

ALERTA AMARELO

ATENÇÃO

PARA HOJE, dia **14 de julho**

A Delegação de Saúde Pública informa que o nível de alerta definido para a área geográfica do Agrupamento de Centros de Saúde do Alto Ave, que compreende os concelhos de Cabeceiras de Basto, Fafe, Guimarães, Mondim de Basto e Vizela, para o dia 14 de julho, corresponde a ALERTA AMARELO, o que equivale a dizer que são previsíveis efeitos negativos sobre a saúde.

A temperatura máxima prevista para Cabeceiras de Basto são 36°. As temperaturas máximas e os níveis de Ultra Violetas previstos para o concelho são os seguintes:

Cabeceiras de Basto – 36°C

IUV - MUITO ELEVADO (10)

Para se proteger dos efeitos negativos do calor intenso tenha em atenção as seguintes recomendações:

Mantenha o corpo hidratado e fresco

Mantenha-se protegido do calor

Utilize protetor solar com fator igual ou superior a 30

Mantenha a casa fresca

Mantenha-se especialmente atento e proteja-se se tiver algum problema de saúde

Mantenha-se em contacto e atento aos outros

Mantenha-se informado e atento aos avisos das Autoridades de Saúde, do Instituto do Mar e da Atmosfera e da Autoridade Nacional de Proteção Civil.

Considerando as condições de temperatura, humidade relativa e ventos, os concelhos que integram o ACES do Alto Ave encontram-se com risco moderado a elevado no que se refere aos incêndios, pelo que existe um conjunto de atividades que se encontram proibidas.

Para mais informações ligue para a Saúde 24: 808 24 24 24

Em caso de emergência ligue o 112

Se vai viajar, encontre mais informações em Férias e Viagens