

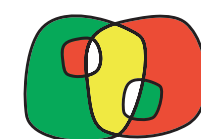
# SEMINARIO 6

# PLANO DE AUTOPROTEÇÃO



**ProtecCyL/CIM-BSE**

Plan de promoción de la Autoprotección  
Plano de promoção da Autoproteção



**Interreg**  
España – Portugal



Cofinanciado por  
la Unión Europea  
Cofinanciado pela  
União Europeia



# DEFINIÇÃO. PLANO DE AUTOPROTEÇÃO

## Conceito de autoproteção:

A autoproteção é entendida como o sistema de ações e medidas destinadas a prevenir e controlar os riscos que possam afetar pessoas e bens, proporcionando uma resposta adequada a possíveis situações de emergência e garantindo a integração dessas ações com o sistema público de proteção civil.

## Conceito de Plano de Autoproteção (PAU):

O Plano de Autoproteção é o documento que define o quadro orgânico e funcional previsto para um centro, estabelecimento, espaço, instalação ou dependência. O objetivo é prevenir e controlar os riscos que possam afetar pessoas e bens e proporcionar uma resposta adequada a possíveis situações de emergência, na área sob a responsabilidade do titular da atividade, assegurando a integração dessas ações com o sistema público de proteção civil.

## Quando é elaborado?

É elaborado quando a atividade da empresa está incluída no Anexo I da Norma Básica de Autoproteção (NBA), quando exigido pela sua regulamentação setorial específica ou pela normativa estabelecida pelas comunidades autónomas ou administrações locais a este respeito.





## Onde deve ser apresentado?

Os titulares das atividades incluídas no Anexo I da Norma Básica de Autoproteção deverão apresentar o Plano de Autoproteção ao órgão da Administração Pública.

Ao abrigo do Decreto 6/2014, de 20 de fevereiro, foi criado e regulamentado o Registro de Planos de Autoproteção de Castilla y León.

Para o registo, deverão ser apresentados os dados relevantes contidos no formulário “Pedido de Inscrição, Modificação ou Cancelamento de Dados no Registro de Planos de Autoproteção de Castilla y León” (Código IAPA: nº 2191, Modelo nº 3219).



# Vigência de um Plano de Autoproteção

O Plano de Autoproteção terá vigência indeterminada, devendo ser mantido devidamente atualizado e revisto, no mínimo, com uma periodicidade não superior a três anos.



# Critérios para a elaboração do Plano de Autoproteção

1. O Plano de Autoproteção deve ser redigido e assinado por um técnico competente.
2. O titular da atividade designará uma pessoa como responsável única pela gestão das ações destinadas à prevenção e controlo de riscos.
3. Os procedimentos preventivos e de controlo de riscos a serem estabelecidos devem considerar:
  - a) Precauções, atitudes e códigos de boas práticas a adotar para evitar as causas que possam originar acidentes ou incidentes graves.
  - b) Autorizações especiais de trabalho para a realização de operações ou tarefas que gerem riscos.
  - c) Comunicação de anomalias ou incidentes ao titular da atividade.
  - d) Programa de operações preventivas ou de manutenção das instalações, equipamentos, sistemas e outros elementos de risco, definidos no Capítulo 5 do Anexo II, para garantir o seu controlo.
  - e) Programa de manutenção das instalações, equipamentos, sistemas e elementos necessários para a proteção e segurança, definidos no Capítulo 5 do Anexo II, para assegurar a sua operacionalidade.



4. Será estabelecida uma estrutura organizativa e hierarquizada, dentro da organização e do pessoal existente, definindo as funções e responsabilidades de todos os seus membros em situações de emergência.

5. O titular da atividade designará o diretor do Plano de Atuação em Emergências.

6. O diretor do Plano de Atuação em Emergências será responsável por ativar o referido Plano.

7. O Plano de Atuação em Emergências deve detalhar os possíveis acidentes ou incidentes que possam originar uma situação de emergência.







