoio social pode alterar ou ter repercussões na totalidade de um município (mobilização de recursos, serviços municipais, etc.).

O instrumento que visa garantir a segurança e a proteção dos cidadãos de um município é o respetivo plano municipal de emergência.



COLOCAÇÃO EM PRÁTICA DOS PLANOS

COMO FAZER PARA QUE OS PLANOS SEJAM EFICAZES

- Porque são necessários os simulacros
- Simulacro de evacuação
- Simulacro em caso de abrigo
- Simulacro - Informação
- Manutenção e atualização dos Planos

PORQUE SÃO NECESSÁRIOS OS SIMULACROS

Os simulacros são necessários para comprovar o bom funcionamento dos planos, bem como para criar hábitos de comportamento perante uma situação de emergência ou acidente grave.

Contudo, quando as características dos ocupantes inviabilizem a realização de exercícios de evacuação, devem ser realizados exercícios de quadros¹ que os substituam e reforçadas as medidas de segurança, designadamente nos domínios da vigilância do fogo e das instruções de segurança.

A realização periódica de simulacros é um precioso auxiliar no sentido de nos possibilitar:

- Conhecer bem o plano.
- Determinar as insuficiências.
- Determinar as medidas corretivas e os respetivos melhoramentos.
- Adquirir hábitos de prevenção e auto proteção.

¹ Pessoal auxiliar, enfermeiros, médicos
V1_MAIO_2012_UT V – Estabelecimentos de Apoio Social



CONSIDERAÇÕES NA HORA DE FAZER UM SIMULACRO

1. É importante manter em sigilo, para a generalidade da comunidade do estabelecimento de apoio social, o momento exato da realização do simulacro por forma a que o fator surpresa torne a “falsa” emergência o mais real possível. Não obstante isso:
 - Antes da realização do simulacro, o Responsável de Segurança deverá informar os familiares dos utentes, mas sem especificar o dia e a hora preconizadas para a realização do mesmo. O Serviço Municipal de Proteção Civil, os Bombeiros e a Polícia local devem estar informados da data e hora programadas.
 - Um dia antes, avisar todos os utentes e funcionários dos detalhes e dos objetivos do simulacro.
2. É essencial que o exercício se realize num dia normal, na situação de máxima ocupação do edifício ou edifícios do estabelecimento, e com a disposição habitual do mobiliário.
3. Os exercícios devem ser devidamente planeados, executados e avaliados, com a colaboração eventual do corpo de bombeiros em cuja área de atuação própria se situe o estabelecimento e de coordenadores ou de delegados da proteção civil;
4. A execução dos simulacros deve ser acompanhada por observadores que colaborarão na avaliação dos mesmos, tarefa que pode ser desenvolvida pelas entidades referidas na alínea anterior;
5. Os funcionários e colaboradores nomeados, explicarão as instruções que os utentes e restantes funcionários terão de seguir, e organizarão a estratégia do seu grupo distribuindo funções concretas, como fechar portas e janelas, controlar que não levem consigo objetos pessoais entre outras consideradas convenientes.



SIMULACRO DE EVACUAÇÃO DO ESTABELECIMENTO

CONSIDERAÇÕES A TER EM CONTA

1. Serão utilizadas as saídas habituais dos edifícios. Não se consideram saídas as janelas, as portas de terraços, os pátios interiores, etc., quando não proporcionem acesso direto ao exterior do edifício.
2. Se existem escadas ou saídas de emergência, serão utilizadas para comprovar a sua acessibilidade e bom funcionamento.
3. As portas e janelas devem ser fechadas, já que em caso de incêndio real as correntes de ar favorecem a propagação do fogo.
4. Não deverão ser utilizados os elevadores nem monta-cargas.
5. Informar o Serviço Municipal de Proteção Civil, a Corporação de Bombeiros e a PSP locais, da realização do simulacro.

INSTRUÇÕES PARA REALIZAÇÃO DO SIMULACRO EVACUAÇÃO DO ESTABELECIMENTO

- a) Deverá ser remetida ao SRPC, IP-RAM e a todas as entidades intervenientes no simulacro, a Ficha n.º 28, “PREPARAÇÃO DO SIMULACRO” com a antecedência mínima de 2 (duas) semanas.
- b) No início do exercício deve ser emitido o sinal de alarme estabelecido, de acordo com o equipamento disponível no estabelecimento. Este sinal deverá ter a duração da evacuação do(s) edifício(s).
- c) Para evacuar os pisos de forma ordenada, seguem-se os seguintes critérios:
 - i. Ao ouvir o sinal de início do simulacro, inicia-se a evacuação do edifício, com preferência para o R/CH.
 - ii. Simultaneamente, os utentes dos pisos superiores sairão da forma ordenada e estabelecida, pelas escadas. Descerão respeitando a prioridade dos pisos inferiores.
 - iii. A evacuação de cada piso far-se-á em grupos, sairão em primeiro lugar os quartos ou espaços mais perto das escadas, ordenadamente, sem empurrões.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



- iv. Se o simulacro estabelece o início do incêndio no piso “x”, então o piso “x” é o primeiro a ser evacuado.
- d) Se houver necessidade, dar a cada escada ou saída de piso uma designação e afetar os quartos e restantes compartimentos, seguindo critérios de proximidade e de ocupação.
- e) Para haver variações no exercício, podem-se planear as hipóteses de uma das saídas para o exterior do R/C encontrar-se bloqueada e só podem ser usadas outras existentes no edifício.
- f) Os agentes de segurança nomeados para o efeito têm que se responsabilizar por controlar os movimentos dos utentes que tenham a seu cargo e dirigi-los para as escadas e saídas estabelecidas, seguindo as instruções do coordenador/a geral e dos coordenadores/as de piso.
- g) Colocar um observador em cada saída de piso e na(s) saída(s) para o exterior do edifício, para controlar o tempo de evacuação.
- h) Após o exercício realizar uma reunião de avaliação-evolução do mesmo. O Responsável de Segurança do estabelecimento relatará a informação segundo o modelo constante da Ficha n.º 29.

SIMULACRO EM CASO DE ABRIGO

CONSIDERAÇÕES A TER EM CONTA

1. No início do exercício deve ser emitido o sinal de alarme estabelecido, obrigatoriamente diferente do de evacuação. Este sinal deverá ter a duração compatível com tempo necessário à situação de abrigar-se no(s) edifício(s).
2. Fechar as portas e as janelas, já que a maioria dos casos em que é necessário o abrigo, o risco provém do exterior.
3. Não usar os elevadores nem os monta-cargas.
4. Informar as autoridades externas (Serviço Municipal de Proteção Civil, Corporação de Bombeiros e PSP locais) da realização do simulacro.



CONSELHOS PERANTE AMEAÇA DE BOMBA

AMEAÇA DE BOMBA

As ameaças de bomba acontecem normalmente através de telefone ou centro de comunicações do estabelecimento de apoio social.

QUE FAZER?

