



AVISO À POPULAÇÃO

Serviço Municipal de Proteção Civil de Viana do Alentejo

AVISO **LARANJA** PARA TEMPO QUENTE

MEDIDAS PREVENTIVAS

Face às previsões meteorológicas do Instituto Português do Mar e da Atmosfera (IPMA), em que emitiu:

Aviso LARANJA para TEMPO QUENTE, de acordo com as previsões meteorológicas disponibilizadas em <https://www.ipma.pt/pt/otempo/prev-sam/timeline.jsp?reg=EVR>, salienta-se:

- **Persistência de valores elevados de temperatura máxima.**

Assim recomenda-se a observação por parte da população das seguintes medidas de autoproteção:

- Beba água com regularidade ou sumos de fruta natural sem adição de açúcar;
- Evite a exposição ao sol nas horas de maior calor (aproximadamente entre as 11h00 e as 17h00);
- Evite bebidas alcoólicas e com elevados teores de açúcar;
- Utilizar roupa solta e clara, óculos de sol e chapéu de abas largas
- Evite fazer atividades que exijam muito esforço físico, particularmente nos períodos de maior calor;
- Se viajar de carro, escolha horas de menor calor. Não permita que pessoas (especialmente crianças e idosos) e/ou animais fiquem dentro da viatura ao sol;
- Esteja atento a pessoas mais vulneráveis, especialmente crianças e idosos;
- As pessoas que sofram de doença crónica, ou que estejam a fazer uma dieta com pouco sal, ou com restrições de líquidos, devem aconselhar-se junto do seu médico;
- Os recém-nascidos, as crianças, as pessoas idosas e as pessoas doentes, podem não sentir, ou não manifestar sede, pelo que estão particularmente vulneráveis - ofereça-lhes água e esteja atento.
- Se necessário ligue Saúde 24 - 808 24 24 24.

Relembramos ainda que é proibido:

- Realização de queimadas, de fogueiras para recreio ou lazer, ou para confeção de alimentos;
- Utilização de equipamentos de queima e de combustão destinados à iluminação ou à confeção de alimentos;
- Queimar matos cortados e amontoados e qualquer tipo de sobrantes de exploração;
- Lançamento de balões com mecha acesa ou qualquer outro tipo de foguetes;
- Fumar ou fazer lume de qualquer tipo nos espaços florestais e vias que os circundem;
- Fumigação ou desinfestação em apiários com fumigadores que não estejam equipados com dispositivos de retenção de faúlhas.

Recomendamos ainda que sejam tomados cuidados acrescidos na realização de trabalhos agrícolas e florestais principalmente os seguintes

- Manter as máquinas e equipamentos limpos de óleos e poeiras;
- Abastecer as máquinas a frio e em local com pouca vegetação;
- Ter cuidado com as faíscas durante o seu manuseamento, evitando a sua utilização nos períodos de maior calor.

Recomenda-se ainda a consulta da informação disponível nos sítios da internet da Câmara Municipal de Viana do Alentejo/Serviço Municipal de Proteção Civil (http://www.cm-vianadoalentejo.pt/pt/site-servicos/seguranca_e_protecao_civil), da Autoridade Nacional de Proteção Civil (www.prociv.pt) e do Instituto Português do Mar e da Atmosfera (www.ipma.pt) da Direção-geral de Saúde (www.dgs.pt) e da ARS Alentejo www.arsalentejo.min-saude.pt/.