# O que é um Plano de Atuação em Emergências?

É uma parte integrante do Plano de Autoproteção que contempla as ações a serem realizadas para o controlo inicial das emergências, garantindo a ativação do alarme, a evacuação e o socorro. Compreende:

1. Identificação e classificação das emergências (Baseada no tipo de risco, gravidade, ocupação e meios humanos disponíveis).
2. Procedimentos de atuação em emergências:
  - a) Detecção e Alerta.
  - b) Mecanismos de Alarme.
    - b.1) Identificação da pessoa responsável por dar os avisos.
    - b.2) Identificação do Centro de Coordenação de Atenção de Emergências de Proteção Civil.
  - c) Mecanismos de resposta à emergência.
  - d) Evacuação e/ou Confinamento.
  - e) Prestação das Primeiras Ajuda.
  - f) Modos de receção das Ajuda externas.



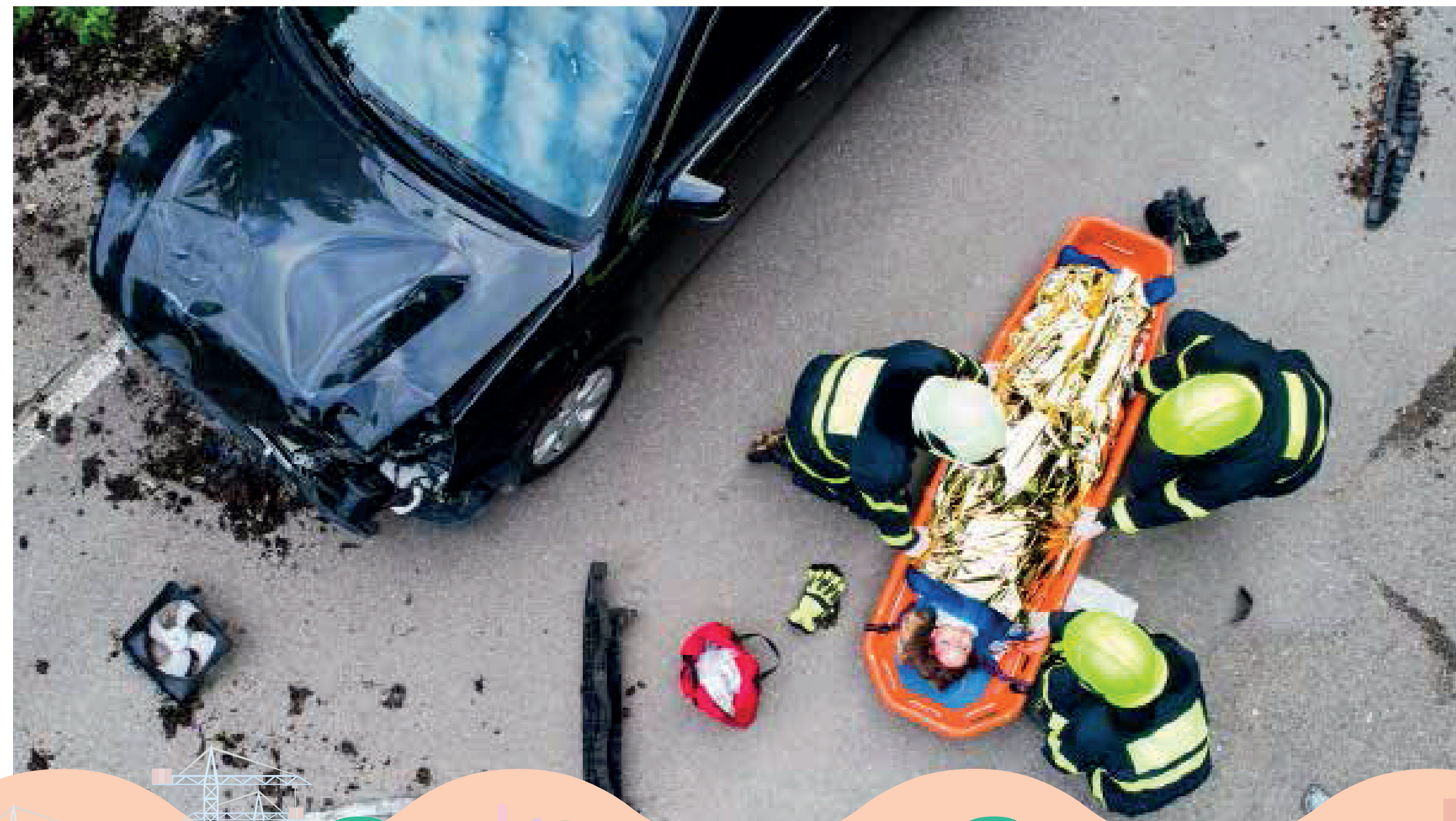
3. Identificação e funções das pessoas e equipas que executarão os procedimentos de atuação em emergências.

