



ESCOLA NACIONAL DE
BOMBEIROS



CADERNO DE SENSIBILIZAÇÃO

Incêndios rurais:

o que fazer antes, durante e depois

Verónica Vieira Catarino
Victor Hugo Fernandes

SENSIBILIZAÇÃO



VERÓNICA VIEIRA CATARINO
VICTOR HUGO FERNANDES

Incêndios rurais: o que fazer antes, durante e depois



ESCOLA NACIONAL DE BOMBEIROS

S I N T R A ■ 2026



Ficha Técnica

Título

Incêndios rurais: o que fazer antes, durante e depois

Colecção

Cadernos de Sensibilização

(n.º 4)

Edição

Escola Nacional de Bombeiros
Quinta do Anjinho – Rua Doutor António Macieira
2710 - 689 Sintra
Telef.: 219 239 040
E.mail: edicao@enb.pt

Texto

Verónica Vieira Catarino, Victor Hugo Fernandes

Comissão de Revisão Técnica e Pedagógica

José Oliveira, Luís Abreu

Fotografia

Verónica Vieira Catarino, Victor Hugo Fernandes

Ilustrações

Victor Hugo Fernandes

Projeto gráfico e maquetização

Victor Hugo Fernandes

Impressão

AlfáPrint - Artes Gráficas, Lda.

ISBN: 978-972-8792-36-7

Depósito Legal n.º 566044/26

1.ª edição: maio de 2026

Disponibilidade em suporte digital

www.enb.pt

© 2026 ENB – ESCOLA NACIONAL DE BOMBEIROS

Sumário

Prefácio	5
Introdução	7
Todos somos Proteção Civil	9
1. Antes do incêndio	11
1.1. Preparar a sua casa	12
1.2. Preparar a comunidade e a aldeia	21
1.3. Prevenir comportamentos de risco	28
1.4. Preparar um Kit de emergência	34
1.5. Plano Familiar de Emergência (PFE)	48
2. Durante o incêndio	53
2.1. Aproximação do incêndio	54
2.2. Preparação para evacuação	61
2.3. Confinamento na habitação	62
2.4. Em caso de evacuação	65
3. Depois do incêndio	69
3.1. Regresso à habitação ou aldeia	70
3.2. Proteção da família	73
3.3. Recuperação do espaço rural	77
Conclusão	87
Bibliografia	88
Glossário	90

Os incêndios rurais continuam a ser uma das maiores preocupações em Portugal, não apenas pelos impactos que provocam no território e no ambiente, mas sobretudo pelas consequências diretas que têm na vida das populações. A crescente proximidade entre espaços florestais e zonas habitadas, torna esta realidade particularmente exigente, obrigando a um reforço contínuo da prevenção, da sensibilização e da preparação coletiva, no bom entendimento que cada um de nós é parte e contributo para a solução.

A proteção e a segurança das populações perante este risco exigem, hoje mais do que nunca, uma sociedade informada, consciente e preparada, onde cada cidadão compreenda o seu papel na redução da vulnerabilidade e na autoproteção. A segurança coletiva constrói-se, também, assim e a cada momento, a partir de decisões individuais e dos comportamentos adotados no quotidiano.

A Escola Nacional de Bombeiros destes novos tempos, no cumprimento da sua missão de produção de conteúdos informativos e formativos e de capacitação dos cidadãos na área da autoproteção, assume como prioridade a promoção de uma cultura de segurança, responsabilidade e resiliência junto das comunidades. Esta missão ganha particular relevância num contexto em que a prevenção se revela determinante para a proteção de vidas, bens e do património natural.

Importa sempre sublinhar que a proteção civil não se inicia no momento da emergência, mas sim muito antes dela ocorrer. Nesta área dos incêndios rurais, ela começa nos gestos diários, na manutenção adequada dos terrenos, na redução de materiais combustíveis junto das habitações e na consciência ativa de todos os riscos existentes. Cada ação preventiva contribui de forma extraordinariamente decisiva para a segurança de cada um, da sua família, de todos.

