



COMUNICADO N.º 81

11 DEZEMBRO DE 2009 | 17h00

Tempo frio nos próximos dias

MEDIDAS DE PREVENÇÃO E AUTOPROTECÇÃO

De acordo com as informações actualizadas e disponibilizadas pelo Instituto de Meteorologia (IM) para os próximos dias, salienta-se a progressiva descida da temperatura mínima nas próximas madrugadas, as quais podem atingir valores abaixo dos zero graus Celsius, criando condições de frio que serão acentuadas na madrugada de domingo, dia 13 de Dezembro, por um aumento da intensidade do vento e por uma nova descida da temperatura. Estes efeitos far-se-ão sentir inicialmente no interior do país, atingindo todos os distritos do Continente na próxima Segunda-feira, dia 14.

Face a estas previsões, a ANPC recomenda que seja dada especial atenção:

- À condução de veículos, nomeadamente nas vias propensas à formação de gelo, aumentando o perigo de acidentes rodoviários, pelo que se aconselha velocidades baixas;
- Ao uso de várias camadas de roupa em vez de uma única peça de tecido grosso. Evitar o uso de roupas muito justas ou as que façam transpirar;
- Às actividades físicas intensas que obrigam o coração a um maior esforço e podem até conduzir a um ataque cardíaco;
- Aos sinais de hipotermia (corpo frio com tremuras, pele roxa e falta de reacção) ligue imediatamente para o 112.



Recomenda ainda alguns cuidados a ter com o aquecimento do lar. Aquecer o lar pode provocar incêndios ou intoxicações. Assim:

- Tenha cuidado com as lareiras; em locais fechados e sem renovação de ar, a combustão pode originar a produção de monóxido de carbono, um gás mortal;
- Seja também cuidadoso com os aquecedores devido ao risco de acidentes domésticos, nomeadamente devido à sobrecarga dos quadros eléctricos.
- Não seque roupa no aquecedor;
- Afaste o aquecedor de cortinados, tecidos ou mobílias;
- Se utiliza lareiras, use um resguardo próprio para evitar que qualquer faísca salte para fora;
- Tenha um anteparo fixo para impedir uma possível queda de pessoas para o seu interior, especialmente crianças ou idosos,
- Nunca use petróleo, gasolina ou álcool para atear a lareira.

Todos estes cenários podem ser prevenidos se, atempadamente, forem tomadas medidas que anulem ou minimizem os seus efeitos.

Informações adicionais poderão ser obtidas no sítio da ANPC na internet em

www.prociv.pt

Autoridade Nacional de Protecção Civil