



AUTOPROTEÇÃO em Chuvas e Inundações

ANTES

Defina um plano de emergência (como evacuar de sua casa, rotas de fuga e locais onde se abrigar).

No interior:

- Mude os alimentos e os objetos de maior valor para os pontos mais altos da habitação.
- Feche bem e coloque em lugar seguro as embalagens de produtos poluentes ou tóxicos.
- Mantenha a canalização doméstica e as torneiras em bom estado de conservação, para evitar ruturas. Tape os ralos dos lavatórios, banheiras e duchas, para dificultar a subida das águas.
- Prepare barreiras de emergência (ex. sacos de areia, anteparos para as portas e janelas).
- Desligue todos os equipamentos elétricos não essenciais.

No exterior:

- Mantenha o quintal/jardim sempre limpo.
- Recolha ou fixe todos os objetos que possam ser arrastados pelas águas e/ou entupir os sistemas de escoamento.
- Cubra com capas impermeáveis os objetos que possam danificar-se em contacto com a água.
- Mantenha limpas as caleiras, telhados e sistemas de escoamento de água.
- Evite áreas de pavimento impermeabilizadas extensas ou instale grelhas de escoamento.

DURANTE

No interior:

- Desligue a água, o gás e a eletricidade, caso comece a entrar água na habitação.
- Proteja a sua habitação reforçando as barreiras de emergência (ex. sacos de areia).
- Desloque-se para os locais mais elevados caso a água entre na sua habitação.
- Em caso de rutura na canalização doméstica ou de inundação por águas residuais (esgotos):
 - feche a torneira de segurança no contador da habitação;
 - contacte o seu fornecedor de água;
 - peça auxílio às entidades competentes.



No exterior:

- Tente drenar/evacuar a água da zona exterior da sua habitação, desde que o possa fazer em segurança.
- Facilite os trabalhos dos meios de socorro.
- Tenha atenção a cabos elétricos que possam estar caídos ou outros objetos que possam causar danos à sua saúde.

APÓS

Regresse à habitação só depois de ser dada essa indicação pelas autoridades competentes.



No interior:

- Verifique se existem danos estruturais na habitação que possam comprometer a sua segurança.
- Tenha atenção a cabos elétricos que possam estar caídos.
- Apenas ligue equipamentos elétricos se tiver a certeza de que não foram atingidos por água.
- Procure reunir e resgatar os seus pertences pessoais, sem pôr em perigo a sua segurança.
- Inicie a limpeza da habitação pelas zonas mais altas e zonas críticas (ex. local onde se encontram alimentos e bens essenciais), utilizando calçado fechado e luvas de proteção.

No exterior:

- Tenha atenção a cabos elétricos que possam estar caídos.
- Facilite o trabalho das equipas de remoção e de limpeza da via pública.





AUTOPROTEÇÃO em Chuvas e Inundações

ANTES



- Garanta que o seu veículo está estacionado numa zona mais elevada e afastada de cursos de água. Evite estacionamento subterrâneos.
- Evite deixar objetos de valor que se possam estragar caso o veículo fique exposto.
- Assegure-se que as janelas e portas do veículo ficam bem fechadas.
- Realize uma inspeção ao veículo, para assegurar o bom funcionamento dos componentes críticos, como bateria, pneus, ar condicionado ou escova limpa-vidros.
- Certifique-se que o seu automóvel tem combustível suficiente para circular, se necessário.



DURANTE

- Quando for circular, ligue o rádio para acompanhar o estado do tempo e das vias rodoviárias.
- Evite conduzir por áreas inundadas ou sujeitas a inundações súbitas.
- Adote uma condução defensiva:
 - Modere a velocidade, evitando acelerações ou travagens bruscas;
 - Trave com o motor se sentir perda de controlo do seu veículo;
 - Mantenha a distância de segurança para o veículo da frente;
 - Esteja atento a poças de água ou lençóis de água para evitar aquaplanagem.
- Conduza sempre com as luzes acesas, para que possa ver bem e ser visto.
- Não utilize o veículo, se este estiver estacionado numa zona inundada, para evitar ser arrastado.
- Sentindo que começa a ser arrastado pela corrente da água, abandone imediatamente o veículo, se o conseguir fazer em segurança.
- Sentindo que está preso numa corrente de água forte, não abandone o veículo e peça socorro.
- Estacione em zona mais elevada, afastada de cursos de água ou locais que possam ficar inundados com a acumulação de água.
- Em caso de acidente contacte a assistência em viagem.

APÓS



Realize uma revisão do veículo após a exposição a chuvas e inundações, garantindo que se encontra em bom estado.