O presente caderno de sensibilização surge na sequência do inédito curso massivo online com o mesmo nome, dirigido à população, constituindo-se como um prolongamento dessa iniciativa formativa. Apresenta-se, assim, como mais um meio de informação e sensibilização, disponibilizado em formato digital e também em versão impressa, reunindo orientações práticas e acessíveis sobre prevenção, mitigação e autoproteção face ao risco de incêndio rural.

Mais do que transmitir conhecimento, pretende envolver e sensibilizar cada cidadão para a importância da sua participação ativa na construção de comunidades mais seguras e resilientes. Comunidades informadas, preparadas e envolvidas são comunidades mais seguras.

A capacitação da sociedade civil constitui, por isso, um dos pilares fundamentais de um sistema de proteção civil mais forte, mais próximo e mais eficiente.

Lídio Lopes

Presidente da Direção da E.N.B.



Introdução

Os **incêndios rurais**, quer sejam em área florestal, em área agrícola ou na interface urbano-rural, são frequentes e têm consequências relevantes para a sociedade, para as populações, para a economia, para o ambiente e ecossistemas. Em Portugal, os incêndios rurais são um dos riscos mais complexos que enfrentamos e constituem um dos maiores desafios de segurança e sustentabilidade.

A proteção das comunidades, das habitações e do território não depende exclusivamente das forças de socorro e combate. Ela assenta, fundamentalmente, na capacidade de **cada cidadão** agir como um agente ativo de **Proteção Civil**.

Num cenário de incêndios rurais, cada vez mais complexo, especialmente em zonas de baixa densidade populacional, a proteção da vida, das casas, do património e do território depende, em grande parte, do **conhecimento**, da **preparação dos cidadãos**, da **sociedade no geral** e dos **agentes de proteção civil**.

Muitas vezes, pensamos que a Proteção Civil são apenas os bombeiros ou os meios utilizados no combate aos incêndios, como os meios aéreos, mas a verdade é que **o sistema de proteção civil começa em cada um de nós**. Somos nós a primeira linha de defesa.

Quem vive na interface entre as aldeias, ou vilas, e a área florestal, tem um papel vital. A limpeza dos matos e de produtos inflamáveis em redor das casas não é apenas uma regra, é o que permite aos operacionais trabalhar com segurança e proteger a vida das pessoas e os seus bens. A **colaboração de cada cidadão** como indivíduo e da comunidade como um todo permitirá reduzir drasticamente o número de ignições e aumentar de forma determinante a proteção das pessoas e bens.

Reduzir o **risco de incêndio** é uma responsabilidade partilhada entre o Estado, as autarquias e os cidadãos.

Este caderno é mais do que um conjunto de regras, é um **instrumento de cidadania**. Foi desenvolvido para apoiar a sociedade civil na compreensão e mitigação do risco de incêndio rural, especialmente na **interface urbano-rural**, nas zonas onde os aglomerados populacionais e a vegetação se cruzam e onde a vulnerabilidade de pessoas e bens é maior.

Pretendemos que cada cidadão se possa transformar num **agente ativo de Proteção Civil**, entendendo que a segurança da comunidade começa em cada pessoa e no seu comportamento.

Ao adotar medidas de autoproteção e ao promover a limpeza do seu território, não está apenas a proteger a sua propriedade, está também a facilitar o trabalho dos operacionais no terreno e a contribuir para um **país mais resiliente e seguro**.

PROTEÇÃO CIVIL



#

“Todos somos Proteção Civil”

– O que é a Proteção Civil

A proteção civil é a atividade desenvolvida pelo Estado, Regiões Autónomas e autarquias locais, pelos cidadãos e por todas as entidades públicas e privadas com a finalidade de prevenir riscos coletivos inerentes a situações de acidente grave ou catástrofe, de atenuar os seus efeitos e proteger e socorrer as pessoas e bens em perigo quando aquelas situações ocorram (Lei n.º 27/2006, 2006).

