

ENQUADRAMENTO

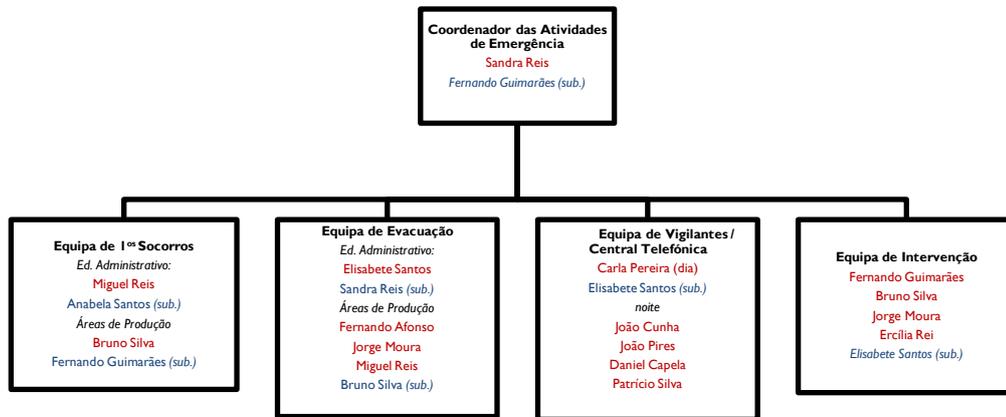
O presente documento constitui o PSI Local do CITRU de Boticas e é parte integrante do PSI da RESINORTE. Neste documento descrevem-se os elementos das Medidas de Autoproteção que são exclusivos do CITRU de Boticas, nomeadamente o organigrama de emergência da instalação, os meios de proteção existentes e os procedimentos em caso de emergência aplicáveis.

A todo o momento deve existir uma cópia deste documento na Portaria do CITRU, que funcionará de Posto de Comando em caso de emergência.

CARACTERIZAÇÃO DA INSTALAÇÃO

Unidade de Produção	Unidade de Produção 2 (UP2 - Boticas)
Instalação	Centro Integrado de Tratamento de Resíduos Urbanos
Morada	Lugar da Quinta 5460 – 000 Boticas
Contactos	Telefone: 276 418 340 Fax: 276 418 341 E-mail: geral@resinorte.pt
Utilização-Tipo	Utilização-Tipo XII “industriais, oficinas e armazéns”
Categoria de Risco	2ª Categoria de Risco
Abastecimento de Energia	O abastecimento de energia elétrica é garantido por um Posto de Transformação (PT) e, na sua falta, por um gerador fixo alimentado a gasóleo, ambos localizados junto ao Ecocentro de Boticas
Vias de Comunicação	As instalações de Boticas têm ligação à A24 (nó de Curalha) através de estradas nacionais (EN 312 e EN 103)

LOCAL	HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO
Edifício Administrativo	09h00 às 13h00 14h00 às 18h00
Áreas de Produção	08h30 às 13h00 14h00 às 17h30
Portaria	Horário contínuo, com colaboradores internos

ORGANIGRAMA DE EMERGÊNCIA

MEIOS DE PROTEÇÃO

O CITRU de Boticas dispõe de um conjunto de meios de proteção, que servem como meios de primeira intervenção a utilizar em caso de emergência.

MEIO DE PROTEÇÃO	DESCRIÇÃO
SI (HIDRANTES)	Nas instalações de Boticas existem vinte e três hidrantes (marcos de água), que permitem, em caso de necessidade, reabastecer os autotanques dos Bombeiros.
SISTEMA AUTOMÁTICO DE DETECÇÃO DE INCÊNDIO	A zona administrativa e o edifício social estão equipados com sensores de deteção de fumos que, em caso de existência de fumo, disparam automaticamente na central de deteção de incêndio através de um alarme sonoro.
BOTONEIRAS DE ALARME	Existem botoneiras de alarme no edifício administrativo e edifício social.
REDE DE INCÊNDIO ARMADA (RIA)	Nos pavilhões da estação de triagem e compactação existem bocas-de-incêndio armadas devidamente sinalizadas. A localização de cada uma pode ser consultada na respetiva Planta de Emergência.
CORTE DE ENERGIA	O corte de energia pode ser feito nos Quadros Gerais dos diferentes edifícios. Existe um corte geral no quadro geral do Posto de Transformação. As chaves que dão acesso ao quadro geral encontram-se na Portaria.
EXTINTORES PORTÁTEIS	O CITRU de Boticas dispõe de extintores de pó químico ABC e CO ₂ , que se encontram distribuídos pelas zonas produtiva e administrativa, nos caminhos de evacuação e saídas de emergência. Todas as viaturas da recolha (seletiva e porta a porta) dispõem de extintor portátil. A distribuição dos extintores pelas instalações encontra-se indicada nas Plantas de Emergência.

