



# SISMOS



## SISMOS

### SISMOS

Um sismo é um fenómeno natural que ocorre quando a crosta terrestre vibra. Os sismos podem ser ligeiros ou muito violentos e duram entre poucos e muitos segundos.

Após o sismo principal podem ocorrer réplicas, que são sismos de menor intensidade.

Para classificarmos um sismo recorreremos à Escala de Mercalli, que distingue 12 níveis, dependendo da sua intensidade.

#### **Antes de um Sismo - preparar a casa:**

- Não colocar os móveis e outros objetos junto de saídas;
- Fixar as estantes e móveis pesados, as garrafas de gás, os vasos e as floreiras às paredes;
- Colocar os objetos mais pesados nas prateleiras mais baixas das estantes;
- Afastar as camas das janelas e dos candeeiros de teto;
- Comprar um extintor e aprender a usá-lo. Fazer a revisão periódica;
- Armazenar água e alimentos enlatados para 2 ou 3 dias;
- Ensinar os mais novos a desligar a eletricidade, a água e o gás;
- Colocar num local acessível os números de telefone dos serviços de emergência;
- Organizar um estojo de emergência, que deve conter: rádio e lanterna a pilhas (com pilhas de reserva), material de primeiros socorros, medicamentos e agasalhos.

#### **Durante um Sismo - Manter a calma:**

- Ficar afastado de janelas, espelhos, chaminés, e outros objetos que possam cair;
- Ajoelhar-se debaixo de uma mesa, cama ou superfície resistente e proteger a cabeça e os olhos com as mãos e braços;
- Não correr para a saída, se estiver num andar superior de um edifício, pois as escadas podem estar cheias de gente e não vai conseguir sair;
- Nunca utilizar os elevadores.



## SISMOS

### Na rua:

- Dirigir-se para um local aberto, longe de postes de eletricidade e outros objetos que possam cair.

### Em viagem:

- Parar longe de edifícios, muros, encostas, postes e cabos de alta tensão. Permanecer dentro do carro.

### Em casa:

Existem alguns locais dentro de casa que são mais seguros. Devem ser sempre a escolha de refúgio em caso de sismo:

- Vãos de portas;
- Cantos das salas;
- Debaixo das mesas, camas ou outras superfícies resistentes.

### Locais a evitar:

- Elevadores;
- Junto a janelas, espelhos e chaminés;
- O meio das salas;
- Saídas.



## SISMOS

### Após o sismo:

- Manter a calma, mas lembrar que ainda podem ocorrer réplicas;
- Não acender fósforos nem isqueiros, pois pode haver fugas de gás;
- Cortar imediatamente o gás, a eletricidade e a água;
- Observar se a casa sofreu danos. Se não estiver segura, devemos sair, mas nunca utilizar os elevadores;
- Não tocar em objetos metálicos e ter cuidado com os fios elétricos;
- Proteger o corpo com roupa adequada: vestir umas calças, camisa de mangas compridas e calçar sapatos fortes;
- Observar se há pequenos incêndios e apagá-los;
- Limpar urgentemente tintas, pesticidas e outras substâncias perigosas e inflamáveis que tenham sido derramadas;
- Ficar longe das praias. Depois de um sismo pode haver um tsunami (onda gigante);
- Soltar os animais, eles tratam de si próprios;
- Ajudar os feridos, mas não remover os feridos com fraturas, a não ser que haja perigo de incêndio, inundação ou derrocada;
- Ligar a rádio e ficar atento às instruções difundidas;
- Não utilizar o telefone, exceto em caso de emergência (feridos graves, fuga de gás ou incêndio).

### Na rua:

- Não regressar a casa;
- Parar a viatura em locais abertos, afastada de locais abertos onde possam existir edifícios, muros, encostas, postes e cabos de alta tensão. Permanecer dentro do carro.