



MUNICÍPIO DE  
ÓBIDOS

Câmara Municipal de Óbidos



**COMUNICADO**

Comunicado nº:01

**GERAL**

Data:

**2 FEVEREIRO 2012**

Hora:

**12h00**

## VAGA DE FRIO

O Centro de Previsão do Tempo do Instituto de Meteorologia prevê uma descida da temperatura mínima entre os 5°C e os 8° C em todo o território, a partir de dia 3 sexta-feira.

Desta forma, prevê-se na madrugada de sábado, a ocorrência dos valores mais baixos da temperatura mínima, a qual deverá atingir os -8°C em Bragança, -1°C no Porto , -7°C nas Penhas Douradas , 2°C em Lisboa , -2°C em Beja e 3°C em Faro.

O vento deverá soprar fraco a moderado de nordeste, o que se traduz num aumento da sensação de desconforto térmico, em especial nas terras altas, onde se prevê que soprará moderado a forte.

O IM prevê que esta situação de tempo frio se mantenha para os dias seguintes, ainda que a partir de dia 5, domingo, se espere um ligeiro aumento gradual da temperatura mínima, devendo no entanto continuarem a observar-se valores de temperatura muito baixos, não sendo previsível que se venham a bater os mínimos absolutos.

Estas condições poderão potenciar a possível entrada em onda de frio de várias estações que atualmente já se encontram próximo de satisfazer os requisitos da Organização Meteorológica Mundial, nomeadamente nas regiões norte e centro.

## MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

Procure estar atento às informações meteorológicas. Uma descida brusca de temperatura pode ser um indício de uma vaga de frio, obrigando à adoção de medidas de autoproteção.

Previna-se com roupa quente e calçado adequado.

Verifique se as portas e janelas têm pontos por onde o ar frio possa entrar para dentro de casa. Vede esses espaços, fazendo um bom isolamento da habitação.

### **Durante uma Vaga de Frio**

Procure manter-se em casa ou em locais quentes;

Use várias camadas de roupa em vez de uma única peça de tecido grosso. Evite as roupas muito justas ou as que façam transpirar;

O ar frio não é bom para a circulação sanguínea. Evite as atividades físicas intensas que obrigam o coração a um maior esforço e podem até conduzir a um ataque cardíaco;

Se suspeitar que você ou alguém que o rodeia está com hipotermia ligue imediatamente para o 112;

O consumo excessivo de eletricidade pode sobrecarregar a rede originando falhas locais de energia, desligue os aparelhos elétricos que não sejam necessários. Tenha à mão lanterna e pilhas, para o caso de faltar a luz;

Tenha cuidado com as lareiras. Em lugares fechados sem renovação de ar, a combustão pode originar a produção de monóxido de carbono, um gás letal.

### **Se Tiver de Sair de Casa**

Evite uma exposição excessiva ao frio. Saia de casa apenas se tal for estritamente necessário;

Se vai ter necessidade de passar muito tempo no exterior da casa, use várias peças de roupa, em vez de uma única peça de tecido grosso. Use um chapéu ou gorro para proteger a cabeça;

Proteja o rosto. Evite a entrada de ar extremamente frio nos pulmões;

Mantenha as roupas secas. Mude meias molhadas ou outras peças que possam contribuir para a perda de calor.

### **Se Viajar de Automóvel**

Evite deslocações desnecessárias. Suspenda excursões ou passeios na Montanha ou em zonas propensas a quedas de neve e descidas significativas de temperatura;

Sempre que possível utilize os transportes públicos. Se, no entanto, tiver necessidade de utilizar a sua viatura, procure levar consigo um rádio, lanterna, roupa quente e um cobertor. Leve também alimentos ricos em calorias e não se esqueça do telemóvel, se o tiver;

Antes de iniciar viagem, faça uma revisão ao nível de gasolina, luzes e travões. Coloque um líquido anticongelante no radiador. Leve correntes para a neve, se for caso disso;

Informe-se junto das autoridades dos riscos que vai enfrentar no seu trajeto. Procure conhecer locais de refúgio (povoações, hotéis, estalagens).

O Serviço Municipal de Protecção Civil de Óbidos, recomenda o acompanhamento da evolução destas previsões através dos Órgão de Comunicação Social ou através do Sítio do Instituto de Meteorologia [www.meteo.pt](http://www.meteo.pt)

**A Protecção Civil começa em cada um de nós. Colabore!**

**O Comandante Operacional Municipal**

***Dr. Sérgio Gomes***