

Sem sinal de chuva, baixa umidade exige cuidados

Projeção do **Cepagri/Unicamp** é que chuva não virá, pelo menos nesta semana

Daíza Lacerda

Mário Roberto

A frente fria da última semana não trouxe a esperada chuva, e a projeção é que ela não virá, pelo menos nesta semana. Nos próximos dias, a situação deve ser típica da época: estiagem, com manhãs mais frias e tardes quentes e secas.

É o que explica Priscila Coltri, pesquisadora do **Cepagri/Unicamp**. Não há projeção de chuvas na região ao menos até o fim da semana, quando a umidade relativa do ar deve permanecer em baixa, entre 20% e 30%, que já é considerado estado de atenção. “Apesar do aumento de nebulosidade esperado, são baixas as chances de chuvas, dentro da normalidade da época”, explica. As manhãs devem registrar entre 11°C e 15°C nas primeiras horas, com temperaturas que podem chegar aos 29°C à tarde.

CUIDADOS

O desconforto causado pelo ar seco pode prejudicar a saúde, exigindo cuidados, muitos deles simples, como medidas para aumentar a umidade do ambiente. Mas o alerta da época também é em relação às doenças virais, como explica o pneumologista da Medical, João Carlos Rodrigues de Almeida.



■ Irritação nos olhos devido à secura levou Josiane ao posto de saúde

Segundo ele, as doenças mais comuns neste período são as causadas por vírus, como o vírus sincicial respiratório e o influenza. Outras doenças incluem otites e bronquiolite. O tempo seco acarreta o aumento de internações por doenças respiratórias, principalmente entre as crianças de até dois anos e entre os idosos. “Com tantas crianças em creches e escolas, a exposição delas a estes e outros vírus aumenta”, ressalta.

Sobre as providências possíveis, o médico esclarece que, “como a maioria dessas doenças é viral, não há medicamento mágico. As medicações utilizadas visam reduzir os sintomas como coriza e

dor de cabeça”. O desconforto também pode ser minimizado com balde de água ou pano molhado, como opção válida para quem não tem umidificador em casa.

São sinais de que um médico deve ser procurado a persistência e agravamento dos sintomas, principalmente febre alta, mal-estar e tosse com secreção purulenta. Para tentar prevenir doenças, as recomendações são lavar as mãos com sabão e água, ou usar higienizador à base de álcool. “Evitar passar as mãos sem ser lavadas nos olhos, nariz e boca e evitar contato direto com pessoas doentes é uma boa maneira de diminuir o risco de também ficar doente”, reforça.