4. Identificação do Responsável pela ativação do Plano de Atuação em Emergências.



# FINALIDADE DE UM PLANO DE AUTOPROTEÇÃO

O seu objetivo é prevenir e controlar os riscos sobre as pessoas e os bens, e dar uma resposta adequada às possíveis situações de emergência, na zona sob responsabilidade do titular da atividade, garantindo a integração dessas ações com o sistema público de proteção civil.



# CONTEÚDOS DE UM PLANO DE AUTOPROTEÇÃO

O documento do Plano de Autoproteção será estruturado com o conteúdo apresentado abaixo, tanto se se referir a edifícios, como a instalações ou atividades às quais sejam aplicáveis os diferentes capítulos. Ele é dividido em 9 capítulos, cuja estrutura geral de conteúdos é a seguinte:

## ESTRUTURA GERAL DE CONTEÚDOS

Capítulo 1: Identificação dos titulares e da localização da atividade.

Capítulo 2: Descrição da atividade e do ambiente físico onde se desenvolve.

Capítulo 3: Inventário, análise e avaliação de riscos.

Capítulo 4: Inventário e descrição das medidas e meios de autoproteção.

Capítulo 5: Programa de manutenção das instalações.

Capítulo 6: Plano de Ação em Caso de Emergência.

Capítulo 7: Integração do Plano de Autoproteção em outros planos de âmbito superior.

Capítulo 8: Implementação do Plano de Autoproteção.

Capítulo 9: Manutenção da eficácia e atualização do Plano de Autoproteção.



# Capítulo 1: Identificação dos Titulares e da Localização da Atividade

O objetivo é fornecer a informação básica necessária para identificar ou localizar o edifício e os interlocutores válidos:

- Endereço Postal do local da atividade. Denominação da atividade, nome e/ou marca. Telefone e Fax.
- Identificação dos titulares da atividade. Nome e/ou Razão Social. Endereço Postal, Telefone e Fax.
- Nome do Diretor do Plano de Autoproteção e do Diretor ou Diretora do Plano de Ação em Emergência, caso sejam distintos. Endereço Postal, Telefone e Fax.



## Capítulo 2: Descrição da atividade e do meio físico em que se desenvolve.

O objetivo é fornecer a informação relativa às características do seu local e do seu entorno imediato.

- Descrição de cada uma das atividades desenvolvidas objeto do Plano.
- Descrição do centro ou estabelecimento, dependências e instalações onde se desenvolvem as atividades objeto do Plano.
- Classificação e descrição dos utilizadores.
- Descrição do entorno urbano, industrial ou natural onde se encontram os edifícios, instalações e áreas onde se desenvolve a atividade.
- Descrição dos acessos. Condições de acessibilidade para a ajuda externa.



## Capítulo 3: Inventário, análise e avaliação de riscos.

O objetivo é ter à disposição dos responsáveis pelo edifício a informação dos riscos que possam ser necessários em relação à análise de uma situação de emergência e na tomada de decisões para a sua resolução.

É um dos capítulos mais importantes de um Plano de Autoproteção, pois com base nele, poderemos identificar as diferentes ameaças e vulnerabilidades às quais uma empresa poderá enfrentar. Quanto melhor avaliada estiver a organização, melhores medidas de prevenção e proteção poderão ser adotadas e, portanto, o procedimento de atuação em caso de emergência será mais claro e preciso para evitar tragédias.

A Avaliação de Riscos deverá ser realizada por áreas e com a aplicação do RD 2267/2004 (Regulamento de segurança contra incêndios em instalações industriais) para o cálculo da carga de fogo das diferentes áreas.





