



PODER JUDICIÁRIO  
ESTADO DO RIO DE JANEIRO

# TREINAMENTO DE ABANDONO DE EDIFICAÇÃO



# SGSEI

SECRETARIA GERAL DE SEGURANÇA INSTITUCIONAL



**DICIN** Como proceder uma desocupação  
com segurança

1

Conheça os dispositivos de alertas que possuam botoeiras ou telefones.



2

Procure conhecer as saídas de emergência e seus acessos.



3

Esteja atento às indicações eletrônicas nas iluminações ou nas sinalizações de emergência.



4

Saiba onde estão localizadas as escadas de emergência do seu prédio.



## Durante o deslocamento

1

Fique atento aos alarmes visuais e às mensagens de emergência, nos dispositivos eletrônicos.



2

Feche as janelas e as portas antes do escape, para evitar a propagação do fogo e da fumaça.



3

Busque refúgio nas áreas predefinidas ou no *hall* de elevadores.



4

Siga as orientações das equipes de emergência ou dos bombeiros.



5

Dirija-se para as escadas com cautela.



6

Deixe livre a passagem para os bombeiros e equipe de socorro.



7

Acate as orientações do Líder da fila e do Cerra-fila até chegar ao destino.



8

Procure auxiliar as pessoas com restrições de mobilidade.



9

Dirija-se para o Ponto de Encontro para que seja feita a chamada geral.



10

É importante conhecer o Plano de Emergência do seu local de trabalho. Participe dos exercícios simulados.



# Conheça alguns procedimentos básicos para o abandono de edifícios. É seu dever conhecê-los. Leia com atenção o texto abaixo.

## Nunca use o elevador para sair de um prédio onde há um incêndio.

O abandono de um edifício em chamas deve ser feito pelas escadas, com calma, sem afobamentos.

Se um incêndio ocorrer em seu escritório ou apartamento, saia imediatamente. Muitas pessoas morrem por não acreditarem que um incêndio pode se alastrar com rapidez.

Se você ficar preso em meio à fumaça, respire pelo nariz, em rápidas inalações. Se possível, molhe um lenço e utilize-o como máscara improvisada. Procure rastejar para a saída, pois o ar é sempre melhor junto ao chão.

Use as escadas - nunca o elevador. Um incêndio razoável pode determinar o corte de energia para os elevadores.

Feche todas as portas que ficarem atrás de você, assim retardará a propagação do fogo.

Se você ficar preso em uma sala cheia de fumaça, fique junto ao piso, onde o ar é sempre melhor. Se possível, fique perto de uma janela, de onde poderá chamar por socorro.

Toque a porta com sua mão. Se estiver quente, não abra. Se estiver fria, faça este teste: abra vagarosamente e fique atrás da porta. Se sentir calor ou pressão vindo através da abertura, mantenha-a fechada.

Se você não puder sair, mantenha-se atrás de uma porta fechada. Qualquer porta serve como couraça. Procure um lugar perto de janelas, e abra-as em cima e embaixo. Calor e fumaça devem sair por cima. Você poderá respirar pela abertura inferior.

Procure conhecer o equipamento de combate a incêndio para utilizá-lo com eficiência em caso de emergência.

Um prédio pode lhe dar várias opções de salvamento. Conheça-as previamente. **NÃO** salte do prédio. Muitas pessoas morrem sem imaginar que o socorro pode chegar em poucos minutos.

Se houver pânico na saída principal, mantenha-se afastado da multidão. Procure outra saída.

Uma vez que você tenha conseguido escapar, **NÃO RETORNE.**

Ao constatar um princípio de incêndio, ligue imediatamente para o Corpo de Bombeiros.



PODER JUDICIÁRIO  
ESTADO DO RIO DE JANEIRO

# DESEP

DEPARTAMENTO DE SEGURANÇA PATRIMONIAL

# DICIN

DIVISÃO DE PREVENÇÃO E COMBATE A INCÊNDIO