

AVISO À POPULAÇÃO

TEMPO FRIO E SECO

I. SITUAÇÃO

No seguimento do contacto com o Instituto Português do Mar e da Atmosfera (IPMA) realizado pelo Comando Nacional de Operações de Socorro (CNOS) da Autoridade Nacional de Proteção Civil (ANPC), prevê-se **descida da temperatura e vento intenso para as próximas 48 horas**, fatores meteorológicos que irão **acentuar o desconforto térmico**:

Durante a **noite de hoje para amanhã** (15 para 16-12-2017) prevê-se:

- A diminuição da temperatura mínima para valores situados entre -2 e 2°C nas regiões do interior norte e centro;
- O vento a soprar do quadrante norte moderado (até 35 km/h) na faixa costeira e forte (até 40 km/h) nas terras altas do centro e sul;
- A formação de gelo ou geada nas regiões do interior norte e centro.

Durante a **noite de sábado para domingo** (16 para 17-12-2017) prevê-se:

- A diminuição da temperatura mínima para valores situados entre -4 e 2°C nas regiões do interior norte e centro; e de 1 a 3°C nas regiões do litoral norte e centro e do interior sul;
- O vento a soprar do quadrante leste moderado (até 30 km/h) no Algarve e nas terras altas (*ainda até meio da manhã de domingo*);
- A formação de geada nas regiões do interior (*repetindo-se o mesmo na noite de segunda-feira para terça-feira*).

Acompanhe as previsões meteorológicas em www.ipma.pt

2. EFEITOS EXPECTÁVEIS

Face à situação acima descrita, pode verificar-se:

- Intoxicação por inalação de gases devido a inadequada ventilação de habitações aquecidas com recurso a lareiras e braseiras;



- Incêndio em habitações em resultado da má utilização de lareiras e braseiras ou de avarias elétricas e circuitos elétricos;
- Formação de gelo em troços úmbrios de estradas;

3. MEDIDAS PREVENTIVAS

A ANPC recorda que o eventual impacto destes efeitos pode ser minimizado através da adoção de medidas de autoproteção e comportamentos adequados como os que seguem:

- Evitar a exposição prolongada ao frio e a mudanças de temperatura bruscas;
- Envergar várias camadas de roupa folgada e adaptada à temperatura ambiente;
- Proteger as extremidades do corpo com gorro, cachecol, luvas e meias quentes;
- Ingerir sopas e bebidas quentes e evitar o consumo de bebidas alcoólicas;
- Envergar vestuário adequado por parte de trabalhadores que exerçam atividades ao ar livre e evitar que exerçam esforços excessivos durante as tarefas que realizem;
- Tomar especial atenção aos equipamentos de combustão (braseiras e lareiras), os quais podem causar intoxicação e conduzir à morte devido à acumulação de monóxido de carbono;
- Assegurar a adequada ventilação das habitações
- Evitar o uso de dispositivos de aquecimento antes de dormir, cuidando de os desligar da corrente antes de deitar;
- Adotar uma condução defensiva e ter especial atenção aos locais da estrada onde seja suscetível a formação de gelo;
- Atender aos familiares e vizinhos que possam necessitar de auxílio e apoio, nomeadamente pessoas mais idosas ou em condições de maior isolamento;
- Dedicar especial atenção aos grupos da população mais vulneráveis, como as crianças, os idosos e as pessoas portadoras de patologias crónicas, bem como os sem-abrigo.
- Estar atento às informações meteorológicas e aos conselhos e recomendações da Proteção Civil e das Forças de Segurança.

Conheça as recomendações da Direção-Geral de Saúde sobre os cuidados a ter durante o tempo frio e seco (www.dgs.pt)

Divisão de Comunicação e Sensibilização

Jorge Dias | 965 160 096