Riscos inerentes ao próprio edifício:

Será importante registrar aqueles elementos, instalações ou parâmetros que influenciem o risco do edifício, por exemplo:

Dados estruturais:

- Tipo de estrutura
  - Número de andares acima do solo
  - Número de andares abaixo do solo
  - Área útil construída por andares
  - Número de saídas para o exterior
  - Número de escadas interiores e exteriores
  - Localização das chaves de corte de fornecimentos especiais
- 
- Dados do entorno
    - Informação sobre o entorno
    - Elementos vulneráveis existentes no entorno



## Acessibilidade

- Dados e informações relevantes sobre o acesso ao centro
- Características principais dos acessos de veículos às fachadas do centro
- Número de fachadas acessíveis aos bombeiros

## Fontes de perigo e elementos vulneráveis

- Tipo de risco mais significativo que emana do edifício ou se apresenta no centro
- Produtos perigosos armazenados e/ou processados no centro
- Elementos vulneráveis presentes no interior do centro



## Instalações técnicas de proteção contra incêndios

- Detecção e alarme de incêndios
- Botões de alarme de incêndios
- Extintores
- Bocais de Incêndio Equipados
- Hidrantes
- Coluna seca
- Extinção automática de incêndios
- Iluminação de emergência
- Sinalização
- Grupo gerador e SAI
- Equipamento de bombeamento e cisterna ou depósito de água
- Outras proteções contra incêndios



Identificação, quantificação e tipologia das pessoas, tanto afetas à atividade como alheias.

O número de pessoas que pode estar no edifício nas condições mais desfavoráveis ou de máxima ocupação é um dado importante a considerar em todo o Plano de Autoproteção.

Deve-se determinar a ocupação de cálculo de acordo com os critérios de densidade de ocupação (pessoa/m<sup>2</sup>) estabelecidos no Código Técnico da Edificação.

Em muitos casos, será conveniente descer ao nível da ocupação de cálculo de:

- Cada dependência.
- Cada recinto.
- Cada piso.
- Todo o edifício.



## Capítulo 4: Inventário e descrição das medidas e meios de autoproteção.

O objetivo é ter conhecimento dos meios e recursos de proteção disponíveis para o controle das situações de emergência que possam surgir.

- Inventário e descrição das medidas e meios, humanos e materiais.
- As medidas e os meios, humanos e materiais, disponíveis em aplicação das disposições específicas em matéria de segurança.



## Capítulo 5: Programa de manutenção de instalações

- Descrição da manutenção preventiva das instalações de risco, que garante o seu controlo. A informação e os registos de controlo das inspeções de manutenção e as ações corretivas derivadas das mesmas estão normalmente localizados nos Serviços de Manutenção, responsáveis inicialmente pela sua execução e controlo.
- Descrição da manutenção preventiva das instalações de proteção, que garante a sua operatividade. De acordo com o RD 513/2017, de 22 de maio, que aprova o Regulamento das instalações de proteção contra incêndios, as instalações e meios de proteção devem ser sujeitos a uma manutenção preventiva mínima para garantir o bom estado de funcionamento e uso dos mesmos.



- Descrição da manutenção preventiva das instalações elétricas. A instalação, utilização, manutenção e revisão periódica estão reguladas por regulamentos e suas correspondentes ITC, que se desenvolvem sob a proteção da Lei 21/1992, de 16 de julho, da Indústria, e pelo R.D. 2200/1995, Regulamento da Infraestrutura para a Qualidade e Segurança Industrial.
- Inspeção de eficiência energética em iluminação exterior: O R.D. 1890/2008, de 14 de novembro, que aprova o Regulamento de eficiência energética em instalações de iluminação exterior e suas Instruções Técnicas Complementares EA-01 a EA-07, tem como objetivo estabelecer as condições técnicas de projeto, execução e manutenção que devem ser cumpridas pelas instalações de iluminação exterior, com a finalidade de:
  - Melhorar a eficiência e o ahorro energético, assim como a diminuição das emissões de gases de efeito estufa.
  - Limitar o resplendor luminoso noturno ou poluição luminosa e reduzir a luz intrusa ou incômoda.



