

EMERGÊNCIA (TERREMOTOS)



ポルトガル語

■ Terremotos (地震)

O Japão é um dos países do mundo onde mais ocorrem terremotos. Em janeiro de 1995, ocorreu um grande terremoto na província de Hyogo e arredores, que causou imensos danos e prejuízos. Além disso, existem regiões como, por exemplo, a região de Tokai, onde se prevê a ocorrência de um grande terremoto em um futuro próximo. Pode-se reduzir os danos do terremoto ao mínimo possível mediante suficiente preparativo no dia-a-dia, e tomadas de atitudes adequadas na ocorrência de um terremoto.

Assim, é muito importante estar sempre prevenido e ter em mente os conhecimentos básicos de procedimentos na ocorrência de um terremoto.



■ Preparação do dia-a-dia (日頃の備え)



1) Fixação dos móveis e prevenção contra queda de objetos

Fixe os móveis e verifique se não há perigo de queda de objetos. Deixe sempre à mão almofadas, cinelos, apropriados para andar sobre assoalho com estilhaços de vidro, e fita adesiva de tecido larga, para consertar locais danificados. Escolha o quarto de dormir mais seguro contra terremotos.

2) Armazenamento de água e mantimentos suficientes

Como aconteceu no Grande Terremoto de Kobe (Hanshin-Awajishima), o problema maior na ocorrência de um acidente é a obtenção de água e comida. Por isso, deixe armazenados água e mantimentos suficientes para pelo menos 3 dias. A quantidade de água necessária é de 3 litros/pessoa por dia. Prepare água engarrafada, água mineral, etc. Recomenda-se, também, deixar água acumulada na banheira (ofurô), para usar na extinção de incêndio no seu início, ou na descarga do banheiro. Quanto a alimentos, armazene conservas, pão seco, arroz Alfa (arroz seco que pode ser ingerido acrescentando-se água quente ou fria), biscoitos, etc. Verifique o prazo de validade dos mesmos e substitua-os quando necessário.

3) Preparação de lanterna e rádio portátil

Providencie, de antemão, uma lanterna e um rádio portátil, muito úteis na hora do refúgio e para obter informações sobre o terremoto. Verifique, regularmente, a condição das pilhas e prepare, também, pilhas sobressalentes. É recomendável manter roupas e um estojo de primeiros socorros sempre à mão.

4) Necessidade de reunião da família no caso de um desastre natural

É muito importante que cada membro da família entenda o seu papel e responsabilidades no caso de um desastre natural e que o método de comunicação seja confirmado. É também útil confirmar a localização e a direção dos centros de refúgio no caso de haver necessidade de evacuação.

5) Distância de locais perigosos

Tenha em mente os locais que apresentam perigo em caso de terremotos, tais como muros de blocos, máquinas de venda automática, etc., e não se aproxime destes locais na ocorrência do cismo. Tome cuidado, também, com vidros das janelas de edifícios.

Os 10 mandamentos para se preparar contra o terremoto (地震の心得10か条)

① Em primeiro lugar, proteja-se a si mesmo

Proteja-se entrando embaixo de uma mesa ou uma escrivaninha sólida.



② Apague imediatamente todas as fontes de fogo

Não entre em pânico – apague todas as chamas abertas calma e rapidamente. Tenha sempre muito cuidado com fogo.



③ Abrir portas e janelas para garantir uma saída

Isto é imprescindível principalmente para quem mora em prédios de apartamentos.



④ No caso de ocorrência de incêndio, tente extingui-lo de qualquer forma

Se o fogo não tiver atingido o teto, pode-se extinguir o fogo com um extintor de incêndio, pedindo em voz alta, a colaboração dos vizinhos.



⑤ Não saia precipitadamente à rua

Mesmo em um terremoto de grande escala, o tremor violento ocorre por apenas um minuto aproximadamente. Deve-se fechar a chave principal da electricidade antes da fuga.

⑥ Não se aproxime de ruelas estreitas, muros

Caso você estiver em um local perigoso, afaste-se imediatamente desse lugar.



⑦ Tome cuidado com desmoronamentos, avalanches, tsunami (vagalhões) e inundações

Caso você estiver em encosta de montanha, ladeira íngreme ou em região à beira-mar, refugie-se imediatamente para um local seguro.

⑧ Refugie-se a pé, carregando o mínimo necessário

Não utilize nunca automóvel para se refugiar; faça-o sempre a pé. Leve o mínimo necessário para não dificultar a locomoção. Certifique-se de qual é o refúgio na zona onde você reside.

⑨ Resgate de emergência mediante a colaboração de todos

Se houver muitas vítimas com ferimentos, a equipe médica de resgate poderá ficar sobrecarregada e não ter capacidade de responder a todas as chamadas. Faça resgates de emergência com a colaboração de todos.

⑩ Mantenha a ordem e tome cuidado com a higiene

Em caso de emergência, não tome atitudes egocêntricas, e aja mantendo a ordem. Além disso, tome bastante cuidado com a higiene.