MEIO DE PROTECÇÃO	DESCRIÇÃO
	Junto a cada extintor localizam-se instruções de utilização em caso de incêndio.
ILUMINAÇÃO DE EMERGÊNCIA	As saídas de emergência estão identificadas com blocos autónomos de iluminação de emergência.
SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA E EMERGÊNCIA	Os extintores portáteis, carretéis, botoneiras de alarme estão sinalizados com pictogramas fotoluminescentes. As zonas com perigo de eletrocussão estão protegidas e sinalizadas com o símbolo de “Perigo de Contacto com a Corrente Elétrica”. As vias de circulação, de armazenamento e de evacuação encontram-se devidamente delimitadas com linhas amarelas.
CAIXA DE PRIMEIROS SOCORROS	Existem caixas de primeiros socorros devidamente equipadas e sinalizadas em vários pontos das instalações. Todas as viaturas da recolha seletiva e recolha porta-a-porta dispõem igualmente de sacos de primeiros socorros.
KIT DE COMBATE A DERRAMES	Os locais onde existe a possibilidade de derrames estão equipados com um kit de combate constituído por Pá, Vassoura, Absorvente (saco de 5 kg), Saco Plástico. As viaturas da recolha dispõem igualmente de um kit para controlo de derrames.

PROCEDIMENTOS EM CASO DE EMERGÊNCIA
INSTRUÇÃO GERAL – INCÊNDIO

 Caso **DETETE** um foco de Incêndio durante o tempo normal de laboração:

1	AVISAR!	Avisar de imediato o CAE (Coordenador das Atividades de Emergência): <i>Viva voz (sem gritar)</i> <i>Telefone / Telemóvel</i> <i>Através de um colega</i>
2	AVALIAR	Avalie a sua capacidade de intervenção. Corte a eletricidade caso seja necessário.
3	EXTINGUIR O INCÊNDIO	Se tiver formação e for capaz de extinguir o incêndio com segurança e sem correr riscos, ataque o incêndio com os meios disponíveis no local (extintores, bocas de incêndio). Certifique-se primeiro que existe uma saída segura da área de incêndio para o caso de algo correr mal. Utilize os extintores de acordo com as instruções de manuseamento.
4	INCAPAZ DE EXTINGUIR O INCÊNDIO?	Se não for capaz de extinguir o incêndio, deixe a área imediatamente de acordo com os percursos estabelecidos nas plantas de emergência e, aguarde instruções.
5	ABANDONAR O POSTO DE TRABALHO	No caso de receber ordem de evacuação da Equipa de Evacuação, deve sair do edifício e dirigir-se para o PONTO DE ENCONTRO . Deve seguir os percursos estabelecidos nas plantas de emergência e não voltar para trás sob nenhum pretexto.
6	ACOMPANHAR VISITANTES	Caso detete a presença de visitantes nas instalações (clientes, manutenção, etc.) deve dar-lhes instruções e acompanhá-las até ao Ponto de Encontro.
7	AFASTE-SE	Afaste-se do fogo e fumos. Mantenha a cabeça baixa para evitar a inalação de fumos.
8	CUIDADO COM AS PORTAS!	Antes de abrir qualquer porta, deve tocar primeiro na porta, com as “costas” da mão. Não abrir as portas que estiverem quentes.
9	PRIMEIROS SOCORROS	Seguir as Instruções de Segurança estabelecidas para o auxílio a vítimas, caso se verifique que, durante a evacuação, algum dos colaboradores necessite da prestação de primeiros socorros.
10	CONTAR COLABORADORES	Já no PUNTO DE ENCONTRO, confirmar que todos os postos de trabalho foram evacuados. Caso falte algum colega, comunicar ao Coordenador das Atividades de Emergência.
11	NÃO REGRESSAR AO POSTO DE TRABALHO	Não deve regressar ao edifício ou à área de trabalho sem que o CAE lhe dê instruções para o fazer.

 Caso **DETETE** um foco de Incêndio **FORA DO PERÍODO NORMAL DE LABORAÇÃO** (noite, feriados, férias, fins-de-semana) deverá chamar logo apoio externo e comunicar a situação ao CAE.