## Inspeção das instalações elétricas de baixa tensão:

- O Regulamento Eletrotécnico para Baixa Tensão (RBET), aprovado pelo R.D. 842/2002, de 2 de agosto, prescreve a obrigatoriedade de realizar certas inspeções técnicas nas instalações elétricas de baixa tensão por um Organismo de Controle (OCA) em:
  - Iluminação exterior com mais de 5 kW de potência.
  - Qualquer atividade industrial com mais de 100 kW de potência instalada.
  - Garagens para mais de 24 veículos.
  - Locais de pública concorrência.
  - Locais com risco de incêndio ou explosão classe I.
  - Locais húmidos, como piscinas, com mais de 10 kW de potência instalada.
  - Zonas comuns de edifícios de habitação com mais de 100 kW de potência.
  - Veículos elétricos.
  - Infraestruturas exteriores para a recarga direta de veículos elétricos com potência instalada superior a 10 kW.
  - Infraestruturas para a recarga indireta de veículos elétricos mediante o uso de um conversor de A.C./D.C.
  - Outros
- Infraestruturas interiores para a recarga direta de veículos elétricos com potência instalada superior a 50 kW





- Inspeções em instalações elétricas de alta tensão: Centrais elétricas, subestações e centros de transformação.

O objetivo do Regulamento de Instalações Térmicas em Edifícios (RITE), aprovado pelo Real Decreto 1027/2007 e modificado pelo Real Decreto 178/2021, é estabelecer os requisitos de eficiência energética e segurança que devem cumprir as instalações térmicas em edifícios destinadas a satisfazer as necessidades de conforto e higiene das pessoas.

Este conceito de instalações térmicas em edifícios inclui as instalações fixas de climatização (aquecimento, refrigeração e ventilação) e de produção de água quente sanitária (AQS).



## Inspeção de armazenamento de produtos químicos

- A inspeção de armazenamento de produtos químicos (APO) é importante porque, de acordo com as normativas, o titular de instalações que armazenam produtos químicos tem as seguintes obrigações e responsabilidades:
  - Responsabilidade sobre o cumprimento das normas estabelecidas no Regulamento de Armazenamento de Produtos Químicos e suas Instruções Técnicas.
  - Realizar as Inspeções e Revisões Regulatórias com a periodicidade aplicável.
  - Dispor de apólice de seguro sobre a responsabilidade civil derivada do armazenamento.
  - Responsabilidade sobre a correta exploração e manutenção das instalações.
  - Responsabilidade sobre a atualização administrativa de ampliações ou modificações realizadas na instalação originalmente autorizada.
  - Facilitar o trabalho de inspeção.
- Inspeção de armazenamento de produtos químicos
- A inspeção de armazenamento de produtos químicos (APO) é importante porque, de acordo com as normativas, o titular de instalações que armazenam produtos químicos tem as seguintes obrigações e responsabilidades:
  - Responsabilidade sobre o cumprimento das normas estabelecidas no Regulamento de Armazenamento de Produtos Químicos e suas Instruções Técnicas.
  - Realizar as Inspeções e Revisões Regulatórias com a periodicidade aplicável.
  - Dispor de apólice de seguro sobre a responsabilidade civil derivada do armazenamento.
  - Responsabilidade sobre a correta exploração e manutenção das instalações.
  - Responsabilidade sobre a atualização administrativa de ampliações ou modificações realizadas na instalação originalmente autorizada.
  - Facilitar o trabalho de inspeção.



## Capítulo 6: Plano de Ação em Caso de Emergência

O objetivo é definir as ações a serem desenvolvidas para o controle da emergência em sua fase inicial, garantindo o alarme, a evacuação e o socorro.

O plano compreenderá:

- Identificação e classificação das emergências: De acordo com o tipo de risco, De acordo com a gravidade, De acordo com a ocupação e meios humanos disponíveis.
- Procedimentos de atuação em caso de emergência:
  - a) Detecção e Alerta.
  - b) Mecanismos de Alarme.
    - b.1) Identificação da pessoa responsável por dar os avisos.
    - b.2) Identificação do Centro de Coordenação de Atendimento a Emergências de Proteção Civil.
  - c) Mecanismos de resposta à emergência.
  - d) Evacuação e/ou Confinamento.
  - e) Prestações de Primeiros Socorros.
  - f) Formas de recepção de Ajuda externa.



