



REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA  
Governo Regional  
SECRETARIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO  
GABINETE DO SECRETÁRIO

Γ  
Exmo.(a) Senhor(a)  
Direções Regionais  
IQ – IP-RAM  
CEPAM  
Madeira Tecnopolo  
Serviços do Gabinete Secr

7

Enviado por:  
EMAIL

Secretaria Regional de Educação  
Gabinete do Secretário

**SAÍDA**

Circular N.º: 56 11-08-2016  
Proc.:2.0.0.0

L

ASSUNTO: COMUNICADO – RECOMENDAÇÕES PARA A POPULAÇÃO DEVIDO À  
OCORRÊNCIA DE INCÊNDIOS

Para os devidos efeitos, encarrega-me o Exmo. Senhor Secretário Regional de enviar a V. Ex<sup>a</sup>, fotocópia do e-mail, datado de 09/08/2016, do Instituto de Administração da Saúde e Assuntos Sociais, IP-RAM, subordinado ao assunto mencionado em epígrafe.

Com os melhores cumprimentos,

A Chefe de Gabinete

*Sara Relvas*

(Sara Relvas)

Na resposta indicar a «Nossa Referência». Em cada ofício tratar só de um assunto

/EA



**Elsa Maria Freitas Andrade Ferreira**

---

**De:** Gabinete - Secretaria Regional da Educaçao  
**Enviado:** 9 de agosto de 2016 14:49  
**Para:** Reparticao dos Servicos Administrativos do GS-SRE  
**Assunto:** FW: Comunicado - Recomendações para a População Devido à Ocorrência de Incêndios  
**Anexos:** comunicado\_recomendacoes\_incendios.pdf

**De:** Carla Aguiar [mailto:Carla.Aguiar@iasaude.sras.gov-madeira.pt] **Em nome de** IASAUDE Divulga  
**Enviada:** terça-feira, 9 de Agosto de 2016 14:40  
**Assunto:** Comunicado - Recomendações para a População Devido à Ocorrência de Incêndios

---

Instituto de Administração da Saúde e Assuntos Sociais, IP-RAM  
Rua das Pretas, n.º 1  
9004-515 Funchal  
Telefone 291212300  
Fax 291281421  
<http://iasaude.sras.gov-madeira.pt>

*fazer circular*  
*11.8.16*  
*Jane Silva*

Secretaria Regional de Educação  
Gabinete do Secretário

**ENTRADA**

N.º: 7.113                      09-08-2016  
Proc.:2.0.0.0

Número | 3/2016  
Data | 9-08-2016

## RECOMENDAÇÕES PARA A POPULAÇÃO DEVIDO À OCORRÊNCIA DE INCÊNDIOS

A situação de incêndios que se está a vivenciar na RAM constitui uma grande fonte de emissão de poluentes gasosos e de partículas para atmosfera, com repercussões na qualidade do ar e na saúde humana.

A nuvem de fumo que paira sobre as zonas assoladas pelos incêndios, ganha grande extensão e vai variando de dimensão e localização devido às condições meteorológicas, designadamente à intensidade do vento.

Assim, a concentração de fumo pode variar constantemente ao longo do dia e afetar pessoas que se encontram em ambientes mesmo afastados das zonas de incêndio e rescaldo.

A principal ameaça para a saúde resultante do fumo provém das partículas que constituem um poluente que pode afetar a saúde.

Os principais sintomas são: irritação nos olhos, nariz, garganta e tosse (pode haver risco de agravamento de doenças respiratórias).

Os efeitos dos incêndios podem ser sentidos com maior intensidade em grávidas, crianças, doentes respiratórios crónicos, doentes com problemas cardíacos, trabalhadores ao ar livre e população envolvida nas imediações.

Neste sentido e enquanto os efeitos do fumo se fizerem sentir, o IASAÚDE, IP-RAM, recomenda:

- Reduzir a atividade física;
- Aumentar a ingestão de líquidos;
- Restringir/eliminar o consumo do tabaco;
- Evitar o contacto com produtos de limpeza irritantes ou similares;
- Permanecer no interior das habitações e manter as portas e janelas bem fechadas, reduzindo a entrada de ar do exterior. Se necessário, reduzir frinchas existentes com panos molhados;
- Utilizar máscaras adequadas para filtração das partículas, essencialmente para quem necessita de permanecer no exterior, ou proteger a boca e nariz com lenços húmidos;
- Deverá proceder-se a um reforço da manutenção dos equipamentos de climatização, essencialmente no que se refere à frequência de limpeza dos filtros de ar;
- As crianças, os idosos, as grávidas, os doentes com problemas respiratórios crónicos, principalmente asma e os doentes do foro cardiovascular, pela sua maior sensibilidade e vulnerabilidade aos efeitos deste

fenómeno, para além de cumprirem as recomendações para a população em geral devem permanecer no interior dos edifícios com as janelas fechadas e utilizar sistemas de purificação do ar ou ar condicionado (modo de recirculação);

- Os doentes crónicos devem manter os tratamentos médicos em curso;
- No caso da situação se agravar, os grupos mais vulneráveis que se encontrem na proximidade do incêndio e a população em geral devem obedecer às ordens de evacuação e cumprir estritamente as recomendações das autoridades.