INSTRUÇÃO ESPECÍFICA – UTILIZAÇÃO DE EXTINTOR

1		RETIRE o extintor do suporte e transporte-o na posição vertical, segurando no manípulo
2		RETIRE o selo ou cavilha de segurança
3		PRESSIONE a alavanca
4		APROXIME-SE do foco de incêndio progressiva e cautelosamente
5		NÃO AVANCE enquanto não estiver seguro de que o fogo não o atingirá pelas costas
6		DIRIJA o jacto para a base das chamas
7		VARRA devagar, toda a superfície das chamas
8		ACTUE sempre no sentido do vento
9		EM COMBUSTÍVEIS LÍQUIDOS não lance o jacto com demasiada pressão para evitar que o combustível se espalhe
10		Dê por terminada a sua atuação apenas depois de se assegurar de que o incêndio não se reacenderá

INSTRUÇÃO ESPECÍFICA – EVACUAÇÃO

1	Quando receber a ordem de evacuação do seu superior ou de um dos elementos da equipa de evacuação, inicie imediatamente a evacuação
2	Mantenha a calma
3	Caso existam colegas com dificuldades motoras, auxilie a sua evacuação
4	Caso existam pessoas estranhas à organização (visitantes, fornecedores, etc.) auxilie a sua evacuação
5	A saída do edifício deverá processar-se sempre segundo o percurso assinalado na Planta de Emergência e seguindo a sinalização de Emergência até à porta de saída respectiva.
6	Ande em passo rápido , mas evitando correr e empurrar outros colegas.
7	Ter presente que o importante é evacuar pessoas e não os bens, pelo que ninguém se deverá preocupar com carteiras, computadores, sacos, papéis, roupas, etc.
8	Permaneça no Ponto de Encontro até novas indicações. 
9	Não regresse ao edifício ou à área de trabalho até que o Coordenador das Atividades de Emergência dê instruções para o fazer.

INSTRUÇÃO GERAL – SISMO

DURANTE UM SISMO	<ol style="list-style-type: none">1. EVITE O PÂNICO, mantenha a calma e serenidade e acalme os seus colegas2. SE ESTIVER NUM DOS ANDARES SUPERIORES não se precipite para as escadas3. ABRIGUE-SE no vão de uma porta interior, nos cantos dos gabinetes ou debaixo de uma mesa4. SE CONSEGUIR DESLIGUE as máquinas, corte a água e o gás e desligue a eletricidadeSe se encontra dentro de uma viatura em movimento REDUZA A VELOCIDADE e pare logo que possível em local de preferência amplo e aberto, afastado de edifício, muros, postes, etc. Aguarde no interior da viatura até que o sismo termine.
APÓS OS PRIMEIROS MINUTOS	<ol style="list-style-type: none">1. MANTENHA A CALMA e conte com a ocorrência de possíveis réplicas2. NÃO FUME, NEM ACENDA FÓSFOROS OU ISQUEIROS. Pode haver fugas de gás ou curto-circuitos3. VERIFIQUE SE EXISTEM FERIDOS À SUA VOLTA. Socorra-os se possível, mas nunca os remova excepto se estiverem em perigo iminente No caso de soterramento e se possível, vá retirando cuidadosamente os escombros até à chegada do socorro4. PROTEJA a cabeça e a cara com um casaco, um capacete ou um objeto resistenteSe possível DIRIJA-SE para um local seguro (Ponto de Encontro) e relate aos seus superiores o que observouSe verificar derrames de substâncias químicas inflamáveis, fugas de gás ou incêndios INFORME as equipas de intervenção7. NÃO SAIA DO PONTO DE ENCONTRO até ordem em contrário8. MANTENHA A CALMA e tente acalmar os seus colegas9. NÃO DEIXE que nenhum dos seus colegas volte para o seu posto de trabalho ou tente recolher os seus pertences sem permissão dos seus superiores.

INSTRUÇÃO GERAL - DERRAME

 Caso **DETETE** um derrame de dimensão considerável de substâncias químicas:

1	AVISAR!	Avisar de imediato o CAE (Coordenador das Atividades de Emergência): <i>Viva voz (sem gritar)</i> <i>Telefone/Telemóvel</i> <i>Através de um colega</i>
2	AVALIAR	Avalie a sua capacidade de intervenção (meios ao seu dispor, interações do produto derramado com outros nas suas proximidades)
3	ANALISAR FICHAS DE SEGURANÇA	Coloque os Equipamentos de Proteção Individual indicados na Ficha de Segurança do Produto
4	CONTER O DERRAME	Deve conter o derrame com o material absorvente para o efeito (granulado, areia, etc.) Evite o seu escoamento para sistemas de esgotos e de águas pluviais, bloqueando ou tapando as respectivas entradas
5	VENTILAR	Reforçar a ventilação na área
6	AFASTAR	Afaste equipamentos / materiais que possam ser afetados pelo derrame
7	RESÍDUOS	Uma vez eliminada a fuga ou contido o derrame, proceda à recolha dos resíduos para um recipiente, devidamente identificado e próprio para o efeito Armazene em local bem arejado para posterior eliminação
8	LIMPEZA	A água de lavagem do local afetado deve ser colocada no contentor dos resíduos
9	ABANDONAR O LOCAL	Se sentir que as condições são inseguras, abandone o local e dirija-se para um local seguro. Faça o mesmo se receber indicações da Equipa de Evacuação, do Chefe de intervenção ou do CAE.
10	REGRESSAR AO POSTO DE TRABALHO	Não deve regressar ao edifício ou ao posto de trabalho sem que o CAE lhe dê instruções para o fazer.