Se receber uma ameaça de bomba:

- Não perca a calma e fale com voz pausada. É necessário que a sua conversação com o comunicante seja clara, para poder obter a maior informação possível;
- Tente com que o comunicante responda às 7 perguntas do questionário “Dados a recolher perante uma ameaça de bomba” (ver Ficha n.º 22) ;
- Desligada a comunicação, reflita calmamente e tente marcar com uma cruz no citado questionário: como era a “voz da pessoa que chamou” , “ruídos de fundo”, “linguagem da ameaça”, “sexo da pessoa que chamou”, “duração da chamada”, “hora e data” ;
- Comunique ao Responsável de Segurança / Delegado de Segurança;
- Ligue ao 112 e comunique a situação bem como os dados que tenha obtido;
- No caso de evacuação do estabelecimento de apoio social, esta deverá começar pelas zonas mais perto do lugar onde se supõe que esteja colocada a bomba, seguida dos pisos situados por cima do referido local;
- A evacuação deverá ser efetuada de forma ordenada, seguindo as vias e saídas de emergência adequadas e em direção ao ponto de concentração;
- Uma vez evacuado o estabelecimento, não se deve voltar a entrar, sem autorização prévia das autoridades competentes.



FASCÍCULO II : TERMINOLOGIA E CONCEITOS

Para efeitos de aplicação do presente documento, deverão ser considerados os conceitos e terminologia seguintes:

LAR DE IDOSOS: Resposta social, desenvolvida em equipamento, destinada ao alojamento coletivo, de utilização temporária ou permanente, para pessoas idosas ou outras em situação de maior risco de perda de independência e/ou de autonomia.

RESIDÊNCIAS: Resposta social, desenvolvida em equipamento, constituída por um conjunto de apartamentos com espaços e/ou serviços de utilização comum, para pessoas idosas, ou outras, com autonomia total ou parcial.

CENTRO DE NOITE: Resposta social, desenvolvida em equipamento, que tem por finalidade o acolhimento noturno, prioritariamente para pessoas idosas com autonomia que, por vivenciarem situações de solidão, isolamento ou insegurança necessitam de suporte de acompanhamento durante a noite.

CENTRO DE DIA: Resposta social, desenvolvida em equipamento, que presta um conjunto de serviços que contribuem para a manutenção das pessoas idosas no seu meio sócio-familiar.

CENTRO DE CONVÍVIO: Resposta social, desenvolvida em equipamento, de apoio a atividades sócio-recreativas e culturais, organizadas e dinamizadas com participação ativa das pessoas idosas de uma comunidade.

EFETIVO: Número máximo de pessoas estimado para ocuparem em simultâneo, um dado espaço / local de um edifício ou recinto.

O efetivo total do(s) edifício(s) ou recinto(s) é o somatório dos efetivos de todos os seus espaços suscetíveis de ocupação.

A determinação do efetivo (calculado do efetivo) deve ser efetuada de acordo com os critérios seguintes :

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



a) **Com base na capacidade instalada dos diferentes espaços** - Número de lugares fixos em quartos, de salas de aula/ensino; auditórios; salas de reunião; salas de leitura; salas de espetáculos, recintos desportivos, auditórios e locais de culto religioso.

b) **Com base nos índices de ocupação dos diferentes espaços:**

b.1) Medidos em pessoas por metro quadrado, em função da sua finalidade e reportados à área útil, devendo ser considerados os valores (arredondados para o inteiro superior) resultantes da aplicação dos índices constantes do Quadro I abaixo :

QUADRO I

Número de ocupantes por unidade de área em função do uso dos espaços

Espaços	Índices «pessoas/m ² »
Balneários e vestiários exclusivos para funcionários ...	0,30
Bares «zona de consumo com lugares em pé»	2,00
Espaços reservados a lugares de pé, em edifícios, tendas ou estruturas insufláveis, de salas de conferências, de reunião e de espetáculos, de recintos desportivos “galerias, terraços e zonas de peão”, auditórios ou de locais de culto religioso.....	3,00
Gabinetes de consulta e bancos de urgência.....	0,30
Gabinetes de escritório.....	0,10
Salas de convívio, refeitórios e zonas de restauração e bebidas com lugares sentados, permanentes ou eventuais, com ou sem espetáculo.....	1,00
Salas de diagnóstico e terapêutica.....	0,20
Salas de escritório e secretarias.....	0,20
Salas de espera de exames e de consultas.....	1,00
Salas de intervenção cirúrgica e de partos.....	0,10
Salas de reunião, de estudo e de leitura sem lugares fixos ou salas de estar	0,50
Zona de atividades (gimnodesportivos)	0,15

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



b.2) Medidos em pessoas por unidade de comprimento, devendo ser considerados os valores (arredondados para o inteiro superior) resultantes da aplicação dos índices constantes do Quadro II.

QUADRO II

Número de ocupantes por unidade de comprimento

Espaços	Índices
Espaços com lugares sentados não individualizados de salas de conferências, de reunião e de espetáculos, de recintos desportivos e de locais de culto religioso.	Duas pessoas por metro de banco ou bancada.
Espaços reservados a lugares de pé numa única frente de salas de conferências, de reunião e de espetáculos, de recintos desportivos e de locais de culto religioso.	Cinco pessoas por metro de frente.

Notas :

1. - O efetivo a considerar nos locais de dormida é o número de ocupantes em camas, enquanto que nos locais destinados a doentes acamados (onde há visitas) é de 3,2 o número de lugares reservados.
2. – Para efeito de dimensionamento dos caminhos de evacuação e saídas, o efetivo de pessoas limitadas na mobilidade ou nas capacidades de perceção e reação a um alarme, obtido com base no disposto anteriormente, deve ser corrigido pelo fator 1,3.
3. Em situações especiais e devidamente fundamentadas (ver fundamento constante do Artigo 292.º da Portaria n.º 1532/2008 de 29 de dezembro), o efetivo a considerar para alguns locais - **Efetivo Declarado** - poderá ser diferente (maior ou menor) do efetivo determinado com base nos critérios anteriores, sendo que para tal, torna-se necessário o preenchimento e assinatura pelo Responsável pela Segurança, da Ficha n.º 20 do Fascículo III do presente documento.

Note-se que os requisitos legais exigíveis, nomeadamente o n.º e largura das saídas (UP), devem ser devidamente assegurados.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA

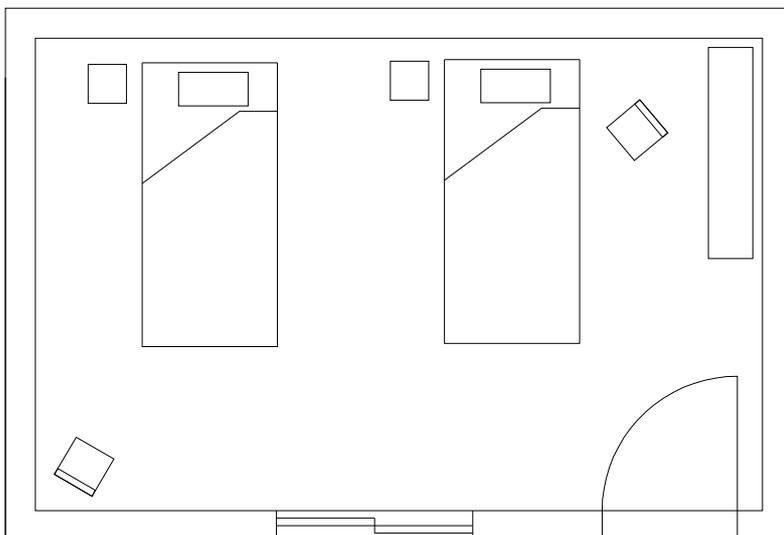


Qualquer alteração, seja do Responsável pela Segurança, seja das situações especiais atrás mencionadas, requer a imediata atualização da Ficha n.º 20, e respetivo envio ao Serviço Regional de Proteção Civil, IP-RAM.