Para além do fumo resultante dos incêndios, a população está exposta ao calor que se está a registar, agravando os efeitos na saúde.

Desta forma, devem ser seguidas as recomendações para o calor, entre as quais:

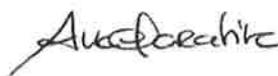
- Procurar ambientes frescos ou climatizados mesmo durante a noite;
- Evitar a exposição direta ao sol, principalmente entre as 11 e as 17 horas;
- Aumentar a ingestão de água ou de sumos de fruta natural, mesmo durante a noite;
- Evitar o consumo de bebidas alcoólicas.

Em caso de agravamento de sintomas contactar/procurar uma unidade de saúde mais próxima (Centro de Saúde).

Para mais informações consultar a página do IASAÚDE, IP-RAM: <http://iasaude.sras.gov-madeira.pt/verao/>

Em substituição,  
Conforme n.º 4 do art.º 5 do anexo ao  
DLR n.º 22/2008/SI, de 23/06, na redação  
dada pelo DLR n.º 14/2012/MI, 09/07

A Presidente do Conselho Diretivo



Ana Nunes

## **Fabiola Alexandra Gomes da Mota**

---

**De:** Gabinete - Secretaria Regional da Educaçao  
**Enviado:** 9 de agosto de 2016 16:29  
**Para:** Reparticao dos Servicos Administrativos do GS-SRE  
**Assunto:** FW: Circular Informativa n.º 35/2016 - OCORRÊNCIA DE INCÊNDIOS - Principais medidas para prevenir e minimizar os efeitos da situação de incêndio na saúde das populações.  
**Anexos:** circular\_informativa\_35\_2016\_ocorrencia\_incendios.pdf

**De:** Carla Aguiar [mailto:Carla.Aguiar@iasaude.sras.gov-madeira.pt] **Em nome de** IASAUDE Divulga  
**Enviada:** terça-feira, 9 de Agosto de 2016 16:26  
**Assunto:** Circular Informativa n.º 35/2016 - OCORRÊNCIA DE INCÊNDIOS - Principais medidas para prevenir e minimizar os efeitos da situação de incêndio na saúde das populações.

Instituto de Administração da Saúde e Assuntos Sociais, IP-RAM  
Rua das Pretas, n.º 1  
9004-515 Funchal  
Telefone 291212300  
Fax 291281421  
<http://iasaude.sras.gov-madeira.pt>



REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA  
GOVERNO REGIONAL  
SECRETARIA REGIONAL DA SAÚDE  
INSTITUTO DE ADMINISTRAÇÃO DA SAÚDE E ASSUNTOS SOCIAIS, IP-RAM

CIRCULAR  
INFORMATIVA

Instituto de Administração da  
Saúde e Assuntos Sociais,  
IP-RAM

S 35 CI  
9-8-2016 0 . 0 . 0 . 0  
Original

**Assunto:** OCORRÊNCIA DE INCÊNDIOS - Principais medidas para prevenir e minimizar os efeitos da situação de incêndio na saúde das populações.

**Para:** Secretarias Regionais; Direções Regionais, Institutos Públicos, Entidades Públicas Empresariais, Câmaras Municipais, Juntas de Freguesias, Autoridades de Saúde, Unidades de Saúde do sector público e privado, Farmácias, ACIF, ASSICOM, ANAFRE, AMRAM.

Atendendo à ocorrência de incêndios florestais e urbanos que deflagram na Região e considerando que os mesmos representam um risco para a saúde das populações que decorrem, quer da emissão de partículas poluentes, quer do envolvimento dos profissionais e população em geral nas actividades relacionadas com o seu combate, o Instituto de Administração da Saúde e Assuntos Sociais, IP-RAM, reúne na presente circular um combinado informativo (em anexo) que procura elencar as principais medidas para prevenir e minimizar os efeitos da situação de incêndio na saúde das populações.

Recomenda-se em complementaridade a consulta da informação disponível nos seguintes sítios da internet:

- <http://www.procivmadeira.pt>
- <http://iasaude.sras.gov-madeira.pt>
- <http://www.dgs.pt>

Solicita-se, assim, a colaboração de todas as entidades e unidades formalmente organizadas em todo o território regional a melhor na divulgação da informação em anexo.

Em substituição,  
Conforme n.º 4 da art.º 5 do anexo ao  
DLR n.º 22/2008/DR, de 23/06, na redação  
dada pelo DLR n.º 14/2012/M,09/07

A Presidente do Conselho Diretivo

Ana Nunes

Anexo: Medidas de prevenção e proteção contra incêndios.

