

URA: Santa Bárbara em estado de atenção

A semana começou registrando altas temperaturas em Santa Bárbara d'Oeste. A umidade relativa do ar chegou a ficar em 39%, o que é considerado estado de atenção pela Organização Mundial de Saúde (OMS). O índice

pode fazer mal a saúde. Os termômetros também marcaram temperaturas altas. O município teve tarde com 34°C e a previsão segue calor mesmo com chuvas isoladas nos próximos dias.

PÁGINA 5

URA chega a 39% e deixa Santa Bárbara em estado de atenção

A semana começou registrando altas temperaturas em Santa Bárbara d'Oeste. A umidade relativa do ar chegou a ficar em 39%, o que é considerado estado de atenção pela Organização Mundial de Saúde (OMS). O índice pode fazer mal a saúde. Os termômetros também marcaram temperaturas altas. O município teve tarde com 34°C e a previsão segue calor mesmo com chuvas isoladas nos próximos dias.

A previsão do tempo é de predomínio de sol em toda a região, pelo menos até a sexta-feira. Haverá ligeira variação de nuvens com possíveis pancadas localizadas de chuvas que podem vir acompanhadas de temporais. As informações são do **Cepagri** (Centro de Pesquisas Meteorológicas e Climáticas Aplicadas à Agricultura).

As temperaturas seguem elevadas com máxima de 33°C hoje e mínima de 22°C na próxima madrugada. Possibilidade de formação de nevoeiros nas primeiras horas do dia, próximo a rios e lagos. Umidade relativa do ar

baixa, podendo se manter em estado de atenção ou alerta à tarde.

Com a umidade em estado de atenção as diversas alterações de temperatura durante o dia e aglomerações em lugares fechados colaboram para que o organismo seja vítima de vírus, inflamações e alergias comuns nesta época. A hidratação e higienização devem ser redobradas.

A preocupação nessa época também é quanto à qualidade da saúde da população. A baixa umidade também causa desconforto, mas algumas atitudes podem ajudar a diminuir os problemas causados pela falta de chuva. Segundo o órgão, a baixa umidade requer cuidados, principalmente com as pessoas que já têm ou tiveram sintomas de doenças do aparelho respiratório.

As altas temperaturas podem provocar dor de cabeça, tontura, náusea, irritação nos olhos, nariz e garganta. A Defesa Civil orienta para a ingestão de bastante líquido para não ter problemas de



desidratação e também no consumo de frutas e vegetais. A recomendação é para umedecer o ar das casas, deixando vasilhas ou toalhas úmidas em alguns cômodos.

As crianças devem estar sob os mesmos cuidados. Por isso, os pais devem redobrar os cuidados com o consumo de líquido, pois bebês e crianças se desidratam com fa-

cilidade. Os idosos também merecem atenção especial como evitar ficar em aglomerações de pessoas, beber muita água para estar sempre hidratando o corpo, man-

ter uma alimentação equilibrada, regada de frutas, verduras e legumes, manter as vias aéreas (nariz) livre de secreção e manter a casa bastante arejada.