4. - Nas situações em que, numa mesma utilização - tipo, existam locais distintos que sejam ocupados pelas mesmas pessoas em horários diferentes, o efetivo total a considerar pode ter em conta que esses efetivos parciais não coexistam em simultâneo.
5. - Para uma maior pormenorização e complemento ao exposto relativamente a este item deve ser consultada a Portaria nº 1532/2008 de 29 de dezembro, nomeadamente o seu artigo 51.º e seguintes.

Exemplos de Aplicação:

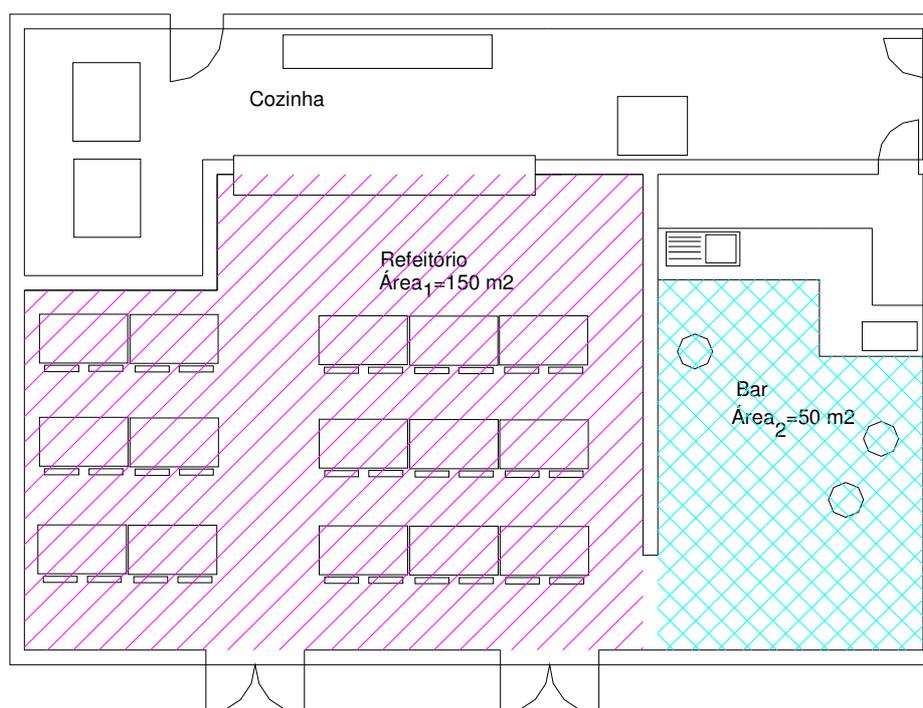
1.- Quarto para dois acamados com visitas:



Para o cálculo do efetivo, de acordo com a nota n.º 1, multiplicamos 3,2 pelo número de camas com acamados, ou seja:

$$\text{Efetivo} = 3,2 \times 2 = 6,4 = 6 \text{ pessoas}$$

2.- Refeitório e Bar :



Área ₁ - Área do refeitório com lugares sentados = 150 m²

Do Quadro I da alínea b), retiramos que o Índice da Área ₁ = 1,0 p/m², pelo que :

$$\text{Efetivo}_1 = 150 \text{ (m}^2\text{)} \times 1,0 \text{ (p/m}^2\text{)} = 150 \text{ p}$$

Área ₂ - Área do bar/consumo com lugares em pé = 50 m²

Do Quadro I da alínea b), retiramos que o Índice da Área ₂ = 2,0 p/m², pelo que :

$$\text{Efetivo}_2 = 50 \text{ (m}^2\text{)} \times 2,0 \text{ (p/m}^2\text{)} = 100 \text{ p}$$

donde :

$$\text{Efetivo do Refeitório e Bar} = 150 \text{ p} + 100 \text{ p} = 250 \text{ p}$$

CLASSIFICAÇÃO DOS LOCAIS DOS EDIFÍCIOS E RECINTOS:

LOCAL DE RISCO “A” : Local / Compartimento não apresentando riscos especiais, no qual se verifiquem simultaneamente as seguintes condições:

- O efetivo total não exceda 100 pessoas;
- O efetivo de público não exceda 50 pessoas;
- Mais de 90% dos ocupantes não se encontrem limitados na mobilidade ou nas capacidades de perceção e reação a um alarme;

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



- As atividades nele exercidas ou os produtos, materiais e equipamentos que contém não envolvam riscos agravados de incêndio.

LOCAL DE RISCO “B”: Local acessível a público ou ao pessoal afeto ao estabelecimento, com um efetivo total superior a 100 pessoas ou um efetivo de público superior a 50 pessoas, no qual se verifiquem simultaneamente as seguintes condições:

- Mais de 90% dos ocupantes não se encontrem limitados na mobilidade ou nas capacidades de perceção e reação a um alarme;
- As atividades nele exercidas ou os produtos, materiais e equipamentos que contém não envolvam riscos agravados de incêndio.

LOCAL DE RISCO “C”: Local que apresenta riscos agravados de eclosão e de desenvolvimento de incêndio devido, quer às atividades nele desenvolvidas, quer às características dos produtos, materiais ou equipamentos nele existentes, designadamente à carga de incêndio.

Os locais de risco C, referidos na alínea c) do n.º 1 do Decreto-Lei n.º 220/2008, compreendem, designadamente:

a) Oficinas de manutenção e reparação onde se verifique qualquer das seguintes condições:

i) Sejam destinadas a carpintaria;

ii) Sejam utilizadas chamas nuas, aparelhos envolvendo projeção de faíscas ou elementos incandescentes em contacto com o ar associados à presença de materiais facilmente inflamáveis;

b) Centrais de desinfeção e esterilização em que seja utilizado óxido de acetileno;

c) As centrais e os depósitos de recipientes portáteis, fixos ou móveis de gases medicinais com capacidade total superior a 100 l;

d) Farmácias, laboratórios, oficinas e outros locais onde sejam produzidos, depositados, armazenados ou manipulados líquidos inflamáveis em quantidade superior a 10 l;

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



- e) Cozinhas em que sejam instalados aparelhos, ou grupos de aparelhos, para confeção de alimentos ou sua conservação, com potência total útil superior a 20 kW, com exceção das incluídas no interior das habitações;
- f) Locais de confeção de alimentos que recorram a combustíveis sólidos;
- g) Lavandarias e rouparias com área superior a 50 m² em que sejam instalados aparelhos, ou grupos de aparelhos, para lavagem, secagem ou engomagem, com potência total útil superior a 20 kW;
- h) Instalações de frio para conservação cujos aparelhos possuam potência total útil superior a 70 kW;
- i) Arquivos, depósitos, armazéns e arrecadações de produtos ou material diverso com volume superior a 100 m³;
- j) Locais de recolha de contentores ou de compactadores de lixo com capacidade total superior a 10 m³;
- l) Locais afetos a serviços técnicos em que sejam instalados equipamentos elétricos, eletromecânicos ou térmicos com potência total superior a 70 kW, ou armazenados combustíveis;
- m) Centrais de incineração;
- n) Locais cobertos de estacionamento de veículos com área compreendida entre 50 m² e 200 m², com exceção dos estacionamentos individuais, em edifícios destinados à utilização - tipo referida na alínea a) do n.º 1 do artigo 8.º;
- o) Outros locais que possuam uma densidade de carga de incêndio modificada superior a 1000 MJ/m² de área útil, associada à presença de materiais facilmente inflamáveis e, ainda, os que comportem riscos de explosão.

