

SEGURANÇA CONTRA INCÊNDIOS EM CASA



**FIRE
KILLS**

LET'S PREVENT IT

Portuguese



Sabia que...?

- É cerca de oito vezes mais provável que morra num incêndio se não tiver um detetor de fumo em funcionamento em sua casa.
- Cerca de metade dos incêndios domésticos são provocados por acidentes na cozinha.
- Dois incêndios por dia são desencadeados por velas.
- A cada seis dias uma pessoa morre devido a um incêndio provocado por um cigarro.
- Cerca de três incêndios por dia são iniciados por aquecedores.
- Os aparelhos elétricos avariados (eletrodomésticos, cabos e tomadas sobrecarregadas) provocam cerca de 4000 incêndios em casa todos os anos em todo o país.

PROTECT YOUR HOME WITH SMOKE ALARMS

PROTEJA A SUA CASA COM DETETORES DE FUMO

A forma mais fácil de proteger a sua casa e família de um incêndio é com detetores de fumo que funcionem.

Adquira-os. Instale-os. Teste-os. Eles podem salvar a sua vida.



4

Escolher os seus detetores de fumo

- Instale, pelo menos, um detetor de fumo em cada piso da sua casa.
- Esteja ciente de que algumas crianças podem não ser acordadas por detetores de fumo.
- Os detetores de fumo são baratos e fáceis de instalar.
- Estão disponíveis em lojas de bricolage, lojas de artigos elétricos e na maioria dos supermercados.
- Preste atenção a um destes símbolos, que mostra que o alarme é aprovado e seguro.
- Os detetores de fumo de bateria selada com duração de dez anos são a melhor opção. São ligeiramente mais caros, mas poupa a despesa de substituição das pilhas.
- Existe uma variedade de diferentes modelos à escolha. Os bombeiros locais terão todo o gosto em aconselhá-lo sobre qual é o mais adequado para si.



British Standard Kitemark



DETETORES DE FUMO QUE FUNCIONAM PODEM SALVAR A SUA VIDA

Melhor dica



Instale detetores de fumo

5

Como ter a certeza de que os seus detetores de fumo funcionam

Teste os seus detetores de fumo, pelo menos, uma vez por mês.

- Se algum dos seus detetores de fumo tiver uma bateria com duração de um ano, certifique-se de que esta é mudada todos os anos. Apenas retire a pilha quando tiver necessidade de a substituir.
 - Nunca desligue ou retire as pilhas do seu detetor se este tocar por engano.
 - Os detetores padrão que funcionam com pilhas são a opção mais barata, mas as pilhas têm de ser substituídas todos os anos.
 - Muitas pessoas esquecem-se de testar as pilhas, pelo que, pilhas de longa duração são melhores.
- Os detetores alimentados pela rede elétrica recebem energia da rede doméstica e têm uma bateria de reserva no caso de um corte de energia. Têm de ser instalados por um eletricista qualificado e, como os detetores com pilhas, devem ser testados.
 - Ao testar os detetores de fumo, testa o sensor de fumo bem como a fonte de alimentação e/ou a pilha.
 - Pode até instalar detetores conetados, para que quando um alarme deteta um incêndio, todos tocam juntos. Isto é útil se viver numa casa grande ou com vários níveis.

Os alarmes de luz estroboscópica e de vibração estão disponíveis para pessoas surdas ou com deficiências auditivas. Contacte a Linha de Informação sobre Perda de Audição pelo **0808 808 0123** ou no telefone de texto **0808 808 9000**.