INSTRUÇÃO GERAL
ACIDENTE DE VIAÇÃO COM ESPALHAMENTO DE RESÍDUOS E/OU DERRAME DE GASÓLEO/ÓLEOS

Caso ocorra espalhamento de resíduos e/ou derrame de gasóleos/óleos (via pública ou nas vias de circulação internas):

1	COMUNIQUE a situação ao seu superior hierárquico ou CAE
2	AVALIE a sua capacidade de intervenção
3	LIMITE acessos e coloque sinalização (triângulos e cones, fitas sinalizadoras se existentes no veículo)
4	CONTENHA o espalhamento dos resíduos (usando pá e vassoura disponíveis na viatura)
5	APLIQUE o absorvente sobre a mancha, se se tratar de derrame de gasóleo/óleos e AGUARDE que este faça efeito (a aplicação de produto absorvente em pequenos derrames na recolha RSU é garantida pela viatura oficina) (*)
6	RECOLHA os resíduos para recipiente adequado (saco plástico ou contentor para o efeito)
7	CERTIFIQUE-SE que o local ficou limpo
8	SE POSSÍVEL , retome a situação normal de trabalho
9	REGISTE o sucedido em modelo próprio (Registo de Incidente de Trabalho RN03i-002 no campo de “Situação de Emergência”) e entregue-o ao seu superior hierárquico.

(*) Nota: Em situações de derrames de maiores dimensões, deverá ser sempre contactada a corporação de Bombeiros mais próxima, de forma a garantir um correto controlo e limpeza do local.

INSTRUÇÃO GERAL - RISCOS EXTERNOS
INUNDAÇÕES, INCÊNDIO NAS IMEDIAÇÕES, TEMPESTADES

Caso **DETETE** uma situação de emergência externa à RESINORTE deverá:

1	AVISAR!	Avisar de imediato o CAE (Coordenador das Atividades de Emergência): Viva voz (sem gritar) Telefone/Telemóvel Através de um colega
2	FIQUE ALERTA	Aguarde por instruções das equipas, ficando alerta para uma possível evacuação das instalações
3	FECHAR	Caso seja necessário, desligar gás e/ou água e/ou eletricidade
4	EVACUAR SE NECESSÁRIO	Caso lhe sejam dadas informações para evacuar siga a Instrução Geral de Evacuação
5	REGRESSAR AO POSTO DE TRABALHO	Não deve regressar ao edifício ou ao posto de trabalho sem que o Coordenador das Atividades de Emergência lhe dê instruções para o fazer.

INSTRUÇÃO GERAL
ACTUAÇÃO EM CASO DE NEVÃO

Sempre que se verifique uma situação de nevão forte, tenha em atenção as informações meteorológicas dos órgãos de comunicação e caso a situação esteja a ficar descontrolada:

QUALQUER COLABORADOR	COMUNICAR ao CAE a situação
CAE	AVALIAR a situação e se necessário dar ordem a todos os colaboradores para abandonarem as instalações e se dirigirem a casa INFORMAR os Chefes de Intervenção da situação
CHEFES DE INTERVENÇÃO	AVALIAR a situação e <u>se necessário</u> ORDENAR o espalhamento de sal nos arruamentos da RESINORTE para facilitar a saída dos colaboradores das instalações
EQUIPA DE INTERVENÇÃO	Seguir as instruções dos Chefes de Intervenção

INSTRUÇÃO PARTICULAR – INCÊNDIO NOS ALVÉOLOS DO ATERRO

Os meios de extinção existentes para os alvéolos no aterro são mangueiras ligadas a uma Rede de Incêndio Interna e extintores nos veículos.

Deverá ser dada especial atenção ao facto do aterro produzir biogás que é inflamável, devendo-se afastar o foco de incêndio dos drenos deste gás.