É interdita a utilização ou o depósito de líquidos ou gases combustíveis, em qualquer quantidade, em:

- a) Vias de evacuação, horizontais e verticais;
- b) Locais de risco D, exceto para o caso de líquidos inflamáveis na quantidade exclusivamente necessária a um dia de atividade de cada local;

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



c) Locais de risco E e F.

LOCAL DE RISCO “D”: Local de um estabelecimento com permanência de pessoas acamadas ou destinado a receber crianças com idade inferior a seis anos ou pessoas limitadas na mobilidade ou nas capacidades de perceção e reação a um alarme.

São considerados locais de risco D, os seguintes:

- a) - Internamento;
- b) – Cuidados especiais;
- c) – Fisioterapia;
- d) – Quartos ou grupos desses quartos e respetivas circulações horizontais exclusivas;
- e) Enfermarias ou grupo de enfermarias e respetivas circulações horizontais exclusivas;
- f) Salas de estar, de refeições e de outras atividades ou grupos dessas salas e respetivas circulações horizontais exclusivas, destinadas a pessoas idosas.

Os espaços de alojamento de idosos destinados a pessoas cuja mobilidade ou capacidades de perceção e reação a um alarme sejam limitadas, devem situar-se preferencialmente no piso de saída para o exterior do edifício.

LOCAL DE RISCO “E”: Local de um estabelecimento destinado a dormida, em que as pessoas não apresentem as limitações indicadas nos locais de risco D.

LOCAL DE RISCO “F”: Local que possua meios e sistemas essenciais à continuidade de atividades sociais relevantes, nomeadamente os centros nevrálgicos de comunicação, comando e controlo.

São considerados locais de risco F, os seguintes:

- a) Posto de segurança, em estabelecimentos das 3^a e 4^a categorias de risco;
- b) Instalações de centrais de bombagem.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



UTILIZAÇÃO-TIPO (UT): classificação do uso dominante de qualquer edifício ou recinto, incluindo os estacionamento, os diversos tipos de estabelecimentos que recebem público, os industriais, oficinas e armazéns, em conformidade com o disposto no artigo 8.º do Decreto-Lei n.º 220/2008, de 12 de novembro.

O Decreto-Lei n.º 220/2008 de 12 de novembro no artigo 8.º, caracteriza os edifícios e recintos em 12 utilizações-tipo (UT): UT I «habitação», UT II «estacionamento», UT III «administrativos», UT IV «escolares», UT V «hospitais e lares de idosos», UT VI «espetáculos e reuniões públicas», UT VII «hoteleiros e restauração», UT VIII «comerciais e gares de transporte», UT IX «desportivos e de lazer», UT X «museus e galerias de arte», UT XI «bibliotecas e arquivos» e UT XII «industriais, oficinas e armazéns». Destes, destacamos:

Utilização - tipo II - «estacionamento», corresponde a edifícios ou partes de edifícios destinados exclusivamente à recolha de veículos e seus reboques, fora da via pública, ou recintos delimitados ao ar livre, para o mesmo fim;

Utilização - tipo V - «Hospitais e lares de idosos», corresponde a edifícios ou partes de edifícios recebendo público, destinados à execução de ações de diagnóstico ou à prestação de cuidados na área da saúde, com ou sem internamento, ao apoio a pessoas idosas ou com condicionalismos decorrentes de fatores de natureza física ou psíquica, ou onde se desenvolvam atividades dedicadas a essas pessoas, nomeadamente hospitais, clínicas, consultórios, policlínicas, dispensários médicos, centros de saúde, de diagnóstico, de enfermagem, de hemodiálise ou de fisioterapia, laboratórios de análises clínicas, bem como lares, albergues, residências, centros de abrigo e centros de dia com atividades destinadas à terceira idade;

Utilização - tipo IX - «desportivos e de lazer», corresponde a edifícios, partes de edifícios e recintos, recebendo ou não público, destinados a atividades desportivas e de lazer, nomeadamente estádios, picadeiros, hipódromos, velódromos, autódromos, motódromos, kartódromos, campos de jogos, parques de campismo e caravanismo, pavilhões desportivos, piscinas, parques aquáticos, pistas de patinagem, ginásios e saunas.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



Atendendo ao seu uso, os edifícios e recintos podem ser de utilização exclusiva, quando integrem uma única utilização - tipo, ou de utilização mista, quando integrem diversas utilizações-tipo, e devem respeitar as condições técnicas gerais e específicas definidas para cada utilização - tipo.

Aos espaços integrados numa dada utilização - tipo, nas condições a seguir indicadas, aplicam-se as disposições gerais e as específicas da utilização - tipo onde se inserem, não sendo aplicáveis quaisquer outras:

a) Espaços onde se desenvolvam atividades administrativas, de arquivo documental e de armazenamento necessários ao funcionamento das entidades que exploram as utilizações-tipo IV a XII, desde que sejam geridos sob a sua responsabilidade, não estejam normalmente acessíveis ao público e cada um desses espaços não possua uma área bruta superior a:

i) 10 % da área bruta afeta às utilizações-tipo IV a VII, IX e XI;

ii) 20 % da área bruta afeta às utilizações-tipo VIII, X e XII;

b) Espaços de reunião, culto religioso, conferências e palestras, ou onde se possam ministrar ações de formação, desenvolver atividades desportivas ou de lazer e, ainda, os estabelecimentos de restauração e bebidas, desde que esses espaços sejam geridos sob a responsabilidade das entidades exploradoras de utilizações-tipo III a XII e o seu efetivo não seja superior a 200 pessoas, em edifícios, ou a 1000 pessoas, ao ar livre;

c) Espaços comerciais, oficinas, de bibliotecas e de exposição, bem como os postos médicos, de socorros e de enfermagem, desde que sejam geridos sob a responsabilidade das entidades exploradoras de utilizações-tipo III a XII e possuam uma área útil não superior a 200 m².

CATEGORIAS DE RISCO

O Decreto-Lei n.º 220/2008 de 12 de novembro no artigo 12.º refere que as utilizações-tipo dos edifícios e recintos em matéria de risco de incêndio podem ser da 1.ª, 2.ª, 3.ª e 4.ª categorias de risco sendo respetivamente de risco reduzido, risco moderado, risco elevado e risco muito elevado.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



São fatores de risco para a UT II o espaço coberto ou ao ar livre, altura da UT, número de pisos abaixo do plano de referência e a área bruta, de acordo com a Tabela 1.

São fatores de risco para a UT V a altura da UT, o efetivo, efetivo em locais de risco D e, apenas para a 1.^a categoria, saída independente direta ao exterior de locais de risco D, ao nível do plano de referência, de acordo com a Tabela 2.

São fatores de risco para a UT IX o espaço coberto ou ao ar livre, altura da UT, número de pisos abaixo do plano de referência e efetivo, de acordo com a Tabela 3.

