|  |
| --- |
| **MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO** |

Indique nome da entidade/empresa

**EMPRESA XPTO**

Local, mês ano

Versão 1

|  |
| --- |
| **MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO** |
| De acordo com o Regime Jurídico de Segurança Contra Incêndios em Edifícios na Região Autónoma dos Açores (RJSCIE-RAA), publicado pelo Decreto Legislativo Regional n.º 6/2015/A, de 5 de março, e Regulamento Técnico de SCIE (RTSCIE), publicado pela Portaria n.º 1532/2008, de 29 de dezembro, cuja adaptação aos Açores é feita pela Portaria n.º 63/2015, de 20 de maio, da Secretaria Regional da Saúde. |

[1ª categoria de risco]

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Utilização- Tipo** |
|  | II «estacionamentos» |
|  | III «administrativos» |
|  | VI «espetáculos e reuniões públicas» |
|  | VII «restauração» |
|  | VIII «comerciais e gares de transporte» |
|  | IX «desportivos e lazer» |
|  | X «museus e galerias de arte |
|  | XI «bibliotecas e arquivos» |
|  | XII «industriais, oficinas e armazéns» |

**PROMULGAÇÃO**

As presentes medidas de autoproteção são constituídas por procedimentos de prevenção, instruções de segurança e registos de segurança, com o objetivo de diminuir a probabilidade de ocorrência de acidentes e de limitar as suas consequências.

O Responsável de Segurança, nos termos do artigo 6º da RJSCIE-RAA, tem o compromisso de assegurar o cumprimento das disposições descritas nas medidas de autoproteção, bem como se certificar que a documentação relacionada se encontre permanentemente atualizada, promovendo, a todos os níveis, a melhoria contínua da sua eficácia.

Por outro lado, as medidas de autoproteção devem permitir a todos os colaboradores o conhecimento dos procedimentos a adotar durante o funcionamento corrente bem como em casos de emergência da Utilização-Tipo, pelo que deverá ser do conhecimento de todos.

Local, dia mês ano

|  |
| --- |
| O RESPONSÁVEL DE SEGURANÇA |
|  |
| (nome completo) |

# Procedimentos de Prevenção

## Exploração e utilização dos espaços

* **Acessibilidade dos meios de socorro aos espaços da UT**

O acesso às instalações é feito pela Rua A; existindo um acesso alternativo pela Rua B. Os locais e respetivas vias de entrada assim como o estacionamento serão mantidos desimpedidos de forma permanente. A verificação desta medida é concretizada pelo Responsável de Segurança[[1]](#footnote-1),mensalmente.

* **Acessibilidade dos veículos de socorro dos bombeiros aos meios de abastecimento de água**

Os hidrantes exteriores estão identificados e são, na medida do possível, mantidos desimpedidos para manobras dos veículos de socorro. Existe um hidrante na Rua B a 10 metros de distância. Caso se saiba ou desconfie da inoperacionalidade do hidrante exterior, este facto será comunicado à entidade responsável, nomeadamente os Serviços Municipalizados, se for o caso.

* **Praticabilidade dos caminhos de evacuação**

Os caminhos de evacuação do edifício devem permanecer desimpedidos. Deve também ser garantida a operacionalidade das portas e outros dispositivos de abertura presentes nos mesmos caminhos de evacuação. O Responsável de Segurança1 é responsável pela verificação constante destas condições, promovendo verificações mensais.

* **Eficácia da estabilidade ao fogo e dos meios de compartimentação**

A eficácia das condições gerais de comportamento ao fogo, isolamento e proteção dos meios passivos de resistência ao fogo não pode ser comprometida. Assim, a execução de trabalhos que potencialmente alterem componentes, elementos ou produtos do edifício ou o seu comportamento de resistência ao fogo, tais, como portas resistentes ao fogo ou materiais de revestimento de tetos, paredes ou pavimentos, por exemplo, necessita, no mínimo, de autorização prévia do Responsável de Segurança.

* **Acessibilidade aos meios de alarme e intervenção em caso de emergência**

A manutenção da visibilidade e do acesso desimpedido aos meios de alarme e de intervenção é garantida por todos os colaboradores. O Responsável de Segurança, por outro lado, assegura que os meios de primeira e segunda intervenção, bem como botões de alarme e comandos de emergência estão permanentemente desimpedidos e visíveis.