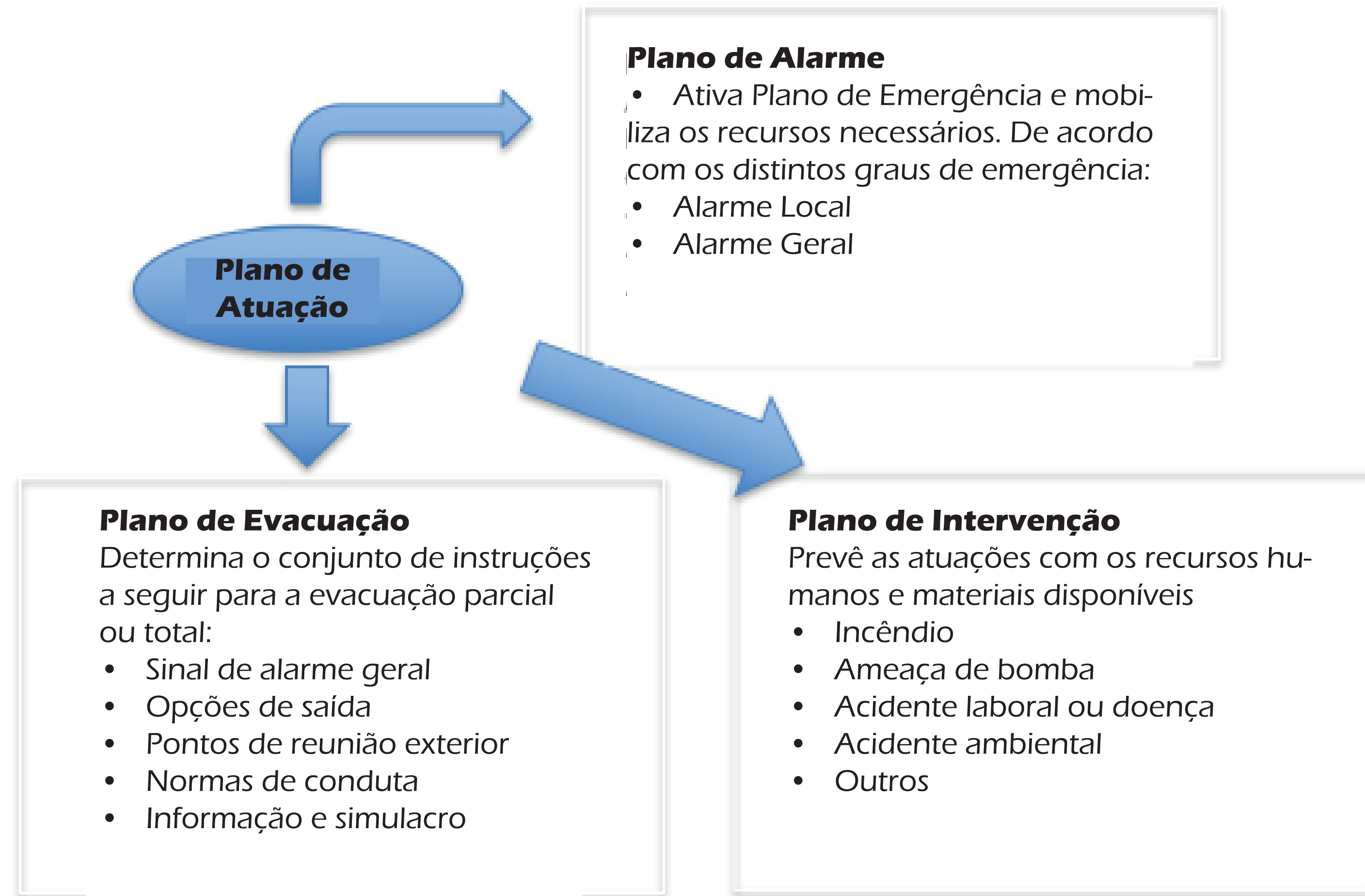
- Identificação e funções das pessoas e equipas que executarão os procedimentos de atuação em emergências.
- Identificação do Responsável pela implementação do Plano de Atuação em Emergências.



Qualquer incidente, acidente ou emergência, independentemente da sua natureza, será abrangido pelo objeto deste Plano de Atuação em Emergências, uma vez que:

- O Plano de Alarme garante a mobilização e ativação do Plano em qualquer caso.
- Se a situação de emergência for atípica e não existirem instruções de intervenção específicas, a estrutura organizativa de emergência prevista tem capacidade operacional suficiente para tomar decisões e resolver problemas em qualquer situação.
- O Plano de Evacuação previsto é independente da natureza da emergência e é ativado em função da gravidade e do risco para as pessoas.