Categoria	Critérios referentes à UT II “Estacionamentos” quando integrada em edifício			Ao ar livre
	Altura da UT II	Área ocupada pela UT II (m ²)	Número de pisos ocupados pela UT II abaixo do plano de referência	
1. ^a	-			Sim
	≤ 9 m	≤ 3200	≤ 1	Não
2. ^a	≤ 28 m	≤ 9600	≤ 1	Não
3. ^a	≤ 28 m	≤ 32000	≤ 2	Não
4. ^a	> 28 m	> 32000	> 2	Não

Tabela 1 – Critérios de risco referentes à utilização-tipo II

Categoria	Critérios referentes à UT V “Hospitalares e lares de idosos”			Locais de risco D ou E com saídas independentes diretas ao exterior no plano de referência
	Altura da UT V	Efetivo da UT V		
		Efetivo	Efetivo em locais de risco D ou E	
1. ^a	≤ 9 m	≤ 100	≤ 25	Aplicável
2. ^a	≤ 9 m	(*) ≤ 500	≤ 100	Não aplicável
3. ^a	≤ 28 m	(*) ≤ 1500	≤ 400	Não aplicável
4. ^a	> 28 m	> 1500	> 400	Não aplicável

(*) Nas UT V, onde não existam locais de risco D ou E, os limites máximos do efetivo das 2.^a e 3.^a categorias de risco podem aumentar em 50%

Tabela 2 – Critérios de risco referentes à utilização-tipo V.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



Categoria	Critérios referentes à UT IX «Desportivos e Lazer»			Ao ar livre
	Altura da UT IX	Número de pisos ocupados pela UT IX abaixo do plano de referência	Efetivo da UT IX	Efetivo da UT IX
1. ^a	-			≤ 1000
	≤ 9 m	0	≤ 100	-
2. ^a	-			≤ 15000
	≤ 28 m	≤ 1	≤ 1000	-
3. ^a	-			≤ 40000
	≤ 28 m	≤ 2	≤ 5000	-
4. ^a	-			> 40000
	> 28 m	> 2	> 5000	-

Tabela 3 – Critérios de risco referentes à utilização-tipo IX

Para outras UT, consultar o Anexo III do Decreto-Lei n.º 220/2008 de 12 de novembro.

O artigo 13.º do Decreto-Lei n.º 220/2008 de 12 de novembro, refere que a categoria de risco de cada uma das UT é a mais baixa que satisfaça integralmente os critérios indicados nas respetivas tabelas (Tabela 1 a 3).

É atribuída a categoria de risco superior a uma dada UT, sempre que for excedido um dos valores da classificação na categoria de risco.

Na UT V, onde não existam locais de risco D, os limites máximos do efetivo das 2.^a e 3.^a categorias de risco podem aumentar em 50%.

No caso de estabelecimentos com uma única UT distribuída por vários edifícios independentes, a categoria de risco é atribuída a cada edifício e não ao seu conjunto.

ALTURA (de um edifício): Diferença de cota entre o piso mais desfavorável suscetível de ocupação e o plano de referência. Quando o último piso coberto for exclusivamente destinado a instalações e equipamentos que apenas impliquem a presença de pessoas para fins de manutenção e reparação, tal piso não entra no cômputo da altura do edifício. O mesmo sucede se o piso for destinado a arrecadações cuja utilização implique apenas visitas episódicas de pessoas.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



Aos edifícios constituídos por corpos de alturas diferentes são aplicáveis as disposições correspondentes ao corpo de maior altura, excetuando-se os casos em que os corpos de menor altura forem independentes dos restantes.

Os edifícios classificam-se consoante a sua altura conforme a tabela seguinte:

Classificação	Pequena	Média	Grande	Muito grande
Altura (H)	$H \leq 9$ m	$9 \text{ m} < H \leq 28$ m	$28 \text{ m} < H \leq 50$ m	$H > 50$ m

ALTURA (de uma utilização tipo): Diferença de cota entre o piso mais desfavorável dessa utilização tipo suscetível de ocupação, e o plano de referência.

PLANO DE REFERÊNCIA: Plano de nível, à cota de pavimento do acesso destinado às viaturas de socorro, medida na perpendicular a um vão de saída direta para o exterior do edifício. No caso de existirem dois ou mais planos de referência, por exemplo, principal e tardoz, será considerado o mais favorável para as operações dos bombeiros, isto é, o de menor cota para os edifícios com pisos total ou parcialmente enterrados e o de maior cota para os restantes.

VIA DE ACESSO: Via exterior, pública ou com ligação à via pública, donde seja possível aos bombeiros lançar eficazmente as operações de salvamento de pessoas e de combate ao incêndio, a partir do exterior ou pelo interior de edifícios recorrendo a caminhos de evacuação (horizontais ou verticais).

COMPARTIMENTO CORTA-FOGO: Parte de um edifício, compreendendo um ou mais espaços, divisões ou pisos, delimitada por elementos de construção a que se exige resistência ao fogo adequada por forma a, durante um período de tempo determinado, garantir a sua proteção ou impedir a propagação do incêndio ao resto do edifício ou, ainda, a fracionar a carga de incêndio.

BARRA ANTI-PÂNICO: Dispositivo mecânico instalado numa porta que permita, em caso de evacuação de emergência, a sua fácil abertura por mera pressão do corpo do utilizador, sem que tenha que recorrer às suas mãos.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



CAMINHO DE EVACUAÇÃO (ou caminho de fuga) – percurso entre qualquer ponto, suscetível de ocupação, num recinto ou num edifício até uma zona de segurança exterior, compreendendo, em geral, um percurso inicial no local de permanência e outro nas vias de evacuação.

CAPACIDADE DE EVACUAÇÃO DE UMA SAÍDA – número máximo de pessoas que podem passar através dessa saída por unidade de tempo.

DISTÂNCIA DE EVACUAÇÃO – comprimento a percorrer num caminho de evacuação até se atingir uma via de evacuação protegida, uma zona de segurança ou uma zona de refúgio.

ALARME – sinal sonoro e/ou luminoso, para aviso e informação de ocorrência de uma situação anormal ou de emergência, acionado por uma pessoa ou por um dispositivo ou sistema automático.

ALARME GERAL – alarme emitido para difundir o aviso de evacuação à totalidade dos ocupantes de um edifício ou de um estabelecimento. Nos locais onde existam pessoas limitadas na mobilidade ou na capacidade de perceção e reação a um alarme, destina-se também a desencadear as operações destinadas a apoiar a evacuação das referidas pessoas com limitações.

ALARME LOCAL – alarme que tem por destinatários apenas os ocupantes de um espaço limitado de um edifício ou de um estabelecimento e o pessoal afeto à segurança.

ALARME RESTRITO – alarme emitido exclusivamente para aviso de uma situação de incêndio, ao pessoal afeto à segurança de um edifício ou de um estabelecimento.

ALERTA – mensagem transmitida aos meios de socorro, que devem intervir num edifício, estabelecimento ou parque de estacionamento, em caso de incêndio, nomeadamente os bombeiros.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



SISTEMA AUTOMÁTICO DE DETEÇÃO E ALARME DE INCÊNDIO – sistema de alarme constituído por central de sinalização e comando, detetores automáticos de incêndio, botões para acionamento manual do alarme e meios difusores de alarme. Este sistema, numa situação de alarme de incêndios, também pode desencadear automaticamente outras ações, nomeadamente o alerta e o comando de dispositivos, sistemas ou equipamentos.

SISTEMA DE ALARME DE INCÊNDIO – conjunto de componentes que dão um alarme de incêndio, sonoro e/ou visual ou qualquer outro, podendo também iniciar qualquer outra ação.