Melhor dica

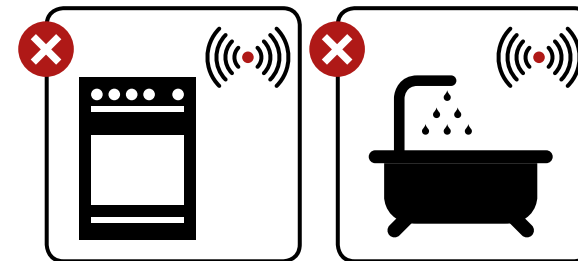
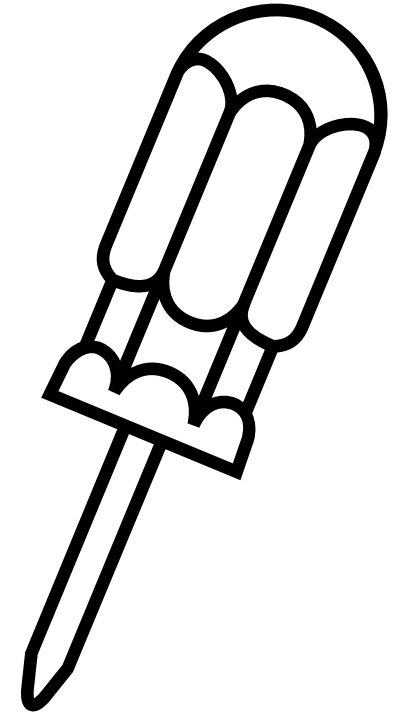


Teste-o

Instalar os seus detetores de fumo

A posição ideal é no teto, no meio de uma sala, no corredor e no patamar, para que possa ouvir um alarme em toda a sua casa.

- Não coloque detetores em, ou perto, de cozinhas ou casas de banho onde o fumo ou o vapor possam acioná-los por acidente.
- Se for difícil para si instalar detetores de fumo, contacte o seu serviço local de bombeiros e salvamento para obter ajuda. Eles terão todo o gosto em instalá-los.

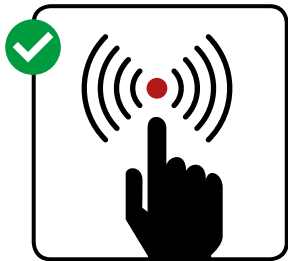


Cuidar dos seus detetores de fumo

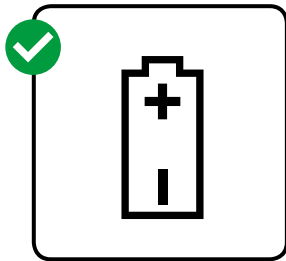
- Teste os seus detetores de fumo como parte da sua rotina doméstica habitual.
- Teste-os premindo o botão até o alarme soar. Se não soar, é necessário substituir a pilha.
- Aspire os seus detetores de fumo a cada seis meses para retirar o pó.
- Se um detetor de fumo começar a tocar regularmente, é necessário substituir imediatamente a pilha.
- Se for um alarme de dez anos, terá de substituir todo o alarme a cada dez anos.

Outro equipamento que poderia considerar

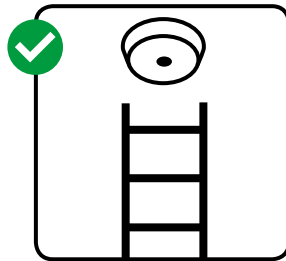
- Os cobertores antifogo são utilizados para apagar um incêndio ou envolver uma pessoa cujas roupas estão a arder. O melhor lugar para guardá-los é na cozinha.
- Os extintores de incêndio podem ser úteis se o incêndio for muito pequeno ou estiver a bloquear a sua saída. Se optar por utilizar um extintor, leia sempre as instruções antes da utilização e não se coloque em perigo.
- Os alarmes de calor podem detetar incêndios em cozinhas onde os detetores de fumo não devem ser colocados.



Teste-o



Mude-a



Substitua-o

HOW TO PREVENT COMMON FIRES

NA COZINHA, ELETRODOMÉSTICOS, CIGARROS, VELAS

COMO PREVENIR INCÊNDIOS COMUNS

Esta secção irá informá-lo sobre como pode evitar incêndios em sua casa, incluindo como cozinhar em segurança e ter cuidado com eletrodomésticos, aquecedores, velas e cigarros.

Na cozinha

Cozinhe em segurança

Tenha cuidado extra se tiver necessidade de sair da cozinha enquanto cozinha, tire as panelas do lume ou reduza o lume para evitar riscos.