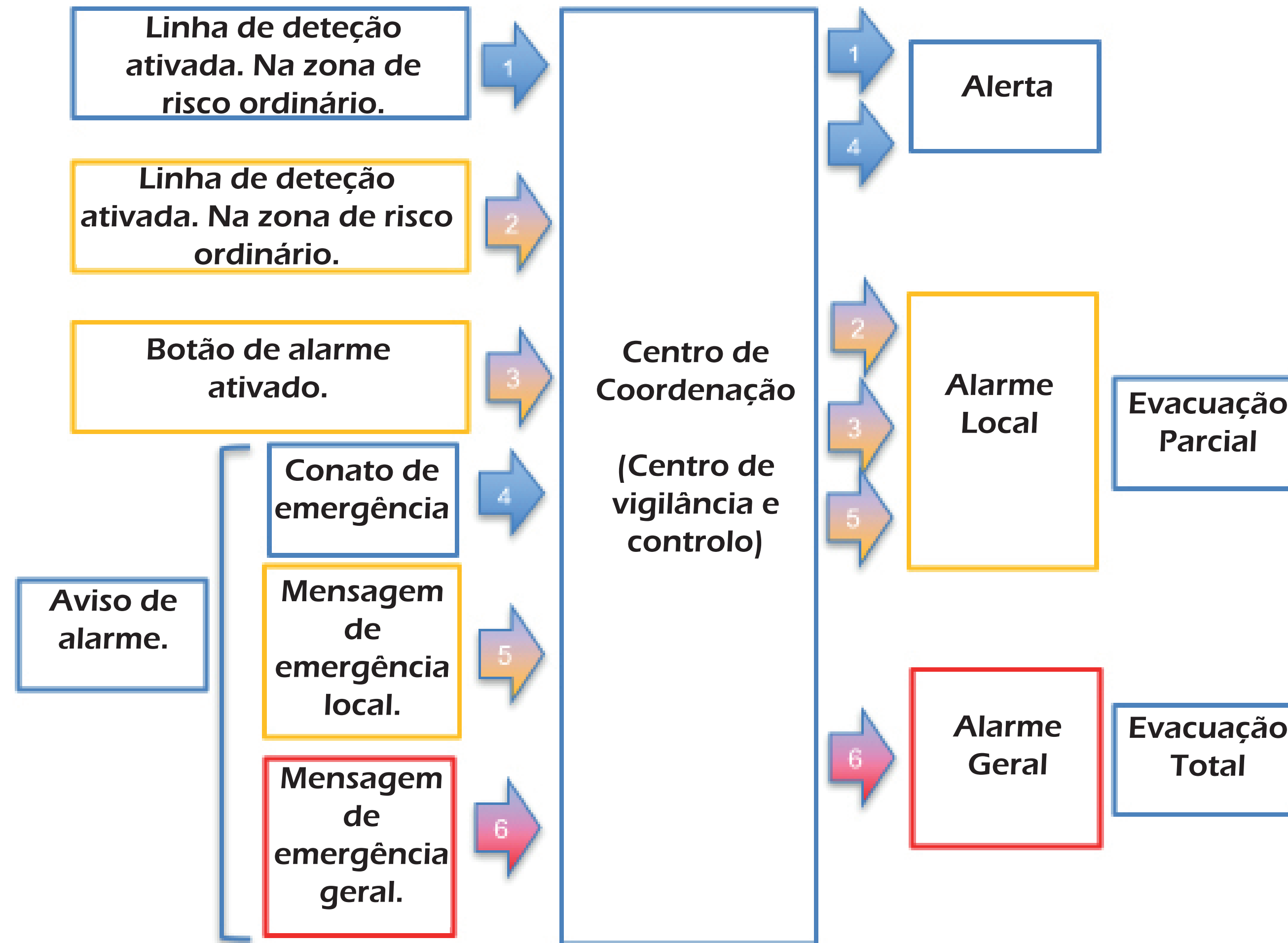




## PLANO DE ALARME



# Plano de Evacuação





## Capítulo 7: Integração do Plano de Autoproteção em outros de âmbito superior

A integração do PAU em outros de âmbito superior refere-se à integração deste em relação aos Planos de atuação de âmbito local, planos especiais para riscos específicos, planos territoriais, etc. Consoante a situação, o PAU será integrado num ou outro, sendo que, para isso, a solicitação de ajuda externa será realizada conforme a situação específica em que nos encontramos.

