

AVISO À POPULAÇÃO

15/2021

Serviço Municipal
Proteção Civil
Município de Lamego



03NOV2021 12:00

Assunto:

RECOMENDAÇÕES DA PROTEÇÃO CIVIL MUNICIPAL
TEMPO FRIO (Descida de temperatura nos próximos dias)



SITUAÇÃO METEOROLÓGICA

Perante a previsão de tempo frio para os próximos dias o Serviço Municipal de Proteção Civil alerta a população para o impacto destas condições meteorológicas.

EFEITOS EXPECTÁVEIS

Face a este quadro meteorológico, poderão ocorrer os seguintes efeitos:

- Piso rodoviário escorregadio por eventual acumulação e formação de gelo;
- Ao arrastamento para as vias rodoviárias de objetos soltos, ou ao desprendimento de estruturas móveis ou deficientemente fixadas, por efeito de episódios de vento forte, que podem causar acidentes com veículos em circulação ou transeuntes na via pública;
- Danos em estruturas montadas ou suspensas;
- Possibilidade de queda de ramos ou árvores em virtude de vento mais forte, bem como de afetação de infraestruturas associadas às redes de comunicações e energia;
- Aumento do desconforto térmico na população em especial pela conjugação da temperatura mínima baixa e do vento intenso;
- Intoxicações por inalação de gases, devido a inadequada ventilação, em habitações onde se utilizem aquecimentos com lareiras e braseiras;
- Incêndios em habitações, resultantes da má utilização de lareiras e braseiras ou de avarias em circuitos elétricos;
- Eventual formação de gelo em troços de estradas com ensombramento permanente;
- Aumento do risco associado ao tráfego rodoviário, quer pela queda de neve nas vias, quer pela formação de gelo;
- Necessária especial atenção aos grupos populacionais mais vulneráveis, crianças, idosos e pessoas portadoras de patologias crónicas e população sem-abrigo.

MEDIDAS PREVENTIVAS

O Serviço Municipal de Proteção Civil recorda que o **eventual impacto destes efeitos pode ser minimizado**, sobretudo através da adoção de comportamentos adequados, pelo que se recomenda a observação e divulgação das principais medidas de autoproteção para estas situações, nomeadamente:

- Que se evite a exposição prolongada ao frio e às mudanças bruscas de temperatura;
- Manter o corpo quente, através do uso de várias camadas de roupa, folgada e adaptada à temperatura ambiente;

AVISO À POPULAÇÃO

15/2021

Serviço Municipal
Proteção Civil
Município de Lamego



- A proteção das extremidades do corpo (usando luvas, gorro, meias quentes e cachecol), calçado quente e antiderrapante;
- A ingestão de sopas e bebidas quentes, evitando o álcool que proporciona uma falsa sensação de calor;
- Especial atenção com a proteção em termos de vestuário por parte de trabalhadores que exerçam a sua atividade no exterior, e evitar esforços excessivos resultantes dessa atividade;
- Prestar atenção aos grupos mais vulneráveis (crianças nos primeiros anos de vida, doentes crónicos, pessoas idosas ou em condição de maior isolamento, trabalhadores que exerçam atividade no exterior e pessoas sem abrigo);
- Especial atenção aos aquecimentos com combustão (ex.: braseiras e lareiras), que podem causar intoxicação devido à acumulação de monóxido de carbono e levar à morte;
- Que se assegure uma adequada ventilação das habitações, quando não for possível evitar o uso de braseiras ou lareiras;
- Que se evite o uso de dispositivos de aquecimento durante o sono, desligando sempre quaisquer aparelhos antes de se deitar;
- Que se tenha em atenção a condução em locais onde se forme gelo na estrada, adotando uma condução defensiva;
- Nas vias afetadas pela acumulação de gelo e/ou neve, são desaconselhadas viagens com crianças, idosos ou pessoas com necessidades especiais.

RECOMENDAÇÕES

O SMPC recomenda a adequação dos comportamentos e atitudes face à situação meteorológica previsível, tomando especial atenção à evolução da situação para os próximos dias.

Esteja atento às informações da meteorologia e às indicações da Proteção Civil e Forças de Segurança.

Acompanhe as previsões meteorológicas em www.ipma.pt

Acompanhe as medidas preventivas da saúde (frio) em www.dgs.pt

**O Coordenador Municipal de
Proteção Civil de Lamego**

Assinado no original

Pedro Nunes Fragueiro