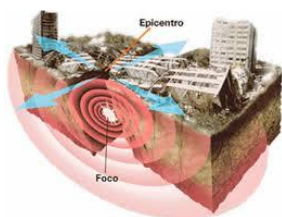


## Situação de Sismo



Os sismos são acontecimentos que podem ocasionar estragos materiais e perdas humanas de elevada grandeza de acordo com o grau sísmico, cuja capacidade de controlo quase sempre é diminuta. A capacidade de atuação pode permitir minimizar as consequências de tal fenómeno natural.

## O que fazer quando ocorre um sismo?

### Quando se está dentro de um edifício

- Se estiver num dos andares superiores do edifício não se precipite para as escadas;
- Abrigue-se no vão de uma porta interior, nos cantos das salas ou debaixo das secretárias;
- Nunca utilize os elevadores;
- Mantenha-se afastado das janelas e painéis de vidro. Tenha cuidado com a queda de candeeiros, mobiliário ou outros objetos.



### Se estiver na rua

- Dirija-se para um local aberto, com calma, não corra;
- Mantenha-se afastado dos edifícios, sobretudo edifícios velhos, altos ou isolados, dos postes de eletricidade e de outros objetos que possam cair;
- Afasta-se de taludes e muros que possam desabar.

### Se estiver num local com grande concentração de pessoas

- Não se precipite para as saídas. As escadas e portas são pontos que facilmente se enchem de escombros e podem ficar obstruídos, impedindo a passagem de pessoas;
- Fique dentro do edifício até o sismo passar, saia depois tendo em atenção as paredes, fios elétricos, e objetos que possam cair.

### Nos primeiros minutos após o sismo

- Mantenha a calma e conte com a ocorrência de possíveis réplicas;
- Não se precipite para as escadas ou outras saídas. **Nunca** utilize os elevadores;
- Não fume, não acenda fósforos ou isqueiros. Pode haver fugas de gás ou curto-circuitos. Utilize lanternas a pilhas;
- Corte a água, gás e eletricidade;
- Verifique se há feridos. Se houver feridos graves, não os remova, a menos que estejam a correr perigo, por exemplo de soterramento;
- Ligue o rádio e cumpra as recomendações que forem difundidas;
- Limpe urgentemente os produtos inflamáveis que tenham sido derramados.

### Nas horas seguintes

- Mantenha a calma e cumpra as instruções que o rádio difundir. Esteja preparado para eventuais réplicas que possam surgir;
- Se encontrar feridos graves, chame as equipas de socorro para promover a sua evacuação;
- Se houver pessoas soterradas, informe as equipas de salvamento. Entretanto, se sem perigo, for capaz de as começar a libertar, tente fazê-lo retirando os escombros um a um. Não se precipite, não agrave a situação dos feridos ou a sua;
- Evite passar por onde existam fios elétricos soltos e tocar em objetos metálicos em contacto com eles;
- Não beba água de recipientes abertos sem antes ter examinado e filtrado.
- Não utilize o telefone exceto em caso de extrema urgência (feridos graves, fugas de gás, incêndios, etc.);
- Não propague boatos ou notícias não confirmadas;
- Não se aproxime de estruturas danificadas.

