

# AVISO À POPULAÇÃO

Data: 19-08-2022

Hora: 10:00

Nº02/2022



## Assunto

### CONDIÇÕES METEOROLÓGICAS ADVERSAS

Aumento da Temperatura / Aumento do Perigo de Incêndio Rural

## 1 – Informação Geral

De acordo com a informação disponibilizada pelo Instituto Português do Mar e da Atmosfera (IPMA), para os próximos dias, salienta-se:

- **Humidade relativa:**
  - ✓ Humidade relativa com valores inferiores a 30% durante a tarde. Nas próximas noites, será expectável fraca recuperação noturna.
- **Vento:**
  - ✓ Vento até 40 km/h predominante do quadrante Norte com rajadas até aos 60 km/h.
- **Temperatura:**
  - ✓ Estão previstos para os próximos dias, valores de temperatura na ordem dos 40°C. A temperatura mínima será superior a 20°C durante este período.

## 2 – Efeitos Expectáveis

- Em função da previsão da evolução das condições meteorológicas é expectável o aumento gradual dos índices de risco de incêndio. Nos próximos dias o concelho de Gavião estará em risco MÁXIMO de Incêndio.

## 3 – Medidas Preventivas

De acordo com a Direção Geral de Saúde (DGS) o Serviço Municipal de Proteção Civil de Gavião (SMPCG), de forma a minimizar os efeitos previstos, sugere a adoção de comportamentos adequados, nomeadamente:

- Evite estar ao sol entre as 11h e as 17h;
- Aumentar a ingestão de água, ou sumos de fruta natural sem adição de açúcar, mesmo sem ter sede;

# AVISO À POPULAÇÃO

Data: 19-08-2022

Hora: 10:00

Nº02/2022



- Evitar bebidas alcoólicas e bebidas com elevados teores de açúcar;
- Devem fazer-se refeições leves e mais frequentes. São de evitar as refeições pesadas e muito condimentadas;
- Usar menos roupa na cama, sobretudo quando se tratar de bebés e de doentes acamados;
- Usar roupa larga, leve e fresca, de preferência de algodão;
- Sempre que possível, diminuir os esforços físicos e repousar frequentemente em locais à sombra, frescos e arejados. Evitar atividades que exijam esforço físico;
- Nunca deixar crianças, doentes ou pessoas idosas dentro de veículos expostos ao sol;
- Evitar a permanência em viaturas expostas ao sol, principalmente nos períodos de maior calor, sobretudo em filas de trânsito e parques de estacionamento. Se o carro não tiver ar condicionado, não feche completamente as janelas. Levar água suficiente ou sumos de fruta naturais sem adição de açúcar, para a viagem e, parar para os beber. Sempre que possível viajar de noite;
- Aplique protetor solar com fator  $\geq 30$  a cada 2 horas;
- Informar-se periodicamente sobre o estado de saúde das pessoas isoladas, idosas, frágeis ou com dependência que vivam perto de si e ajudá-las a protegerem-se do calor;
- As pessoas que sofram de doença crónica, ou que estejam a fazer uma dieta com pouco sal, ou com restrição de líquidos, devem aconselhar-se com o seu médico, ou contactar a Linha Saúde 24: 808 24 24 24;

Relativamente às restrições associadas ao índice de perigo de incêndio rural, devem consultar toda a informação no seguinte link:

[https://fogos.icnf.pt/SGIF2010/InformacaoPublicaDados/Condicionantes\\_PerigoIncendiosRural.pdf](https://fogos.icnf.pt/SGIF2010/InformacaoPublicaDados/Condicionantes_PerigoIncendiosRural.pdf)

**O Serviço Municipal de Proteção Civil de Gavião apela à atenção de todos os cidadãos para as medidas acima descritas, que se adotem e divulguem as medidas preventivas enunciadas, com vista à mitigação dos riscos descritos.**