Prefeitura de Vitória da Conquista alerta população sobre onda persistente de calor

Date : 24-11-2023

Uma persistente onda de calor e o tempo seco têm causado desconforto e preocupação à população de Vitória da Conquista, que está acostumada com o clima ameno da cidade. De acordo com o Instituto Nacional de Meteorologia (Inmet), a alta temperatura deve se estender nos próximos dias, podendo atingir a marca de 39 graus nesta sexta-feira (24).

As altas temperaturas podem representar riscos à saúde, causando desidratação, insolação e exaustão térmica, por isso, a Prefeitura, através da Secretaria Municipal de Saúde (SMS) e da Coordenação Municipal de Defesa Civil (Compdec), alerta sobre os cuidados necessários, especialmente com crianças, idosos e animais de estimação.

Nesse período recomenda-se que a população evite a exposição prolongada ao sol, principalmente nos horários mais quentes do dia. Além disso, é fundamental o uso de protetor solar, roupas leves e claras, chapéus e óculos escuros. O consumo regular de água, água de coco e sucos naturais também são essenciais para manter a hidratação.

"Uma das defesas do nosso aparelho respiratório é a hidratação, para que as bactérias, vírus e qualquer outros microorganismos que causem infecção não consigam adentrar. Porém, com essa baixa umidade do ar e o clima tão quente, esse mecanismo de defesa acaba sendo perdido naturalmente", destacou a médica pneumologista do Centro Municipal de Pneumologia e Dermatologia Sanitária, Vanessa Khouri. Como sugestão, a médica pede que a população invista na ingestão de líquidos, uso de soro fisiológico e umidificação de ambientes.

O aumento das temperaturas também propicia a propagação de vírus e, consequentemente, de doenças. "Apesar da gente não estar confinado como na época do inverno, esse é um momento de pouca ventilação, então os vírus se espalham com mais propriedade", destacou a pneumologista.

Grupos vulneráveis, como crianças, idosos e animais de estimação precisam de uma atenção

especial durante esse período de calor. Eles devem permanecer em locais frescos e arejados, evitando atividades físicas intensas. Além disso, é importante destacar que não há previsão de chuvas para os próximos dias, o que agrava ainda mais a situação, causando o aumento da sensação térmica.

A Secretaria Municipal de Saúde (SMS) e a Defesa Civil Municipal orientam para os cuidados a serem estabelecidos.

Crianças: Mantê-las hidratadas, oferecendo água regularmente, evitar exposição direta ao sol, vesti-las com roupas leves e frescas, e evitar atividades físicas intensas durante os períodos mais quentes do dia.

Idosos: Garantir que os idosos estejam em ambientes frescos e bem ventilados, oferecer líquidos regularmente, incentivar o descanso e evitar exposição prolongada ao sol. Monitorar sinais de desidratação ou exaustão térmica.

Pets: Fornecer água fresca e limpa regularmente, evitar passeios nos horários de pico de calor, fornecer locais sombreados e frescos para descanso, não deixar o animal trancado em veículos ou áreas sem ventilação adequada. Monitorar sinais de hipertermia em animais, como respiração ofegante excessiva ou dificuldade respiratória.