* **Vigilância dos espaços normalmente desocupados**

Os espaços de maior risco de incêndio e aqueles que estão normalmente desocupados são mantidos arrumados e limpos. A arrecadação do edifício será alvo de visitas semanais de forma a confirmar a sua adequada organização.

* **Conservação dos espaços em condições de limpeza e arrumação**

Todos os locais, vias, instalações e equipamentos do edifício são mantidos em condições de limpeza e arrumação adequadas. A conservação dos espaços é da responsabilidade de todos os funcionários, estando o Responsável de Segurança1 a cargo da sua verificação.

* **Segurança na manipulação de matérias perigosas**

A manipulação e armazenamento de matérias e substâncias perigosas serão realizados com todas as precauções necessárias. A segurança nestas ações é garantida através do conhecimento das propriedades e compatibilidade de armazenamento de cada substância. Será garantida a limpeza e arrumação dos locais dedicados a estas atividades.

* **Segurança nos trabalhos de manutenção**

Os trabalhos de manutenção às instalações e equipamentos do edifício não poderão comprometer as condições de segurança iniciais.

Assim, os trabalhos que tenham de ser efetuados e que impliquem uma alteração às condições de segurança inicial serão previamente aprovadas pelo Responsável de Segurança e devidamente averbadas nos Registos de Segurança.

## Exploração e utilização das instalações técnicas e equipamentos de segurança

As instruções de funcionamento, procedimentos de segurança, descrição de comandos e alarmes, bem como de sintomas e indicadores de avarias de todas instalações técnicas e equipamentos de segurança existentes, listadas na tabela abaixo, estão devidamente compiladas e arquivadas[[2]](#footnote-2) num local próprio e acessível aos colaboradores.

(Apagar/acrescentar instalações e equipamentos conforme as existências)

|  |
| --- |
| **Instalações técnicas** |
| Instalações de energia elétrica |
| Instalações de gás |
| Instalações de ventilação e condicionamento de ar |
| Elevadores |
| **Equipamentos e sistemas de segurança** |
| Sinalização |
| Iluminação |
| Deteção, alarme e alerta |
| Extintores |
| Carretéis de Calibre Reduzido |
| Mantas ignífugas |

## Conservação e manutenção das instalações técnicas e equipamentos de segurança

Os programas de conservação e manutenção de todas as instalações técnicas e equipamentos de segurança existentes no edifício serão devidamente realizadas, seja por verificações internas (conservação) ou por entidades externas (manutenção), de acordo com as ações previstas na Tabela seguinte.

As manutenções internas e externas, verificações e ainda as ações corretivas serão alvo de registo nos impressos dos Registos de Segurança.

(Apagar/acrescentar instalações e equipamentos conforme as existências)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Instalações técnicas** | **Aspetos a verificar** | **Periodicidade** | **Responsável** |
| Instalações de energia elétrica | Limpeza geral, fios descarnados, tomadas, extensões.  Quadros elétricos barrados | Semestral | Responsável Segurança1 |
| Instalações de gás | Limpeza geral, canalizações e válvulas.  Nicho/ botijas de gás barradas | Anual | Responsável Segurança1 |
| Instalações de ventilação e condicionamento de ar | Limpeza geral, filtros de ar, outros aspetos presentes no manual de fabricante | Anual | Colaborador interno |
| Elevadores | Consoante manual do fabricante | Anual | Entidade Externa |
| **Equipamentos e sistemas de segurança** | **Aspetos a verificar** | **Periodicidade** | **Responsável** |
| Sinalização | Limpeza geral, fotoluminescência, desobstrução e visibilidade | Semestral | Responsável Segurança1 |
| Iluminação | Limpeza geral, baterias, desobstrução e visibilidade | Semestral | Responsável Segurança1 |
| Deteção, alarme e alerta | Limpeza geral, desobstrução e visibilidade | Semestral | Responsável Segurança1 |
| Consoante manual do fabricante | Anual | Entidade Externa |
| Extintores | Sinalização e desobstrução, localização, pressão, selo e cavilha, validade e manutenções | Anual | Colaborador interno |
| Consoante manual do fabricante | Anual | Entidade Externa |
| Carretéis | Limpeza geral, sinalização e desobstrução | Anual | Colaborador interno |
| Consoante manual do fabricante | Bianual | Entidade Externa |
| Mantas ignífugas | Limpeza geral, sinalização e desobstrução | Anual | Colaborador interno |