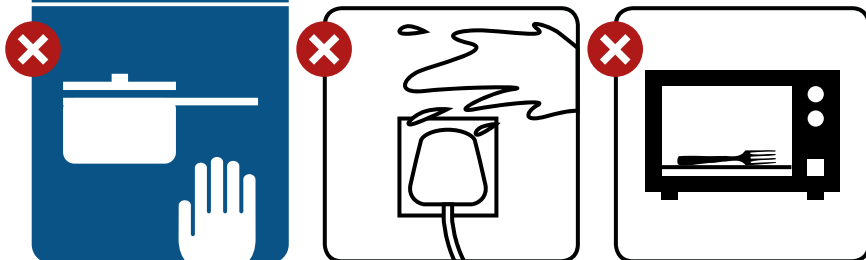
- Evite cozinhar quando estiver sob a influência de álcool.
- Evite deixar as crianças sozinhas na cozinha quando usa o fogão. Mantenha os fósforos e as pegas das panelas fora do seu alcance para as manter seguras.
- Certifique-se de que as pegas das panelas não estão salientes – para que não sejam derrubadas do fogão.

- Tenha cuidado se estiver a usar roupa larga – pode facilmente incendiar-se.
- Mantenha toalhas e panos afastados do fogão e da placa.
- Os dispositivos de faísca são mais seguros do que fósforos ou isqueiros para acender fogões a gás, pois não têm chama livre.
- Verifique se o fogão está desligado quando terminar de cozinhar.

Tenha cuidado com dispositivos elétricos

- Mantenha os dispositivos elétricos (cabos e aparelhos) afastados da água.
- Não coloque nada metálico no micro-ondas.

Melhor dica



Mantenha fora do alcance

- Verifique se as torradeiras estão limpas e afastadas de cortinas e rolos de cozinha. A maioria das torradeiras tem um apanhador de migalhas para o ajudar a mantê-las limpas.
- Mantenha o forno, a placa e o grelhador limpos e em bom estado de funcionamento. A acumulação de gordura pode provocar um incêndio.

Fritos

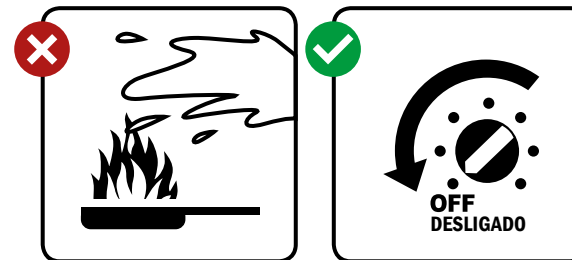
- Tenha cuidado ao cozinhar com óleo quente - incendeia facilmente.
- Certifique-se de que os alimentos estão secos antes de os colocar em óleo quente para que não salpiquem.
- Se o óleo começar a fumar - está demasiado quente. Desligue o calor e deixe-o arrefecer.

- Utilize uma fritadeira elétrica controlada por termóstato. Estas não podem sobreaquecer.

O que fazer se uma frigideira se incendiar

- Não corra quaisquer riscos. Desligue o ponto de calor se for seguro fazê-lo. Nunca atire água sobre a frigideira.
- Não detenha o fogo sozinho.

**SAIA
MANTENHA-SE
AFASTADO
E LIGUE
112**



Eletrodomésticos

Como evitar os incêndios elétricos

- Verifique sempre se utiliza o fusível certo para evitar o sobreaquecimento.
- Quando comprar um eletrodoméstico, verifique se este tem uma marca de segurança britânica ou europeia.
- Alguns aparelhos, tais como máquinas de lavar roupa, devem ter uma tomada exclusiva, uma vez que são de alta potência.
- Tente manter uma ficha por tomada.
- Ao carregar artigos elétricos, siga as instruções do fabricante e procure a marca CE, que indica que os carregadores cumprem as normas europeias de segurança.