HIDRANTE – equipamento permanentemente ligado a uma tubagem de distribuição de água à pressão, dispondo de órgãos de comando e uma ou mais saídas, destinado à extinção de incêndios ou ao reabastecimento de veículos de combate a incêndios. Os hidrantes podem ser de dois tipos: marco de incêndio ou boca de incêndio (de parede ou de pavimento).

MARCO DE INCÊNDIO – hidrante, normalmente instalado na rede pública de abastecimento de água, dispondo de várias saídas, destinado a reabastecer os veículos de combate a incêndios. Trata-se, portanto, de um meio de apoio às operações de combate a um incêndio por parte dos bombeiros.

RESPONSÁVEL PELA SEGURANÇA – órgão ou pessoa dirigente hierárquico máximo da entidade responsável pelo cumprimento permanente das medidas de segurança contra incêndios num edifício, estabelecimento, recinto ou parque de estacionamento. No caso de estabelecimentos ou de parques de estacionamento integrados em edifícios de ocupação múltipla, o responsável pela segurança dos espaços comuns do edifício é o órgão de administração do edifício. No caso de espaços de habitação essa responsabilidade compete aos proprietários dos fogos e, nos espaços comuns ao órgão de administração do edifício.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



DELEGADO DE SEGURANÇA – pessoa designada, pelo responsável de segurança de um dada entidade, para dirigir e coordenar as medidas de autoproteção dessa entidade, na área da segurança contra incêndios.

PLANTA DE EMERGÊNCIA – peça desenhada esquemática, referente a um dado espaço com a representação dos caminhos de evacuação e dos meios a utilizar em caso de incêndio, contendo ainda as instruções gerais de segurança aplicáveis a esse espaço. Deve estar conforme a NP 4386.

POSTO DE SEGURANÇA – local, permanentemente vigiado, dum edifício onde é possível controlar todos os sistemas de vigilância e de segurança, os meios de alerta e de comunicação interna, bem como os comandos a acionar em situação de emergência.

UNIDADE DE PASSAGEM (UP) – unidade teórica utilizada na avaliação da largura necessária à passagem de pessoas no decurso da evacuação. A correspondência em unidades métricas, arredondada por defeito para o número inteiro mais próximo, é a seguinte:

1 UP = 0,9 m; 2 UP = 1,4 m; n UP = n x 0,6 m (para n>2)

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

1 - A autoproteção e a gestão de segurança contra incêndios em edifícios (SCIE) e recintos, durante a exploração ou utilização dos mesmos, para efeitos de aplicação do Decreto-Lei n.º 220/2008 de 12 de novembro, baseiam-se nas seguintes medidas:

- a) Medidas preventivas, que tomam a forma de procedimentos de prevenção ou planos de prevenção, conforme a categoria de risco;
- b) Medidas de intervenção em caso de incêndio, que tomam a forma de procedimentos de emergência ou de planos de emergência interno, conforme a categoria de risco;

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



c) Registo de segurança onde devem constar os relatórios de vistoria ou inspeção, e relação de todas as ações de manutenção e ocorrências direta ou indiretamente relacionadas com a SCIE;

d) Formação em SCIE, sob a forma de ações destinadas a todos os funcionários e colaboradores das entidades exploradoras, ou de formação específica, destinada aos delegados de segurança e outros elementos que lidam com situações de maior risco de incêndio;

e) Simulacros, para teste do plano de emergência interno e treino dos ocupantes com vista a criação de rotinas de comportamento e aperfeiçoamento de procedimentos.

2 - O plano de segurança interno é constituído pelo plano de prevenção, pelo plano de emergência interno e pelos registos de segurança.

3 - Os simulacros de incêndio são realizados com a periodicidade definida no regulamento técnico e indicada na Tabela 6.

4 - As medidas de autoproteção respeitantes a cada UT são as indicadas na Tabela 4, Tabela 4 de acordo com a respetiva categoria de risco definidas no regulamento técnico e indicadas na Tabela 1 a 3.

Para outras UT consultar o artigo 198.º da Portaria 1532/2008 de 29 de dezembro:

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



UT	Categoria de risco	Medidas de autoproteção						
		Registos de Segurança (artigo 201.º)	Procedimentos de prevenção (artigo 202.º)	Plano de Prevenção (artigo 203.º)	Procedimentos caso emergência (artigo 204.º)	Plano de emergência interno (artigo 205.º)	Ações sensibilização e formação (artigo 206.º)	Simulacros (artigo 207.º)
II	1. ^a	•	•					
	2. ^a	•	•		•		•	
	3. ^a e 4. ^a	•		•		•	•	•
V	1. ^a «sem locais de risco D ou E»	•	•					
	1. ^a «com locais de risco D ou E»	•		•	•		•	
	2. ^a «sem locais de risco D ou E»							
	2. ^a «com locais de risco D ou E» 3. ^a e 4. ^a	•		•		•	•	•
IX	1. ^a	•	•					
	2. ^a	•		•	•		•	•
	3. ^a e 4. ^a	•		•		•	•	•

Tabela 4 – Medidas de autoproteção exigíveis

Instruções de segurança (artigo 199.º)

1 - Independentemente da categoria de risco, devem ser elaboradas e afixadas instruções de segurança especificamente destinadas aos ocupantes dos locais de risco C, D, E e F.

2 - As instruções de segurança a que se refere o número anterior devem:

- a) Conter os procedimentos de prevenção e os procedimentos em caso de emergência aplicáveis ao espaço em questão;
- b) Ser afixadas em locais visíveis, designadamente na face interior das portas de acesso aos locais a que se referem;

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



c) Nos locais de risco D e E, ser acompanhadas de uma planta de emergência simplificada, onde constem as vias de evacuação que servem esses locais, bem como os meios de alarme e os de primeira intervenção.

3 - Quando numa dada utilização-tipo não for exigível, nos termos do regulamento técnico, procedimentos ou plano de emergência interno, devem ser afixadas, nos mesmos locais, instruções de segurança simplificadas, incluindo:

a) Procedimentos de alarme, a cumprir em caso de deteção ou perceção de um incêndio;

b) Procedimentos de alerta;

c) Técnicas de utilização dos meios de primeira intervenção e de outros meios de atuação em caso de incêndio que sirvam os espaços da utilização-tipo.

4 - Devem ainda existir instruções gerais de segurança nas plantas de emergência.

Organização da segurança (artigo 200.º)

1 - Para concretização das medidas de autoproteção, o RS estabelece a organização necessária, recorrendo a funcionários, trabalhadores e colaboradores das entidades exploradoras dos espaços ou a terceiros.

2 - Durante os períodos de funcionamento das utilizações-tipo deve ser assegurada a presença simultânea do número mínimo de elementos da equipa de segurança que constam da Tabela 5.

