



COMUNICADO N.º 104

28 Novembro de 2008 - 21h50

MAU TEMPO

MEDIDAS DE PREVENÇÃO E AUTOPROTECÇÃO

De acordo com as informações do Instituto de Meteorologia, o território de Portugal Continental continuará sujeito, nos próximos dias, a efeitos meteorológicos adversos (tempo frio, precipitação e queda de neve). Devido a estas condições meteorológicas adversas, várias estradas estão cortadas e condicionadas nos distritos de Vila Real, Bragança, Braga, Coimbra, Viseu e Guarda.

Face a estas condições meteorológicas, a Autoridade Nacional de Protecção Civil continua em alerta amarelo até às 21h00 horas do dia 1 de Dezembro, e recomenda à população a tomada das necessárias medidas de prevenção e autoprotecção e especial atenção:

- Ao aumento do número de acidentes de viação, devido à existência de piso escorregadio e eventual formação de gelo ou lençóis de água ou ao arrastamento de materiais sólidos para a via;
- À possibilidade de corte de estradas nas regiões onde se prevê queda de neve;
- Ao uso de várias camadas de roupa em vez de uma única peça de tecido grosso. Evite as roupas muito justas ou as que o façam transpirar;
- O ar frio não é bom para a circulação sanguínea. Evite actividades físicas intensas que obrigam o coração a um maior esforço e podem até conduzir a um ataque cardíaco;
- Ao consumo excessivo de electricidade pode sobrecarregar a rede originando falhas locais de energia. Procure poupar energia, desligando os aparelhos eléctricos que não sejam necessários. Tenha à mão lanterna e pilhas, para o caso de faltar a luz;
- Tenha cuidado com as lareiras, braseiras e aquecedores a gás devido ao risco de acidentes domésticos. Em lugares fechados sem renovação de ar a combustão pode originar a produção de monóxido de carbono, um gás letal, assim como queimaduras, choques eléctricos e incêndios domésticos;
- Se tiver que sair de casa, proteja a cabeça, utilizando um chapéu ou gorro e nas mãos use luvas;
- Se suspeitar que você ou alguém que o rodeia está com hipotermia ligue imediatamente para o 112;
- Mantenha-se atento aos noticiários da Meteorologia e às indicações da Protecção Civil transmitidas pelos órgãos de comunicação social.



Igualmente, recomenda-se especial atenção:

- Aos avisos e recomendações das autoridades competentes, mantendo-se atento à situação;
- À desobstrução dos sistemas de escoamento das águas pluviais e retirada de inertes que possam ser arrastados;
- À limpeza dos bueiros, algerozes, caleiras e respectivos sistemas de escoamento;
- Ao fecho de portas e janelas assim como à arrumação de equipamento solto, caixotes de lixo ou outros objectos, em virtude de vento mais forte;
- A curto-circuitos em casas antigas;
- À queda de árvores.

A Autoridade Nacional de Protecção Civil continuará a acompanhar permanentemente a situação em estreita colaboração com o Instituto de Meteorologia

Autoridade Nacional de Protecção Civil