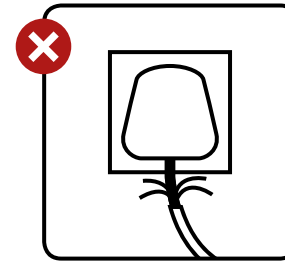
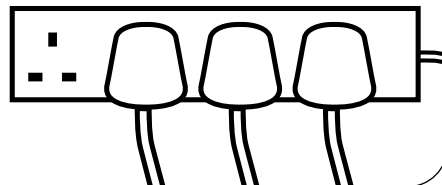
Manter os eletrodomésticos limpos e em bom estado de funcionamento para evitar que desencadeiem um incêndio.



Um cabo de extensão ou adaptador terá um limite de quantos amperes pode levar, portanto, tenha cuidado para não os sobrecarregar para reduzir o risco de incêndio. Os aparelhos utilizam diferentes quantidades de energia - uma televisão pode utilizar uma ficha de 3 amp e um aspirador uma ficha de 5 amp, por exemplo. Conheça o limite!

$$5 + 5 + 3 = 13$$

AMP AMP AMP AMP



- Mantenha-se atento a sinais de fios perigosos ou soltos, tais como marcas de queimaduras, fichas e tomadas quentes, fusíveis que queimam ou disjuntores que disparam sem razões óbvias, ou luzes trémulas.
- Verifique e substitua quaisquer cabos e fios antigos, especialmente se não estiverem visíveis - atrás de móveis ou debaixo de carpetes e tapetes.
- Desligar os aparelhos ajuda a reduzir o risco de incêndio.
- Desligue os aparelhos quando não os estiver a utilizar, quando estiverem totalmente carregados ou quando for dormir.

Móveis

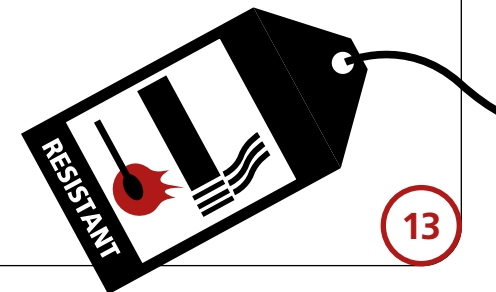
- Assegure-se sempre de que os seus móveis têm o rótulo permanente de resistência ao fogo.

Aquecedores portáteis

- Tente fixar os aquecedores numa parede para impedir que caiam.
- Mantenha-os afastados de cortinas e móveis e nunca os utilize para secar roupa.

Utilizar um cobertor elétrico

- Guarde os cobertores elétricos planos, enrolados ou folgados para evitar danificar a cablagem interna.
- Desligue os cobertores antes de se deitar, a menos que tenha um controlo por termóstato para uma utilização segura durante toda a noite.
- Tente não comprar cobertores em segunda mão e verifique regularmente se estão desgastados ou rasgados.
- Siga sempre as instruções do fabricante.



Cigarros

Apague os cigarros corretamente e descarte-os com cuidado. Apague-os bem!

- Nunca fume na cama.
- Fume ao ar livre e apague os cigarros - é mais seguro do que fumar dentro de casa.
- Utilize um cinzeiro adequado – nunca um cesto dos papéis.
- Certifique-se de que o seu cinzeiro não pode cair e é feito de um material que não queima.
- Não deixe um cigarro, charuto ou cachimbo aceso espalhado por qualquer lado. Pode facilmente cair e iniciar um incêndio.
- A melhor forma de reduzir o risco é tentar desistir, utilizando o apoio do NHS caso necessite. Se não pretender deixar, considere o vaping.
- Tenha cuidado adicional se fumar quando estiver cansado, a tomar medicação prescrita, ou se tiver estado a beber. Pode adormecer e incendiar a cama ou o sofá.
- Desligue os cigarros eletrónicos quando estiverem totalmente carregados e certifique-se de que está a utilizar o carregador correto.
- Nunca fume cigarros produzidos ilegalmente.



Velas

Certifique-se de que as velas estão seguras num suporte adequado e longe de materiais que possam incendiar - como cortinas.