UT	Categoria de risco	Número mínimo de elementos da equipa
II	1. ^a e 2. ^a	Um
	3. ^a e 4. ^a	Dois
V	1. ^a «sem locais de risco D ou E»	Dois
	1. ^a «com locais de risco D ou E» e 2. ^a «sem locais de risco D ou E»	Três
	2. ^a «com locais de risco D ou E»	Seis
	3. ^a	Oito
	4. ^a	Doze
IX	1. ^a	Dois
	2. ^a	Três
	3. ^a	Seis
	4. ^a	Dez

Tabela 5 – Configuração das equipas de segurança



Registos de segurança (artigo 201.º)

1 - O responsável de segurança (RS) deve garantir a existência de registos de segurança, destinados à inscrição de ocorrências relevantes e à guarda de relatórios relacionados com a segurança contra incêndio, devendo compreender, designadamente:

- a) Os relatórios de vistoria e de inspeção ou fiscalização de condições de segurança realizadas por entidades externas, nomeadamente pelas autoridades competentes;
- b) Informação sobre as anomalias observadas nas operações de verificação, conservação ou manutenção das instalações técnicas, dos sistemas e dos equipamentos de segurança, incluindo a sua descrição, impacte, datas da sua deteção e duração da respetiva reparação;
- c) A relação de todas as ações de manutenção efetuadas em instalações técnicas, dos sistemas e dos equipamentos de segurança, com indicação do elemento intervencionado, tipo e motivo de ação efetuada, data e responsável;
- d) A descrição sumária das modificações, alterações e trabalhos perigosos efetuados nos espaços da utilização - tipo, com indicação das datas de seu início e finalização;
- e) Os relatórios de ocorrência, direta ou indiretamente relacionados com a segurança contra incêndio, tais como alarmes intempestivos ou falsos, princípios de incêndio ou atuação de equipas de intervenção da utilização - tipo;
- f) Cópia dos relatórios de intervenção dos bombeiros, em incêndios ou outras emergências na entidade;
- g) Relatórios sucintos das ações de formação e dos simulacros, previstos respetivamente nos artigos 206.º e 207.º do regulamento técnico, com menção dos aspetos mais relevantes.

2 - Os registos de segurança devem ser arquivados de modo a facilitar as auditorias nos termos do n.º 3 do artigo 198.º do regulamento técnico, pelo período de 10 anos.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



Procedimentos de prevenção (artigo 202.º)

1 - Para as utilizações-tipo devem ser definidas e cumpridas regras de exploração e de comportamento, que constituem o conjunto de procedimentos de prevenção a adotar pelos ocupantes, destinados a garantir a manutenção das condições de segurança nos domínios constantes dos números seguintes.

2 - Os procedimentos de exploração e utilização dos espaços devem garantir permanentemente a:

- a) Acessibilidade dos meios de socorro aos espaços da utilização - tipo;
- b) Acessibilidade dos veículos de socorro dos bombeiros aos meios de abastecimento de água, designadamente hidrantes exteriores;
- c) Praticabilidade dos caminhos de evacuação;
- d) Eficácia da estabilidade ao fogo e dos meios de compartimentação, isolamento e proteção;
- e) Acessibilidade aos meios de alarme e de intervenção em caso de emergência;
- f) Vigilância dos espaços, em especial os de maior risco de incêndio e os que estão normalmente desocupados;
- g) Conservação dos espaços em condições de limpeza e arrumação adequadas;
- h) Segurança na produção, na manipulação e no armazenamento de matérias e substâncias perigosas;
- i) Segurança em todos os trabalhos de manutenção, recuperação, beneficiação, alteração ou remodelação de sistemas ou das instalações, que impliquem um risco agravado de incêndio, introduzam limitações em sistemas de segurança instalados ou que possam afetar a evacuação dos ocupantes.

3 - Os procedimentos de exploração e de utilização das instalações técnicas, equipamentos e sistemas, nomeadamente dos referidos nos títulos V (Condições Gerais das Instalações Técnicas) e VI (Condições Gerais dos Equipamentos e Sistemas de Segurança) do regulamento técnico, devem incluir as respetivas instruções de funcionamento, os procedimentos de segurança, a descrição dos

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



comandos e de eventuais alarmes, bem como dos sintomas e indicadores de avaria que os caracterizam.

4 - Os procedimentos de conservação e de manutenção das instalações técnicas, dispositivos, equipamentos e sistemas existentes na utilização - tipo, devem ser baseados em programas com estipulação de calendários e listas de testes de verificação periódica, designadamente os referidos nos títulos V e VI do regulamento técnico.

5 - Constituem exceção ao estabelecido no número anterior os hidrantes exteriores, quando não se encontrem sob a responsabilidade da entidade exploradora da utilização - tipo.

6 - Nas zonas limítrofes ou interiores de áreas florestadas, qualquer edifício ou zona urbanizada deve permanecer livre de mato com continuidade horizontal suscetível de facilitar a propagação de um incêndio, a uma distância de 50 m do edificado.

Plano de prevenção (artigo 203.º)

1 - O plano de prevenção, quando exigido nos termos do regulamento técnico, deve ser constituído:

a) Por informações relativas à:

i) Identificação da utilização - tipo;

ii) Data da sua entrada em funcionamento;

iii) Identificação do RS;

iv) Identificação de eventuais delegados de segurança;

b) Por plantas, à escala de 1:100 ou 1:200 com a representação inequívoca, recorrendo à simbologia constante das normas portuguesas, dos seguintes aspetos:

i) Classificação de risco e efetivo previsto para cada local, de acordo com o disposto no regulamento técnico;

ii) Vias horizontais e verticais de evacuação, incluindo os eventuais percursos em comunicações comuns;

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



iii) Localização de todos os dispositivos e equipamentos ligados à segurança contra incêndio.

c) Pelos procedimentos de prevenção a que se refere o artigo 202.º.

2 - O plano de prevenção e os seus anexos devem ser atualizados sempre que as modificações ou alterações efetuadas na utilização - tipo o justifiquem e estão sujeitos a verificação durante as inspeções regulares e extraordinárias.

3 - No posto de segurança deve estar disponível um exemplar do plano de prevenção.

Procedimentos em caso de emergência (artigo 204.º)

1 - Para as utilizações-tipo devem ser definidos e cumpridos os procedimentos e as técnicas de atuação em caso de emergência, a adotar pelos ocupantes, contemplando no mínimo:

a) Os procedimentos de alarme, a cumprir em caso de deteção ou perceção de um incêndio;

b) Os procedimentos de alerta;

c) Os procedimentos a adotar para garantir a evacuação rápida e segura dos espaços em risco;

d) As técnicas de utilização dos meios de primeira intervenção e de outros meios de atuação em caso de incêndio que sirvam os espaços da utilização - tipo;

e) Os procedimentos de receção e encaminhamento dos bombeiros.

2 - Com exceção das situações em que, pela idade ou condições físicas, tal não for possível, todos os ocupantes, que não pertençam ao público, devem ser capazes de cumprir, por si só, os procedimentos referidos nas alíneas a) c) e d), neste caso apenas relativamente aos extintores portáteis.

Plano de emergência interno (artigo 205.º)

1 - São objetivos do plano de emergência interno do edifício ou recinto, sistematizar a evacuação enquadrada dos ocupantes da utilização - tipo, que se encontrem em risco, limitar a propagação e as consequências dos incêndios, recorrendo a meios próprios.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



2 - O plano de emergência interno deve ser constituído:

- a) Pela definição da organização a adotar em caso de emergência;
- b) Pela indicação das entidades internas e externas a contactar em situação de emergência;
- c) Pelo plano de atuação;
- d) Pelo plano de evacuação;
- e) Por um anexo com as instruções de segurança a que se refere o artigo 199.º do regulamento técnico;
- f) Por um anexo com as plantas de emergência, podendo ser acompanhadas por esquemas de emergência.