DSI/AG/UTCES



Rua das Pretas, n.º 1 | 9004-515 Funchal | T. +351 291 212 300 F. +351 291 281 421  
<http://iasaude.sras.gov-madeira.pt> | [iasaude@iasaude.sras.gov-madeira.pt](mailto:iasaude@iasaude.sras.gov-madeira.pt) | NIF: 511 284 349



REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA  
GOVERNO REGIONAL  
SECRETARIA REGIONAL DA SAÚDE  
INSTITUTO DE ADMINISTRAÇÃO DA SAÚDE E ASSUNTOS SOCIAIS, IP-RAM

*Handwritten signature or mark*

## MEDIDAS DE PREVENÇÃO E PROTEÇÃO CONTRA INCÊNDIOS

### Durante a ocorrência dos incêndios

- Evitar a inalação de partículas de fumo protegendo a boca e o nariz com máscaras adequadas para filtração das partículas ou lenços húmidos;
- Usar protecção ocular (óculos). No caso de irritação dos olhos lavá-los com soro fisiológico ou água fria e limpa;
- Perante uma atmosfera com fumo, respirar devagar e manter a calma;
- Permanecer no interior das habitações, mantendo as portas, janelas e tampas das lareiras fechadas. Se necessário tapar frinchas existentes com panos molhados;
- Fazer reservas estratégicas de água e coloca-la em diversos pontos da habitação que permita usar de forma imediata caso a habitação, para manter molhada as áreas externas da mesma em situações de ameaça da habitação pelas chamas;
- Não fumar, não acender velas nem qualquer aparelho que funcione a gás ou a lenha, de modo a manter o nível de oxigénio, dentro de casa, o mais elevado possível;
- Nas áreas atingidas, as crianças não devem brincar ao ar livre. Atenção às crianças com menos de 3 anos, pois o risco de inalação de fumo é maior: o seu padrão de respiração é mais rápido e trocam 2 vezes mais volume de ar que os adultos;
- No caso de agravamento da situação de incêndio, os grupos mais vulneráveis (idosos, portadores de doenças crónicas, crianças, grávidas) deverão ser evacuados para locais dotados com sistemas de ar condicionado e devem obedecer às ordens de evacuação e cumprir estritamente as recomendações das autoridades;
- Os doentes cardíacos e respiratórios devem ter consigo a medicação de urgência e usá-la caso seja necessário;
- Em caso de queimadura passá-la por água fria. Não usar gorduras e recorrer aos serviços de saúde;





*Handwritten signature or initials.*

Em caso de incêndio na habitação:

- Procurar não entrar em pânico;
- Cobrir a cabeça e o resto do corpo com roupas molhadas;
- Respirar junto ao chão, através de roupa molhada, para evitar inalar o fumo;
- Desligar o gás e a eletricidade;
- Sair em direção contrária à do vento;
- Refugiar-se numa zona com água, se acessível e com pouca vegetação.

Após a ocorrência dos incêndios:

- Manter a utilização de máscaras ou lenços húmidos nas operações de limpeza de cinzas, dentro e fora dos edifícios;
- Reduzir a atividade física nos espaços exteriores;
- Restringir a utilização do tabaco;
- Proceder à adequada manutenção dos sistemas de ar condicionado, designadamente dos filtros de remoção de partículas;
- Evitar o contacto com produtos de limpeza ou similares irritantes.

Nas situações em que se registam exposições prolongadas e intensas ao fumo, as pessoas devem recorrer aos serviços de saúde se apresentarem queixas como: irritação do nariz, garganta e traqueia; tosse; pieira e falta de ar; irritação dos olhos e perturbações da visão; dores de cabeça; tonturas; fadiga; dificuldades de concentração e confusão mental.

**Prevenir os incêndios florestais**

Nestas alturas de maior calor, não pode haver lugar a:

- Realização de queimadas ou fogueiras para recreio ou lazer, ou para confeção de alimentos;





REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA  
GOVERNO REGIONAL  
SECRETARIA REGIONAL DA SAÚDE  
INSTITUTO DE ADMINISTRAÇÃO DA SAÚDE E ASSUNTOS SOCIAIS, IP-RAM

*Handwritten signature*

- Utilização de equipamentos de queima e de combustão destinados à iluminação ou à confeção de alimentos;
- Queima de matos cortados e amontoados e qualquer tipo de sobrantes de exploração agrícola;
- Lançamento de balões com mecha acesa ou qualquer outro tipo de foguetes;
- Fumar ou fazer lume de qualquer tipo nos espaços florestais e vias que os circundem.

#### Água Potável

O IASAÚDE, IP-RAM recomenda que, havendo algumas dificuldades no abastecimento de água potável às zonas afetadas, se tome as seguintes medidas:

- Na lavagem de saladas, fruta ou outros alimentos que se consomem crus, bem como para beber, seja utilizada água fervida (10 minutos), ou então, na impossibilidade de ferver, usar água à qual se adicionou lixívia, na seguinte proporção: 1 litro de água – 2 gotas de lixívia, 5 litros de água – 10 gotas lixívia;
- A água, depois de fervida ou tratada com lixívia, deverá ser guardada num recipiente limpo (por exemplo garrações de 5 litros) de modo a ser mais facilmente utilizável;
- Não é necessário ferver ou desinfetar a água que se destina a cozinhar os alimentos, nem a que se utiliza para a higiene pessoal, exceto aquela que se utiliza para a lavagem dos dentes.