- Apague as velas quando sair da sala e certifique-se de que estão completamente apagadas à noite.
- As crianças não devem ser deixadas sozinhas com velas acesas.
- Considere a utilização de velas que funcionam com LED ou pilhas.
- Mantenha os animais de estimação longe de velas acesas.
- Mantenha fósforos e isqueiros fora do alcance das crianças.
- Compre apenas isqueiros resistentes a crianças e caixas de fósforos.

As caixas de fósforos têm agora esta etiqueta de aviso.



**PERIGO!
O FOGO MATA AS CRIANÇAS**





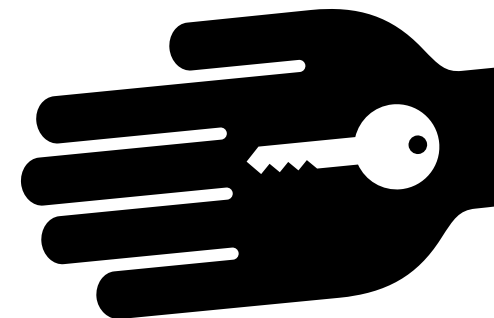
PLANEIE UMA FUGA SEGURA

A instalação de detetores de fumo é o primeiro passo crucial para se proteger do fogo. Mas o que faria se algum tocasse durante a noite?

Esta secção irá ajudá-lo a fazer um plano para uma emergência.

- Planeie uma rota de fuga e certifique-se de que todos sabem como fugir.
- Certifique-se de que as saídas são mantidas desimpedidas.
- A melhor rota é o caminho normal de entrada e saída da sua casa.
- Pense numa segunda rota no caso de a primeira estar bloqueada.
- Tire alguns minutos para pôr em prática o seu plano de fuga.
- Reveja o seu plano se a disposição da sua casa mudar.

Guarde as chaves das portas e janelas onde todos as possam encontrar.



Planeie uma rota de fuga

O que fazer se houver um incêndio

Não enfrente sozinho os incêndios. Deixe isso para os profissionais.

- Ligue 999 assim que estiver fora do edifício. As chamadas para o 999 são grátis.

- Mantenha a calma e aja rapidamente, retire todas as pessoas o mais rapidamente possível.
- Não perca tempo a investigar o que aconteceu ou a recolher objetos de valor.
- Se houver fumo, mantenha-se baixo onde o ar é mais desobstruído.
- Antes de abrir uma porta, verifique se está quente. Se estiver, não a abra - o fogo está do outro lado.



Saia, afaste-se e ligue 999

O que fazer se a sua fuga estiver bloqueada

Se não conseguir sair, leve todas as pessoas para uma sala, de preferência com uma janela e um telefone.

- Se não conseguir abrir a janela, parta o vidro no canto inferior. Torne as extremidades pontiagudas seguras com uma toalha ou cobertor.

- Coloque a roupa de cama na parte inferior da porta para travar o fumo.
- Ligue 999, seguidamente abra a janela e grite "AJUDA, FOGO".
- Se estiver no rés-do-chão ou no primeiro andar, poderá conseguir sair por uma janela.
- Utilize roupa de cama para amortecer a sua queda e desça cuidadosamente. Não salte.



O que fazer se as roupas se incendiarem

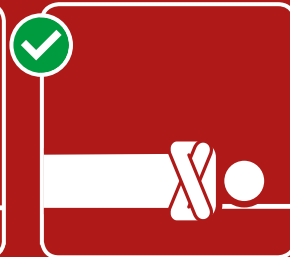
- Não corra, vai piorar as chamas.
- Deite-se e role sobre si mesmo. Torna mais difícil que o fogo se espalhe.
- Afafe as chamas com um material pesado, como um casaco ou um cobertor.
- Lembre-se, Pare, Deixe-se cair e Role!



PARE!



