



CÂMARA MUNICIPAL



# Prevenir Cheias



**SOS 24 HORAS SMPC**  
**800 966 112**  
(GRATUITO)

**A cheia é um fenómeno hidrológico extremo, temporário e de frequência variável, natural ou induzido pela ação humana, que consiste no transbordo de um curso de água relativamente ao seu leito normal, originando a inundação dos terrenos ribeirinhos adjacentes.**

**As cheias são originadas por precipitações moderadas e permanentes ou repentinas e muito intensas, que fazem aumentar rapidamente o caudal dos rios, galgando as margens e inundando tudo o que lhe está próximo. Enquanto que as inundações consistem na submersão temporária de uma área, usualmente emersa.**

**Porém, estas só originam situações de risco se existirem elementos vulneráveis tais como populações, terrenos agrícolas, estruturas construídas, atividades económicas, etc. que estejam localizados em áreas inundáveis e que possam ser destruídos ou gravemente danificados.**

**Siga as medidas de prevenção e divulgue-as.**

## PREPARE-SE PARA UMA CHEIA

- > Mantenha o quintal e o jardim limpos.
- > Verifique a limpeza do telhado e dos algerozes.
- > Contacte a Junta de Freguesia em caso de obstrução de sargetas e sumidouros.
- > Identifique um ponto alto e seguro onde se possa proteger.
- > Avalie a possibilidade de colocar um anteparo para proteção da porta.

### TENHA PREPARADO UM KIT DE EVACUAÇÃO COM:

- > Um estojo de primeiros socorros.
- > A sua medicação habitual.
- > Água e comida não perecível.
- > Produtos de higiene pessoal.
- > Uma muda de roupa.
- > Rádio, lanterna e apito.
- > Dinheiro.
- > Lista de contactos de familiares/amigos.

## NA EMINÊNCIA DE UMA CHEIA

- > Acondicione, num saco plástico, os documentos e objetos pessoais mais importantes.
- > Lembre-se de levar o *kit* de evacuação.
- > Transfira os alimentos e os objetos de valor para os pontos mais altos de casa.
- > Solte os animais domésticos, eles tratam de si mesmos.
- > Coloque um anteparo à entrada da porta.

## **DURANTE A CHEIA**

**Seja prático. Mantenha a serenidade.**

- > Desligue a água, o gás e a eletricidade.
- > Se estiver dentro de uma viatura, abandone-a e procure um local alto e seguro onde se possa abrigar.
- > Não entre na enchente. Corre o risco de ser arrastado pela corrente.
- > Procure dar apoio a quem mais necessite (crianças, idosos ou deficientes).
- > Não ande descalço, utilize calçado protetor, a água pode esconder muitos perigos. Se tiver de andar através dela, faça-o em segurança. Pode usar um chapéu-de-chuva, uma bengala, ou um pau para o ajudar.
- > Beba apenas água engarrafada.
- > Não coma alimentos que estiveram em contato com a água da cheia.
- > Não utilize o carro numa zona de cheia. Pode ser arrastado.
- > Para pedir socorro utilize, por exemplo, um pano ou uma lanterna a pilhas.
- > Não ocupe as linhas telefónicas. Use o telefone só em caso de emergência.

### **Em caso de evacuação**

**Seja prático, mantenha a serenidade e não perca tempo. Respeite as orientações que lhe forem dadas.**

## **DEPOIS DA CHEIA**

- > Regresse a casa só depois de lhe ser dada essa indicação.
- > Não toque em cabos elétricos caídos. Pode ser eletrocutado.
- > Não ande descalço. Utilize calçado protetor.
- > Tenha especial cuidado com aparelhos elétricos ou a gás, se atingidos pela cheia. Chame um técnico para os examinar.
- > Verifique o estado das substâncias inflamáveis ou tóxicas que possa ter em casa.
- > Deite fora a comida (mesmo a embalada) e medicamentos se estiveram em contacto com a água da cheia.
- > Beba apenas água engarrafada ou fervida.
- > Facilite o trabalho das equipas de limpeza da via pública.

## **A proteção civil começa por si e é uma tarefa de todos.**

Mantenha-se informado, principalmente se reside numa região habitualmente sujeita a cheias, e desenvolva as ações necessárias para a proteção da sua família e dos seus bens.



**Número europeu de emergência  
112**

**SOS 24 HORAS SMPC**

800 966 112 (GRATUITO)

**Intoxicações e envenenamentos**

800 250 250

**Corpos de bombeiros**

**Bucelas** 219 694 007

**Camarate** 219 472 020

**Fanhões** 219 738 640

**Loures** 219 839 999

**Moscavide e Portela** 219 458 640

**Sacavém** 219 427 910

**Zambujal** 219 749 110



Serviço Municipal de Proteção Civil  
Rua da Carapuça – Casal das Lages  
2670-424 Loures  
211 151 470 | [smpc@cm-loures.pt](mailto:smpc@cm-loures.pt)