# Instruções de Segurança (anexo A)

## Instruções de Alarme e Alerta

Estão afixadas em locais estratégicos, como junto dos meios de deteção e alarme, ou do telefone de onde partirá o alerta, instruções simplificadas com os procedimentos a cumprir em caso de deteção e/ou confirmação de uma situação de emergência.

## Instruções de utilização dos meios de 1ª intervenção

Estão afixadas estrategicamente junto de meios de primeira intervenção existentes- extintores, carretéis e mantas ignífugas, as regras de utilização dos mesmos.

## Instruções particulares para locais de risco C (caso existam)

Os locais de risco C apresentam instruções particulares com os procedimentos de prevenção e emergência. A empresa possui apenasdois locais de risco C, a Cozinha e a Oficina.

# Registos de Segurança (anexo B)

Os registos de segurança, destinados à inscrição das ocorrências relevantes e o arquivo de relatórios relacionados com a segurança contra incêndios, serão compilados numa pasta individual para o efeito. Concretamente existem impressos próprios para o registo das seguintes situações:

## Vistorias, inspeções, fiscalizações e intervenções dos bombeiros

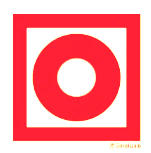
* Relatórios de vistoria e de inspeção de condições de segurança e de implementação das medidas de autoproteção realizadas por entidades externas competentes;

## Ações de manutenção das instalações e dos equipamentos

* Relação de todas as ações de conservação e manutenção efetuadas nas instalações técnicas e nos equipamentos de segurança.

**Anexo A**

**-Instruções de Segurança-**



**Instruções de Alarme e Alerta**

Deteção humana

Deteção automática

Alarme na central

Situação simples / 1ª intervenção suficiente

Reposição da normalidade

Alerta

Evacuação

não

sim

|  |
| --- |
| Alerta - informações a ter em mente ao ligar *112* |
| * Estou a ligar do telefone n.º …. * Nome do Estabelecimento * Morada * Tipo de incidente (incêndio, inundação, sismo, etc.) * Lugar exato (Piso, escritório, armazém, sala, etc.) * Temos … (quantidade) feridos * Já tomamos as seguintes medidas… |



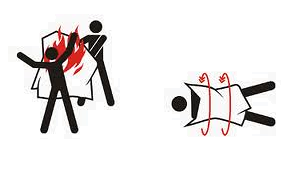
**Como utilizar um Extintor**

|  |  |
| --- | --- |
|  | 1. Transportar sempre o extintor na posição vertical, segurando no manípulo; |
|  | 1. Retirar o selo e a cavilha de segurança; |
|  | 1. Testar o extintor fazendo um pequeno disparo antes de proceder junto ao foco de incêndio; |
|  | 1. Premir a alavanca de forma a libertar o agente extintor, dirigindo o jacto para a base das chamas; |
|  | 1. Varrer devagar toda a superfície das chamas; |
|  | 1. Terminar apenas depois de se assegurar de que o incêndio não se reacenderá. |
| Contudo não se deve esquecer que previamente há que: | |
|  | * Verificar que o fogo não o envolve pelas costas; |
|  | * Aproximar-se lentamente do fogo de incêndio; |
|  | * No caso de atuar ao ar livre a aproximação deve ser feita no sentido do vento; |
| Imagens adaptadas de <image.slidesharecdn.com/extintoresincendio-120229070012-phpapp02/95/extintores-incendio-14-728.jpg?cb=1330569480> | * Em combustíveis líquidos não lançar o jacto com demasiada pressão para evitar que o combustível se espalhe. |



**Como utilizar uma Manta Ignífuga**

1. Retirar a manta da caixa puxando pelas argolas/pegas disponíveis;
2. Desdobrar a manta e usar:
   * Para extinguir um pequeno foco de incêndio, envolvendo as chamas com a manta;
   * Para envolver pessoas em chamas;
   * Como escudo térmico ao fugir de um incêndio de maiores proporções.