QUALQUER COLABORADOR	<p>COMUNICAR ao CAE a situação de emergência:</p> <p>RETIRAR imediatamente todos os equipamentos existentes na proximidade do incêndio</p> <p>AVALIAR a sua capacidade de intervenção</p> <p>Só deverá combater o incêndio se o vento bater nas suas costas</p> <p>UTILIZAR os meios de extinção existentes:</p> <ul style="list-style-type: none">- Extintores dos veículos- Terra- Colocar mangueiras em carga (ligar à boca de incêndio) <p>CONTROLAR a situação até à chegada das equipas de primeira intervenção e/ou bombeiros</p>
CAE	<p>SOLICITAR apoio externo</p> <p>DAR ordem de evacuação se a situação estiver descontrolada</p>
OPERADOR DO ATERRO	<p>Se não existir perigo para a sua própria segurança e dos restantes presentes, ABAFAR com material inerte (terra) o foco de incêndio.</p> <p>Se o abafamento não for eficaz, ABANDONAR o posto de trabalho e aguardar a chegada dos meios externos</p>

INSTRUÇÃO PARTICULAR – INCÊNDIO NA ESTAÇÃO DE TRIAGEM/COMPACTAÇÃO

Os meios de extinção existentes são extintores de Pó Químico ABC, CO₂ e carretéis.

Um incêndio na estação de Triagem/Compactação acarreta risco adicional devido à elevada quantidade de material armazenado.

1	Ao detetar o foco de incêndio proceda a uma avaliação da situação. Comunique a ocorrência ao CAE.
2	Avalie a sua capacidade de intervenção.
3	Utilize os meios de extinção existentes e tente controlar a situação até à chegada das equipas de primeira intervenção.
4	Deverá abandonar o local assim que lhe forem dadas indicações. Dirija-se para o ponto de encontro
5	A equipa de primeira intervenção deverá procurar controlar a situação utilizando os meios existentes.
6	Os materiais armazenados deverão ser afastados do foco de incêndio. Se não existirem condições mínimas de segurança não efetuar esta operação.
7	Em caso de não ser possível o controlo da situação por meios internos, esta situação deverá ser comunicada ao CAE para este solicitar apoio externo.

INSTRUÇÃO PARTICULAR – INCÊNDIO EM VEÍCULO

Todos os veículos da RESINORTE dispõem de extintores de Pó Químico ABC.

1	DESLIGUE o veículo
2	SOLICITE apoio externo, indicando o local exato onde se encontra
3	COMUNIQUE a situação ao CAE
4	AVALIE a sua capacidade de intervenção
5	UTILIZE o extintor de acordo com as instruções de manuseamento
6	COMBATA o incêndio sempre a favor do vento (o vento deverá bater nas suas costas)
7	AGUARDE a chegada do auxílio externo

INSTRUÇÃO PARTICULAR - EXPLOÇÃO NO ATERRO OU NA CENTRAL DE VALORIZAÇÃO ENERGÉTICACaso **DETETE** uma explosão:

QUALQUER COLABORADOR	CHAMAR APOIO externo COMUNICAR ao CAE a situação de emergência ABANDONAR o local até à chegada dos bombeiros
CAE	DAR ordem de evacuação se a situação estiver descontrolada
OPERADOR DO BIOGÁS / ATERRO	ABANDONAR o posto de trabalho e aguardar a chegada dos meios externos ENCAMINHAR a ajuda externa até ao local do sinistro EVACUAR o local (se existir presença de outras pessoas)

Caso DETETE uma explosão NO HORÁRIO de TRABALHO **ou** FORA DO PERÍODO NORMAL DE LABORAÇÃO (noite, feriados, férias, fins-de-semana) deverá chamar logo apoio externo e comunicar a situação ao CAE.

INSTRUÇÃO ESPECIAL – COORDENADOR DAS ACTIVIDADES DE EMERGÊNCIA

1	DIRIGIR AO LOCAL	Após contacto interno deverá dirigir-se ao local para tomar conta da ocorrência. Caso isso não seja possível, delegar num dos Chefes de Intervenção Ativar o Comando Operacional das Emergências (COE)
2	AVALIAR SITUAÇÃO	Verificar se a situação poderá ser resolvida apenas internamente ou se é necessário apoio externo.
3	SOLICITAR APOIO	Solicitar apoio das equipas internas que considera serem necessárias (caso ainda não tenha sido feito pelo Chefe de Intervenção) Se necessário, solicitar também apoio externo.
4	ORDENAR EVACUAÇÃO	Ordenar evacuação parcial ou total das instalações
5	CONTAR COLABORADORES	Efetuar a contagem dos colaboradores no PONTO DE ENCONTRO e confirmar que todos os postos de trabalho foram evacuados junto da equipa de evacuação Caso algum dos colaboradores esteja em falta, comunicar ao responsável pela equipa de intervenção externa (Bombeiros)
6	EMERGÊNCIA MÉDICA	Caso se verifique a existência de vítimas cabe ao Coordenador das Atividades de Emergência solicitar a atuação da Equipa de Primeiros Socorros e/ou dos meios de emergência médica externos.
7	REGRESSAR AO POSTO DE TRABALHO	Declarar o fim da emergência e autorizar o regresso ao posto de trabalho dos colaboradores
8	INFORMAR	Informar as autoridades competentes da ocorrência do incêndio, danos pessoais e/ou materiais (se aplicável).
9	ELABORAR RELATÓRIO	Solicitar a elaboração do relatório da ocorrência e implementar ações corretivas