A integração do PAU visa garantir a coerência e coordenação entre a direção do Plano de Autoproteção e a direção do Plano de Proteção Civil em que se integre, bem como a coordenação com as formas de colaboração da Organização de Autoproteção com os planos e as ações do sistema público de proteção civil.



Quando se solicitar ajuda externa, os dados mais relevantes a comunicar serão:

1. Nome da pessoa que emite a solicitação.
2. Localização do edifício.
3. Natureza da emergência (incêndio, doença, acidente...).
4. Localização da emergência (andar e dependências afetadas).
5. Gravidade (tipo de incêndio, tipologia da doença, tipologia do ocorrido...).
6. Pessoas envolvidas ou afetadas.



## Capítulo 8: Implementação do Plano de Autoproteção

Identificação do responsável pela implementação do Plano.

Programa de formação e capacitação para o pessoal com participação ativa no Plano de Autoproteção. Será realizado pelo menos um curso por ano (recomendável, mas não obrigatório), direcionado aos membros das Equipas de Emergência.

O programa de formação terá como objetivo:

- Melhorar o conhecimento das funções atribuídas.
- Melhorar o conhecimento dos meios de proteção.
- Realizar exercícios práticos.



## **Programa de formação e informação para todo o pessoal sobre o Plano de Autoproteção.**

Essas sessões serão realizadas pelo menos uma vez por ano (recomendável, mas não obrigatório) e terão um caráter informativo.

## **Programa de informação geral para os utilizadores.**

Consideram-se utilizadores do edifício:

- Trabalhadores próprios.
- Empregados de subcontratadas.
- Transportadores.
- Etc.

## **Sinalização e normas para a atuação de visitantes.**

Serão disponibilizados sinais ou pictogramas e planos de “você está aqui”, com a descrição das Instruções de atuação de caráter geral a serem seguidas em caso de emergência.

## **Programa de dotação e adequação de meios materiais e recursos.**



## Capítulo 9: Manutenção da eficácia e atualização do Plano de Autoproteção

- Programa de reciclagem de formação e informação.
- Programa de substituição de meios e recursos.
- Programa de exercícios e simulacros.
- O simulacro realiza-se de acordo com um cenário previamente desenhado, e os objetivos a alcançar são:
  - Treinamento.
  - Detecção de anomalias.
  - Verificação do correto funcionamento.
  - Controlo de tempos.
  - Medir a eficácia.
- A realização de simulacros periódicos deve ser feita pelo menos uma vez por ano.



Finalizado o exercício, reúnem-se todos os intervenientes e elabora-se um relatório para registar:

- Cronologia.
- Análise do desenvolvimento do exercício.
- Proposta de melhorias.

**Programa de revisão e atualização de toda a documentação que faz parte do Plano de Autoproteção.** Será objeto de revisão a cada três anos, e em todo o caso, quando ocorrer alguma das circunstâncias previstas na Norma Básica de Autoproteção.

O cumprimento deste requisito permitirá que o Plano de Autoproteção seja fiável nas suas informações e cada vez mais eficaz face às situações que possam surgir.

**Programa de auditorias e inspeções.**

Constituem um meio de controlo da segurança e melhoria das condições, sendo uma ferramenta muito valiosa para alcançar os objetivos do Plano de Autoproteção.



# Anexos

Anexo I. Diretório de comunicação.

Anexo II. Formulários para a gestão de emergências.

Anexo III. Planos.

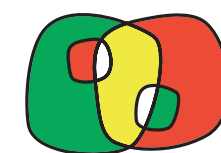


# Muito obrigado



## ProtecCyL/CIM-BSE

Plan de promoción de la Autoprotección  
Plano de promoção da Autoproteção



Interreg



Cofinanciado por  
la Unión Europea  
Cofinanciado pela  
União Europeia

España – Portugal