AUTOPROTEÇÃO em Chuvas e Inundações

ANTES

- Defina um plano de emergência - Identifique locais seguros, secos e elevados para onde possa deslocar os animais e preveja rotas de fuga.
- Se os animais forem mantidos em espaço fechado, prepare barreiras de emergência (ex. sacos de areia, anteparos para as portas e janelas).
- Retire ou fixe todos os objetos no exterior que possam ser arrastados pelas águas e possam ferir os animais.
- Assegure-se que os animais estão devidamente identificados, por exemplo, com microchip ou placas com contacto do tutor.
- Prepare, e coloque em local facilmente acessível e seco, um estojo de emergência para animais domésticos com:
 - ração e água potável (para 5 dias), armazenadas em embalagens bem fechadas;
 - medicamentos essenciais (com instruções e nome do veterinário);
 - caixa ou transportadora identificada com nome do animal e contacto do tutor;
 - coleiras, trelas, guias e outros equipamentos para facilitar uma eventual evacuação;
 - documentos de identificação e registos médicos dos animais;
 - foto atual do animal de estimação com o seu tutor;
 - manta ou objeto familiar (para reduzir o stress do animal);
 - sacos higiénicos.
- Prepare o contacto de um veterinário e associações que possam prestar auxílio, em caso de necessidade.



DURANTE

No interior:

- Mantenha os seus animais de companhia junto de si nas zonas mais elevadas da habitação.
- Em caso de necessidade, proceda à evacuação dos animais. É recomendável que a evacuação ocorra o mais antecipadamente possível, para evitar pânico ou dificuldades em deslocar-se.



No exterior:

- Garanta que os seus animais permanecem em segurança ao longo da ocorrência.
- Desligue a eletricidade e o gás, caso existam no local onde estão guardados, e a água começar a entrar na estrutura.
- Mantenha-os devidamente tratados, alimentados e com água fresca disponível.
- Se for necessário evacuar os animais, evite zonas que possam estar inundadas.
- Se forem mantidos em espaços fechados/delimitados e não conseguir evacuá-los, abra as portas e janelas para que os mesmos possam tentar fugir.

APÓS



- Permita o regresso dos animais apenas quando as condições de segurança estiverem asseguradas.
- Assegure-se que os seus animais estão bem de saúde.
- Proceda à busca de animais desaparecidos quando as autoridades o permitirem.
- Alimente-os apenas com produtos que estejam em boas condições e forneça água potável.
- Deite fora toda a alimentação que não esteja em condições de consumo pelos animais.
- Procure a ajuda de um médico veterinário, sempre que detetar algum sinal estranho nos seus comportamentos.





AUTOPROTEÇÃO em Chuvas e Inundações

ANTES

- Procure conhecer a área onde reside e perceber se está exposta a algum tipo de riscos.
- Mantenha-se atento às notícias e indicações das autoridades competentes.
- Prepare, e coloque em local facilmente acessível, um estojo de emergência com:
 - rádio a pilhas ou solar;
 - lanterna a pilhas / solar / com dínamo;
 - pilhas de reserva (se necessário);
 - material de primeiros socorros;
 - medicamentos essenciais;
 - agasalhos (impermeáveis);
 - água potável e alimentos não perecíveis.
- Aproveitane uma reserva de água potável e alimentos enlatados para 2 ou 3 dias e guarde em local alto, seco e protegido.
- Acondicione num saco impermeável os objetos pessoais mais importantes e os seus documentos.



DURANTE

- Mantenha-se informado seguindo as atualizações das entidades oficiais.
- Evite a utilização desnecessária do telemóvel para poupar bateria, caso falhe a eletricidade.
- Em caso de emergência, ligue para o **INEM**.
- Caso não consiga ligar por telefone ou telemóvel utilize um pano, uma lanterna ou a lanterna do seu telemóvel para pedir auxílio.
- Se for evacuado respeite as orientações que lhe forem transmitidas e leve consigo o estojo de emergência e o saco com os seus objetos pessoais.
- Consuma apenas água engarrafada e alimentos devidamente conservados (enlatados ou que não tenham estado em contacto com a água).

No interior:

- Permaneça dentro de casa preferencialmente em locais elevados.

No exterior:

- Evite deslocar-se em zonas inundadas, porque pode ser arrastado pela força da corrente.
- Se tiver de caminhar no meio da inundação, faça-o em segurança. Utilize um apoio para guiá-lo no meio da água.
- Ande sempre calçado e use roupa impermeável.
- Procure abrigo adequado, devendo dar preferência a zonas elevadas.
- Após ter contacto com a água da inundação, limpe de imediato as mãos, as roupas e todas as superfícies onde tocou.

APÓS



- Mantenha-se atento às notícias e indicações das autoridades competentes.
- Em caso de emergência, ligue para o **INEM**.
- Se sentir alguma complicação de saúde ligue para o **SNS 24 (808 24 24 24)** e aconselhe-se.
- Consuma apenas água engarrafada e alimentos devidamente conservados (enlatados ou que não tenham estado em contacto com a água).
- Deite para o lixo os alimentos (mesmo embalados) e os medicamentos que estiveram em contacto com a água das cheias.
- Preste auxílio aos grupos mais vulneráveis, como crianças, doentes, idosos, pessoas com deficiência e animais.