INSTRUÇÃO ESPECIAL – EQUIPA DE INTERVENÇÃO

CENÁRIO	ACÇÕES A IMPLEMENTAR
INCÊNDIO	<ol style="list-style-type: none">1. Desligar eletricidade e/ou gás e/ou equipamentos2. Afastar material combustível sempre que possível3. Identificar os meios disponíveis para o combate a incêndio4. Verificar quais os agentes extintores mais adequados para o tipo de incêndio em causa5. Iniciar o combate ao incêndio utilizando os meios de primeira intervenção disponíveis6. Se verificar que o incêndio está a ficar descontrolado informar o Chefe de Intervenção para este solicitar apoio externo7. Salvar documentação relevante para a organização (ver Instrução Particular)8. Colaborar com o apoio externo, respeitando a hierarquia e outras indicações
EXPLOSÃO	<ol style="list-style-type: none">1. Abandonar o local, dirigindo-se para o Ponto de Encontro, colocando-se a salvo2. Seguir as instruções do Chefe de Intervenção3. Colaborar com o apoio externo, respeitando a hierarquia e outras indicações

CENÁRIO	ACÇÕES A IMPLEMENTAR
DERRAME	<ol style="list-style-type: none">1. Se possível, sinalizar a área onde o produto está derramado2. Reforçar a ventilação da área (se aplicável)3. Não acender fósforos ou isqueiros e afastar todas as possíveis fontes de ignição4. Desligar equipamentos elétricos que possam existir na proximidade da fonte do derrame5. Afastar todas as substâncias químicas, materiais e equipamentos que possam contribuir para uma situação de risco6. Utilizar os equipamentos de proteção individual recomendados pela ficha de dados de segurança7. Conter o alastramento do derrame espalhando um produto absorvente adequado¹8. Sempre que possível, minimizar o contacto do produto derramado com o solo9. Evitar o escoamento do produto derramado para sistemas de esgotos e de águas pluviais, bloqueando ou tapando as respectivas entradas10. Colocar o absorvente contaminado num recipiente estanque para posterior encaminhamento dos resíduos. O recipiente deve ser devidamente identificado.11. Iniciar as operações de limpeza. A água de lavagem do local afetado deve ser colocada no contentor dos resíduos12. Fechar o contentor dos resíduos e armazenar em local fresco e ventilado.

¹ Pode usar-se terra como produto absorvente na ausência de outros materiais mais adequados.

INSTRUÇÃO ESPECIAL – PRIMEIROS SOCORROS: POSIÇÃO LATERAL DE SEGURANÇA

Esta posição deve ser adotada sempre que existam vítimas inconscientes. Deve, no final da sua execução, garantir a estabilidade da vítima, evitar a flexão lateral cervical, permitir uma boa observação e acesso à via aérea, manter boa drenagem de fluidos pela boca e uma boa potência da via aérea, permitindo uma boa distensão pulmonar.

1		Contacte o CAE para este providenciar uma ambulância indicando o local exato onde se encontra.
2		Ajoelhe-se ao lado da vítima, volte-lhe a cabeça para si e incline-a para trás para lhe abrir as vias respiratórias.
3		Estenda ao longo do corpo da vítima o braço que ficar mais perto de si. Cruze o outro braço sobre o peito. Cruze a perna mais afastada sobre a que está mais próxima.
4		Ampare a cabeça da vítima com uma das mãos e com a outra agarre-a pela anca mais afastada
5		Vire a vítima de bruços, puxando-a rapidamente para si e amparando-a com os joelhos
6		Puxe a testa da vítima para trás, de modo a que a garganta fique direita. Assim, as vias respiratórias manter-se-ão desimpedidas, o que permite que a vítima respire livremente
7		Dobre o braço que fica mais próximo de si para lhe sustentar o tronco. Dobre a perna mais próxima para servir de apoio ao abdómen. Retire o outro braço de debaixo do corpo; Mantenha-se no local até à chegada de apoio externo.

INSTRUÇÃO ESPECIAL – PRIMEIROS SOCORROS: OBSTRUÇÃO DA VIA AÉREA***A vítima está ventilada apesar da obstrução?***

1. Faça com que a vítima continue a tossir.

A obstrução é completa (vítima com cianose – cinza arroxeado)?