Os cidadãos e demais entidades privadas têm o dever de colaborar na prossecução dos fins da proteção civil, observando as disposições preventivas das leis e regulamentos, acatando ordens, instruções e conselhos dos órgãos e agentes responsáveis pela segurança interna e pela proteção civil (fig. 1) e satisfazendo prontamente as solicitações que justificadamente lhes sejam feitas pelas entidades competentes.



Fig. 1 Agentes de proteção civil.



1.

Antes do incêndio

Cada pessoa, cada cidadão, deve compreender que a prevenção não é apenas uma obrigação legal, mas a base de toda a estratégia de sobrevivência e proteção de bens. A eficácia do combate a um incêndio rural decide-se muito **antes do incêndio**, antes da primeira ignição.

Na fase da prevenção, o cidadão assume o papel de principal protagonista da sua própria segurança. Através de gestos preventivos e do cumprimento das normas de gestão de combustível, como a limpeza de vegetação em redor das habitações, criamos condições para que o fogo perca intensidade e os operacionais de Proteção Civil consigam intervir com sucesso.

Preparar a sua casa e a sua família é o passo mais eficaz para reduzir a vulnerabilidade e aumentar as hipóteses de proteção do seu património.

Ao limpar a vegetação envolvente às habitações, ao arrumar adequadamente os produtos inflamáveis como a lenha e as botijas do gás, e ao organizar um **plano familiar de emergência**, deixa de ser um observador passivo para se tornar o **primeiro agente de proteção civil**.

Preparar o território é antecipar a emergência, garantindo que, perante a ameaça, a nossa casa e a nossa comunidade não sejam apenas alvos, mas sim espaços resilientes e defensáveis.

Estar preparado não é apenas uma medida de cautela, é sim a base que permite uma resposta calma e organizada quando cada segundo conta. Quando se prepara, não está apenas a proteger o seu património, está a tornar toda a sua **comunidade mais forte** e **menos vulnerável**, mais **resiliente**.



Preparar a sua casa

– Obrigações Legais

No âmbito da legislação em vigor⁽¹⁾, são deveres dos proprietários de edifícios:

- Adotar as melhores práticas de autoproteção e redução de ignições, garantindo que o edifício tem condições para impedir a entrada de material incandescente;
- Executar a gestão de combustível de proteção do edificado, garantindo que no seu exterior não existem depósitos contíguos de material altamente inflamável;
- Reportar danos à câmara municipal territorialmente competente e participar na recuperação do território;
- Cumprir o prazo de execução dos trabalhos, definido anualmente por despacho dos membros do Governo.

– Medidas de autoproteção

Para defender a sua casa dos incêndios rurais, é fundamental implementar medidas práticas de prevenção tanto no edifício como no meio ambiente envolvente (fig. 2), assim:

- Verifique o estado dos telhados;
- Verifique portas e janelas;
- Afaste materiais inflamáveis;
- Instale equipamentos de segurança;
- Crie um espaço defensável.

Verifique o estado dos telhados

- Limpe os telhados, chaminés e as caleiras, calhas ou algerozes, de folhas mortas e detritos.
- Repare telhas que estejam soltas e substitua as que estejam partidas.
- Limpe os detritos nas claraboias e aberturas externas do sótão, quando existam.
- Cubra essas aberturas com malha metálica fina para evitar que as faúlhas entrem na casa.

⁽¹⁾ Artigo 22.º, Decreto-Lei n.º 82/2021, de 13 de outubro.



Fig. 2 Avalie o estado da sua habitação.

Verifique portas e janelas

- Repare rachaduras ou fissuras existentes nas portas ou janelas, para evitar a entrada de faúlhas e de fumo.
- Substitua os vidros partidos.

Afaste materiais inflamáveis

- Retire a lenha, palha ou outros produtos inflamáveis que estejam próximos à sua casa.
- Coloque os lixos, incluindo os recicláveis, em contentores adequados e afastados da habitação (fig. 3).



Fig. 3 Coloque o lixo afastado da habitação e nos contentores adequados.