**Utilizar um Carretel**

Quando deve utilizar o carretel?

* Na fase inicial de um incêndio;
* Em incêndios com combustíveis sólidos (madeira, papel, têxteis; PVC,…);
  + **NUNCA** utilize o carretel para apagar incêndios com combustíveis líquidos, óleos ou químicos desconhecidos.

Como utilizar o Carretel?

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. Abrir a válvula de corte; |  | | |
| 1. Desenrolar a mangueira; | |  | | |
| 1. Dirigir o jato para a base das chamas.   Imagens adaptadas de <www.apsei.org.pt/imagens.php?src=imagens-bin\_imagem\_jpg\_0330057001301502078-704.jpg&x=780&y=590> | | |  | | |



**Instruções Particulares – Cozinha**

*Medidas Preventivas*

* Manter a zona de trabalho limpa e arrumada;
* Não aproximar panos, roupa ou materiais inflamáveis das chamas;
* Não abandonar o posto com trabalhos em curso. Pedir a supervisão de um colega e desligar todos os equipamentos desnecessários antes de se afastar;
* No fim de cada utilização, deligar os equipamentos elétricos e a gás.

*Se ocorrer um incêndio*

* 1. Avisar a pessoa mais próxima;
  2. Fechar o gás na válvula do corte geral;
  3. Utilizar o extintor instalado, de acordo com as instruções de atuação;
  4. Cortar a corrente elétrica no quadro parcial;
  5. Caso não se consiga dominar a situação, fechar as portas e janelas e comunicar imediatamente o acidente ao Responsável de Segurança.

*Se ocorrer uma fuga de gás*

1. Desligar a válvula do gás;
2. Não fazer lume;
3. Não acionar nenhum interruptor, de modo a evitar faíscas;
4. Abrir as portas e janelas para ventilar o local;
5. Abandonar o local;
6. Comunicar o acidente ao Responsável de Segurança.



**Instruções Particulares – Oficina**

*Medidas Preventivas*

* Em caso de dúvida sobre os equipamentos ou substâncias, consultar as instruções técnicas e de segurança antes de os utilizar;
* Manter a zona de trabalho limpa e arrumada;
* Afastar panos, roupa e materiais inflamáveis das chamas ou de possíveis fagulhas projetadas;
* No fim de cada utilização, deligar os equipamentos elétricos e a gás.

*Se ocorrer um incêndio*

1. Avisar a pessoa mais próxima;
2. Fechar o gás na válvula do corte geral;
3. Utilizar o extintor instalado, de acordo com as instruções de atuação;
4. Cortar a corrente elétrica no quadro parcial;
5. Caso não se consiga dominar a situação, fechar as portas e janelas e comunicar imediatamente o acidente ao Responsável de Segurança.

*Se ocorrer uma fuga de gás*

1. Desligar a válvula do gás;
2. Não fazer lume;
3. Não acionar nenhum interruptor, de modo a evitar faíscas;
4. Abrir as portas e janelas para ventilar o local;
5. Abandonar o local;
6. Comunicar o acidente ao Responsável de Segurança.

**Anexo B**

**-Registos de Segurança-**

**Vistorias e Inspeções   
de entidade competentes**

Folha n.º: \_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Data e Rúbrica** | **Vistoria** | **Inspeção** | **Ref.ª relatório** | **Entidade competente** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**Ações de Manutenção das instalações técnicas e dos equipamentos de segurança**

Folha n.º: \_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Data e Rúbrica** | **Identificação da instalação ou equipamento intervencionado** | **Ref.ª relatório** | **Entidade competente** | **Custo** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**Ações de Conservação das instalações técnicas e dos equipamentos de segurança**

Folha n.º: \_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Data e Rúbrica** | **Identificação da instalação ou equipamento intervencionado** | **Ref.ª relatório** | **Nome colaborador** |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

1. Ou pessoa por ele nomeada. [↑](#footnote-ref-1)
2. Estas informações poderão estar compiladas nos respetivos manuais de utilização. [↑](#footnote-ref-2)