2. Coloque-se ao lado da vítima e ligeiramente por detrás.
3. Sustenha o tórax da vítima com uma mão e incline-a para a frente.
4. Com a outra mão, aplique 5 pancadas entre as omoplatas (podem não ser necessárias todas as pancadas).
5. **Se não desobstruir**, proceda à manobra de *Heimlich*, mantendo-se por detrás da vítima e abraçando-a em redor da região epigástrica (acima do umbigo).
6. Cerre o punho sobre essa região e agarre-o com a outra mão.
7. Faça um máximo de 5 movimentos bruscos para dentro e para cima.
8. Se necessário, repita a sequência (pancadas/Heimlich) até que o corpo estranho se desaloje da via aérea.



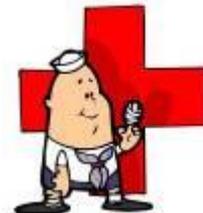
Ilustração da **Manobra de HEIMLICH**

INSTRUÇÃO ESPECIAL – PRIMEIROS SOCORROS: FERIDA

1. Acalmar a vítima, saber como se feriu e se tem em dia a vacina do tétano.
2. Chamar por ajuda e avaliar a necessidade de contactar emergência médica.
3. Localizar caixa de primeiros socorros.
4. Para prestar auxílio, retirar os seus adornos (anéis, fios, relógios, etc.) se necessário.
5. Lavar as mãos e unhas com água e sabão.

**SE SE TRATAR DE UM CORTE / CONTACTO COM PRODUTO QUÍMICO:**

1. Expor a zona da ferida (tirar a roupa ou descoser, se necessário).
2. Lavar / desinfetar a ferida com água e sabão ou soluções anti-sépticas ou com outro produto indicado na Ficha de Dados de Segurança do produto químico.
3. Lavar a zona da pele mais intacta, perifericamente à ferida, partindo dos bordos para a região mais afastada.
4. Lavar a ferida propriamente dita, do centro desta para o exterior.
5. Devem utilizar-se compressas ou panos limpos, sem pêlos.
6. Colocar um penso e fazer a sua fixação com uma cobertura.



INSTRUÇÃO ESPECIAL – PRIMEIROS SOCORROS: QUEIMADURAS**TIPOS DE QUEIMADURAS**

- 1.º Grau** – Pele vermelha, quente, seca, dolorosa e com ardor
- 2.º Grau** – Pele vermelha, quente, seca com ardor e bolhas que têm líquido no seu interior
- 3.º Grau** – Pele desobstruída podendo chegar a estar carbonizada

PRIMEIRO SOCORROS

Contactar CAE informando da necessidade de auxílio médico (**dependendo da extensão da queimadura de 1.º e 2.º grau**)

- 1.º Grau** – Colocar debaixo de água corrente fria, pelo menos 10 minutos. Após arrefecimento, colocar um creme hidratante, neutro sem corantes. Não colocar gorduras.
- 2.º Grau** – Arrefecer com água o mais fria possível. Promover a evacuação da vítima para o hospital. Não rebentar as bolhas.
- 3.º Grau** – Não mexer na vítima. Esperar pela ajuda externa

**INSTRUÇÃO ESPECIAL
FUGA DE CFC'S**

Caso detecte uma FUGA DE GASES DE REFRIGERAÇÃO (equipamento deixa de funcionar corretamente)

QUALQUER COLABORADOR	COMUNICAR a situação ao CAE
CAE	SOLICITAR a intervenção de Técnico Qualificado (Lista de Técnicos da APA) ou delegar esta tarefa. ARQUIVAR a documentação que lhe foi entregue pelo Técnico Qualificado
TÉCNICO QUALIFICADO	AVALIAR a avaria EFFECTUAR intervenção de acordo com o tipo de avaria PREENCHER ficha de intervenção (modelo APA) ENTREGAR a ficha de intervenção, devidamente preenchida, ao CAE

INSTRUÇÃO ESPECIAL CONTAMINAÇÃO DO SOLO

Caso ocorra / detecte CONTAMINAÇÃO DO SOLO:

<p>QUALQUER COLABORADOR</p>	<p>COMUNICAR a situação ao CAE</p> <p>SINALIZAR a zona e limitar os acessos</p>				
<p>CAE</p>	<p>VERIFICAR a dimensão da contaminação</p> <p>ANALISAR capacidade de resposta</p> <p>Nível de emergência:</p> <table border="1" data-bbox="667 869 1401 1099"> <tr> <td data-bbox="667 869 794 1025"> <p>0 ou 1</p> </td> <td data-bbox="794 869 1401 1025"> <p>RECOLHER e confinar solos contaminados em contentor próprio para o efeito</p> <p>ENCAMINHAR resíduos</p> </td> </tr> <tr> <td data-bbox="667 1025 794 1099"> <p>2</p> </td> <td data-bbox="794 1025 1401 1099"> <p>SOLICITAR apoio externo</p> </td> </tr> </table> <p>INFORMAR entidades oficiais (se aplicável)</p>	<p>0 ou 1</p>	<p>RECOLHER e confinar solos contaminados em contentor próprio para o efeito</p> <p>ENCAMINHAR resíduos</p>	<p>2</p>	<p>SOLICITAR apoio externo</p>
<p>0 ou 1</p>	<p>RECOLHER e confinar solos contaminados em contentor próprio para o efeito</p> <p>ENCAMINHAR resíduos</p>				
<p>2</p>	<p>SOLICITAR apoio externo</p>				
<p>APOIO EXTERNO</p>	<p>AVALIAR grau de contaminação</p> <p>REALIZAR intervenção</p> <p>CONFINAR solos contaminados em contentor próprio para o efeito</p> <p>ENCAMINHAR resíduos</p>				

**INSTRUÇÃO ESPECIAL
FUGA DE LIXIVIADOS**Caso ocorra **Fuga de Lixiviados**:

QUALQUER COLABORADOR	COMUNICAR a situação ao CAE Se possível ESTANCAR a origem da fuga DELIMITAR a zona afetada
CAE	COORDENAR toda a intervenção INFORMAR entidades oficiais (se aplicável)
EQUIPA DE INTERVENÇÃO	RECOLHER efluente derramado e se possível reintroduzir na ETAR RECOLHER e encaminhar terras contaminadas (de acordo com cenário de Contaminação de Solos)
RESPONSÁVEL PELA MONITORIZAÇÃO	RECOLHER e REALIZAR análises ao efluente e comparar com valores de medições anteriores (se houver contaminação do meio hídrico) ELABORAR “Relatório da situação de emergência “

**INSTRUÇÃO PARTICULAR
INCÊNDIO NO EXTERIOR**

Caso seja detetado um foco de incêndio no exterior dos edifícios mas ainda dentro das instalações da RESINORTE:

1	Ao detetar o foco de incêndio comunique a ocorrência ao CAE <u>CAE deverá solicitar de imediato ajuda externa</u>
2	Avalie a sua capacidade de intervenção
3	Utilize os meios de extinção existentes e tente controlar a situação até à chegada das equipas de primeira intervenção.
4	Deverá abandonar o local assim que lhe forem dadas indicações Dirija-se para o ponto de encontro
5	A equipa de primeira intervenção deverá procurar controlar a situação utilizando os meios existentes até à chegada dos meios externos
6	Em caso de não ser possível o controlo da situação por meios internos, O CAE deverá dar ordem de afastamento do local afetado.

**INSTRUÇÃO PARTICULAR
INCÊNDIO EM VEÍCULO**

Todos os veículos da Resinorte – Unidade de Produção 2 (Boticas) dispõem de extintores de Pó Químico ABC.

Os incêndios em veículos são sempre considerados uma emergência de nível 2.

1	DESLIGUE o veículo
2	SOLICITE apoio externo, indicando o local exato onde se encontra
3	COMUNIQUE a situação ao CAE
4	AVALIE a sua capacidade de intervenção
5	UTILIZE o extintor de acordo com as instruções de manuseamento
6	COMBATA o incêndio sempre a favor do vento (o vento deverá bater nas suas costas)
7	AGUARDE a chegada do auxílio externo

INSTRUÇÃO PARTICULAR QUADROS ELÉTRICOS (GERAIS)



Botão de Corte Elétrico Geral



1. Após **ALARME**, desligue imediatamente o botão de corte elétrico geral (indicado na figura), sempre com as mãos secas
2. **FECHE** a porta do quadro elétrico
3. **COMUNIQUE** a situação ao CAE
4. Se existirem feridos no local, **COMUNIQUE** a situação ao CAE
5. **AGUARDE** a chegada do auxílio das equipas de 1ª intervenção ou auxílio externo
6. SE RECEBER indicações no sentido de abandonar o local, não hesite, dirija-se para o ponto de encontro.

INSTRUÇÃO PARTICULAR

INCÊNDIO: CONTENTORES METÁLICOS

Em caso de foco de incêndio dentro de caixa metálica de resíduos deverá solicitar imediatamente apoio externo pois um incêndio nestes locais tem o risco acrescido devido à elevada quantidade de material armazenado.

1	Ao detetar o foco de incêndio: Solicite apoio externo Informe o CAE
2	Avalie a sua capacidade de intervenção
3	Caso existam particulares na estação ordene a sua evacuação
4	Utilize os meios de extinção existentes
5	Tente controlar a situação até à chegada do apoio externo
6	Caso seja possível, os materiais armazenados deverão ser afastados do foco de incêndio. Se não existirem condições mínimas de segurança não efetuar esta operação