

Cuidados

De acordo com documento do Centro Nacional de Gerenciamento de Riscos e Desastres (Cenad) e da Defesa Civil do Brasil, em caso de calor extremo deve-se evitar a exposição ao sol durante os horários de maior calor; beber água a cada duas horas; usar roupas leves; consumir alimentos leves, como frutas e verduras; entre outras. As pessoas com maior risco de sofrer complicações ou morte durante uma onda de calor são crianças, idosos e pessoas com condições crônicas que requerem medicação diária.

Em relação aos incêndios florestais, tal situação meteorológica favorece no aumento dos riscos de focos de queimadas. Portanto, os moradores de áreas vulneráveis devem evitar atividades que possam causar faíscas, como queimadas não autorizadas, e denunciar qualquer comportamento suspeito às autoridades.

Luciane Evans

Ascom/Sisema