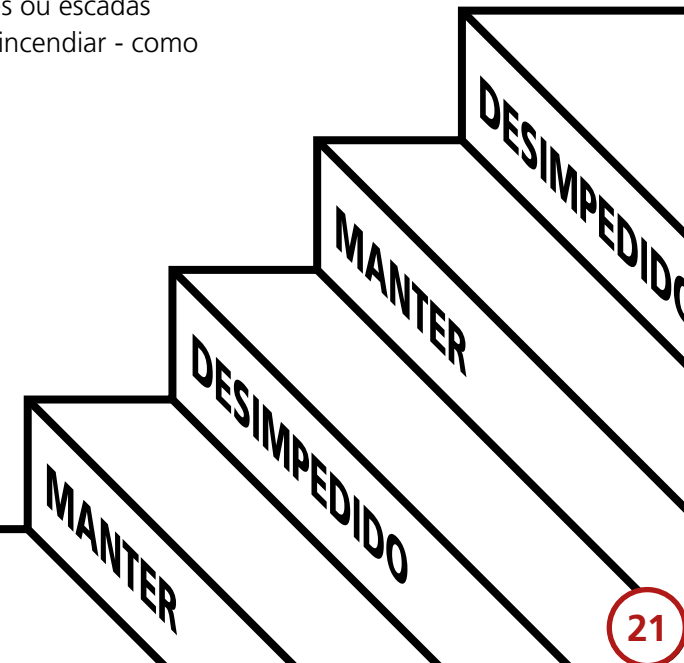
DEIXE-SE CAIR!



ROLE!

Como fugir de um edifício alto

- Certifique-se de que você, e todos em sua casa, conhecem o plano de incêndio do seu edifício e onde se encontram os alarmes e as saídas de incêndio. Como em todos os edifícios, deve planejar e praticar uma via de evacuação.
- Evite a utilização de elevadores e varandas se houver um incêndio.
- É fácil ficar confuso com o fumo, por isso conte quantas portas terá de passar para chegar às escadas.
- Verifique se a sua saída está desimpedida e se não há nada nos corredores ou escadas que se possa incendiar - como caixas ou lixo
- Certifique-se de que as portas para as escadas não estão trancadas.
- Deve sempre instalar detetores de fumo na sua própria casa, mesmo que haja um sistema de aviso no bloco.





FAÇA UMA VERIFICAÇÃO ANTES DE DORMIR



O risco de incêndio é maior quando se está a dormir. Por isso, é uma boa ideia verificar a sua casa antes de se ir deitar.

Lista de verificação

Feche as portas interiores à noite para impedir a propagação de um incêndio.

Desligue os aparelhos elétricos, a menos que sejam concebidos para serem deixados ligados - como o seu congelador.

Confirme se o fogão está desligado.

Não utilize aparelhos tais como máquinas de lavar roupa, máquinas de secar roupa e máquinas de lavar loiça durante a noite.

Desligue os aquecedores e coloque os guarda-fogo.

Apague devidamente as velas e os cigarros.

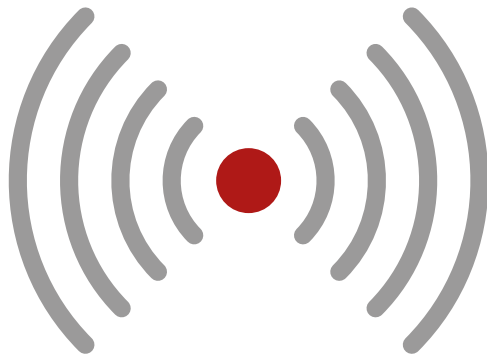
Certifique-se de que as saídas são mantidas desimpedidas.

Guarde as chaves das portas e janelas onde todos as possam encontrar.



Feche as portas interiores à noite





OS DETETORES DE FUMO

SALVAM VIDAS

Em caso de incêndio, saia, afaste-se e ligue 999.

Para aconselhamento específico para si e para a sua casa, visite www.ohfsc.co.uk e complete a sua própria verificação de segurança contra incêndios em casa.

FS069_PT ©Crown Copyright 2022.
Publicado por Home Office. Junho de 2022.
Versão 4



ISBN 978-1409845973