3 - A organização em situação de emergência deve contemplar:

- a) Os organogramas hierárquicos e funcionais do SSI cobrindo as várias fases do desenvolvimento de uma situação de emergência, nomeadamente as atividades descritas nos n.ºs 4 e 5 do presente artigo;
- b) A identificação dos delegados e agentes de segurança, componentes das várias equipas de intervenção, respetivas missões e responsabilidades, a concretizar em situações de emergência.

4 - O plano de atuação deve contemplar a organização das operações a desencadear por delegados e agentes de segurança em caso de ocorrência de uma situação perigosa e os procedimentos a observar, abrangendo:

- a) O conhecimento prévio dos riscos presentes nos espaços afetos à utilização - tipo, nomeadamente nos locais de risco C, D e F;
- b) Os procedimentos a adotar em caso de deteção ou perceção de um alarme de incêndio;
- c) A planificação da difusão dos alarmes restritos e geral e a transmissão do alerta;
- d) A coordenação das operações previstas no plano de evacuação;

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



- e) A ativação dos meios de primeira intervenção que sirvam os espaços da utilização - tipo, apropriados a cada circunstância, incluindo as técnicas de utilização desses meios;
- f) A execução da manobra dos dispositivos de segurança, designadamente de corte da alimentação de energia elétrica e de combustíveis, de fecho de portas resistentes ao fogo e das instalações de controlo de fumo;
- g) A prestação de primeiros socorros;
- h) A proteção de locais de risco e de pontos nevrálgicos da utilização - tipo;
- i) O acolhimento, informação, orientação e apoio dos bombeiros;
- j) A reposição das condições de segurança após uma situação de emergência.

5 - O plano de evacuação deve contemplar as instruções e os procedimentos, a observar por todo o pessoal da utilização - tipo, relativos à articulação das operações destinadas a garantir a evacuação ordenada, total ou parcial, dos espaços considerados em risco pelo RS e abranger:

- a) O encaminhamento rápido e seguro dos ocupantes desses espaços para o exterior ou para uma zona segura, mediante referenciação de vias de evacuação, zonas de refúgio e pontos de encontro;
- b) O auxílio a pessoas com capacidades limitadas ou em dificuldade, de forma a assegurar que ninguém fique bloqueado;
- c) A confirmação da evacuação total dos espaços e garantia de que ninguém a eles regressa.

6 - As plantas de emergência, a elaborar para cada piso da utilização - tipo, quer em edifícios quer em recintos, devem:

- a) Ser afixadas em posições estratégicas junto aos acessos principais do piso a que se referem;
- b) Ser afixadas nos locais de risco D e E e nas zonas de refúgio quando existam.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



7 - Quando solicitado, devem ser disponibilizadas cópias das plantas de emergência ao corpo de bombeiros em cuja área de atuação própria se inserem os espaços afetos à utilização - tipo.

8 - O plano de emergência interno e os seus anexos devem ser atualizados sempre que as modificações ou alterações efetuadas na utilização - tipo o justifiquem e estão sujeitos a verificação durante as inspeções regulares e extraordinárias.

9 - No posto de segurança deve estar disponível um exemplar do plano de emergência interno.

Formação em segurança contra incêndio (artigo 206.º)

1 - Devem possuir formação no domínio da segurança contra incêndio:

a) Os funcionários e colaboradores das entidades exploradoras dos espaços afetos às utilizações-tipo;

b) Todas as pessoas que exerçam atividades profissionais por períodos superiores a 30 dias por ano nos espaços afetos às utilizações-tipo;

c) Todos os elementos com atribuições previstas nas atividades de autoproteção.

2 - As ações de formação a que se refere o número anterior, a definir em programa estabelecido por cada RS nos termos do regulamento técnico, poderão consistir em:

a) Sensibilização para a segurança contra incêndio, constantes de sessões informativas que devem cobrir o universo dos destinatários referidos n.º 1, com o objetivo de:

i) Familiarização com os espaços da utilização – tipo e identificação dos respetivos riscos de incêndio;

ii) Cumprimento dos procedimentos genéricos de prevenção contra incêndios ou, caso exista, do plano de prevenção;

iii) Cumprimento dos procedimentos de alarme;

iv) Cumprimento dos procedimentos gerais de atuação em caso de emergência, nomeadamente dos de evacuação;

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



v) Instrução de técnicas básicas de utilização dos meios de primeira intervenção, nomeadamente os extintores portáteis;

b) Formação específica destinada aos elementos que, na sua atividade profissional normal, lidam com situações de maior risco de incêndio, nomeadamente os que a exercem em locais de risco C, D ou F;

c) Formação específica para os elementos que possuem atribuições especiais de atuação em caso de emergência, nomeadamente para:

i) A emissão do alerta;

ii) A evacuação;

iii) A utilização dos comandos de meios de atuação em caso de incêndio e de segunda intervenção, que sirvam os espaços da utilização - tipo;

iv) A receção e o encaminhamento dos bombeiros;

v) A direção das operações de emergência;

vi) Outras atividades previstas no plano de emergência interno, quando exista.

3 - As ações de sensibilização a que se refere a alínea a) do número anterior devem ser programadas de modo a que:

a) Incluam como destinatários, nas utilizações-tipo V, os funcionários e colaboradores que nelas permaneçam por um período superior a 30 dias;

b) Incluam como destinatários, nas utilizações-tipo IX, os frequentadores dos espaços que neles permaneçam por um período superior a 30 dias;

c) Os seus destinatários as tenham frequentado no prazo máximo de 60 dias após a sua entrada em serviço nos espaços da utilização-tipo.

4 - As ações de sensibilização para os destinatários referidos nas alíneas a) e b) do número anterior podem não incluir as instruções de técnicas de utilização dos meios de primeira intervenção.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO PLANO DE PREVENÇÃO E EMERGÊNCIA



Simulacros (artigo 207.º)

1 - Nas utilizações-tipo que possuam plano de emergência interno devem ser realizados exercícios com os objetivos de teste do referido plano e de treino dos ocupantes, com destaque para as equipas referidas no n.º 3 do artigo 205.º, com vista à criação de rotinas de comportamento e de atuação, bem como ao aperfeiçoamento dos procedimentos em causa.

2 - Na realização dos simulacros:

a) Devem ser observados os períodos máximos entre exercícios, constantes na Tabela 6:

UT	Categoria de risco	Períodos máximos entre exercícios
II	3.ª e 4.ª	Dois anos
IX	4.ª	Um ano
V	2.ª «com locais de risco D ou E e 3.ª e 4.ª	Um ano

Tabela 6 – Periodicidade da realização de simulacros

b) Os exercícios devem ser devidamente planeados, executados e avaliados, com a colaboração eventual do corpo de bombeiros em cuja área de atuação própria se situe a utilização-tipo e de coordenadores ou de delegados da proteção civil;

c) A execução dos simulacros deve ser acompanhada por observadores que colaborarão na avaliação dos mesmos, tarefa que pode ser desenvolvida pelas entidades referidas na alínea anterior;

d) Deve ser sempre dada informação prévia aos ocupantes da realização de exercícios, podendo não ser rigorosamente estabelecida a data e ou hora programadas.

3 - Quando as características dos ocupantes inviabilizem a realização de exercícios de evacuação, devem ser realizados exercícios de quadros que os substituam e reforçadas as medidas de segurança, designadamente nos domínios da vigilância do fogo e das instruções de segurança.