

Como Agir em Caso de Sismo

Autores: Ana Ferreira, Andreia Morgado, Rafaela Rodrigues Instituto Politécnico de Coimbra, ESTESC-Coimbra Health School, Saúde Ambiental, Portugal
U.C.: Educação para Saúde Ambiental Professor: Ana Catarina Lança e Susana Paixão

Edição 15/2021
27 Maio a 3 Junho

Poster 159

INTRODUÇÃO

Um sismo é um fenómeno natural resultante de uma rotura mais ou menos violenta no interior da crosta terrestre, que provoca vibrações que se propagam em todas as direções a uma vasta área circundante, podendo causar enormes perdas de vidas humanas e económicas (Costa,2018).

OBJETIVOS

Avaliar o nível de conhecimento sobre as medidas de proteção a aplicar num sismo e sensibilizar a população para a adoção de medidas preventivas

METODOLOGIA

Realizou-se um questionário on-line na plataforma Google Forms administrado de forma aleatória à população geral tendo se obtido 311 respostas.

RESULTADOS/DISCUSSÃO

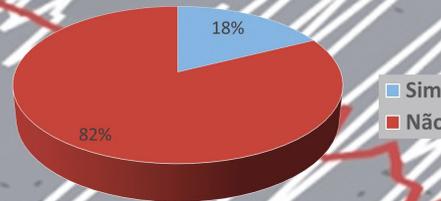


Gráfico 1. Se tem Kit de Emergência preparado

Da amostra apenas 18% tem um Kit de Emergência preparado. Este kit é essencial para a nossa sobrevivência em caso de ocorrência de um sismo.



Figura 1. Se sabe o que contém o Kit de Emergência

Cerca de 67% dos questionados sabe o que deve conter o Kit de Emergência, apesar de não o ter preparado.

O QUE FAZER?

- A**
- Identifique os locais de maior risco;
 - Elaborar um plano de emergência para a sua família;
 - Preparar um Kit de Emergência.

DURANTE

- Mantenha a calma e conte com a ocorrência de possíveis réplicas;
- Corte a água e o gás e desligue a eletricidade;
- Não circule pelas ruas para observar o que aconteceu.

DEPOIS

- Nunca utilize elevadores;
- Abrigue-se debaixo de uma mesa ou cama;
- Mantenha-se afastado de janelas e espelhos.

CONCLUSÃO

Com a elaboração deste trabalho, constatamos que é fundamental:

- Sensibilizar** sobre os comportamentos a adotar previamente;
- Incentivar** a criação de planos de emergência;
- Informar** a população acerca das zonas de maior risco e materiais de construção mais resistentes.

Referências Bibliográficas

Lourenço, L. (2019). Risco Sísmico. Aprender com o Passado. Obtido de: https://www.riscos.pt/wp-content/uploads/2019/05/6-Book_Riscos_Sismico_cap06.pdf; Sousa, M. I. (2009). Risco sísmico em Portugal continental. Obtido de: file:///C:/Users/biafo/Downloads/T149_Print.pdf; ProCiv (2017). O que é um sismo? Obtido de: <http://www.procivil.pt/pt/RISCO/SPREV/RISCO/NAT/SISMOS/Pagina/default.aspx>; Costa, N. (2018). Estratégias de mitigação do risco sísmico de quartéis no bairro de Aivalade, em Lisboa. Obtido de: <https://repositorio.ip.lisboa.pt/bitstream/10400.21/8359/1/Disserta%C3%A7%C3%A3o.pdf>; Ferreira, M. (2012). Risco sísmico em sistemas urbanos. Obtido de: http://www.civil.utl.pt/~monica/Tese_MAF.pdf#b2=twA1%3DtwS5icaWVmOwcoAP7su1wG7Yp1lP36mV9U0w9fXwomHwG