

AVISO À POPULAÇÃO

Nº 05/2025

Data: 29/07/2025

Hora: 09:00

Assunto

Condições meteorológicas adversas

Perigo Incêndio Rural

Nº Nacional de Emergência - 112

GNR de Alfarim – 217 657 670

Bombeiros V. de Sesimbra – 212 288 450

GNR da Quinta do Conde – 217 657 690

GNR de Sesimbra – 217 657 700

Gabinete do Serviço Municipal de Proteção Civil de Sesimbra –
212 280 521

1. Situação

De acordo com a informação disponibilizada pelo IPMA registam-se os seguintes aspetos:

- Subida acentuada da temperatura no litoral oeste, em alguns locais do interior das regiões Centro e Sul, onde ocorrerão valores entre os 35 e os 40°C;
- Humidade relativa inferior a 30% na generalidade do território. Fraca recuperação na noturna, em especial na noite de 29 para 30;
- Vento do quadrante leste nas terras altas com rajadas até 60 km/h. No período da noite, vento de leste/nordeste com rajadas até 65 km/h;
- Índice de perigo de incêndio elevado para a Península de Setúbal.

2. Efeitos Expectáveis

Tendo em conta as condições acima expostas afigura-se:

- Ocorrência de índice de incêndio elevado com probabilidade de acréscimo do número de ocorrências de

incêndio rural.

3. Medidas de Autoproteção

O Gabinete Municipal de Proteção Civil de Sesimbra recomenda à população a tomada das necessárias medidas de precaução e especial atenção às possíveis consequências:

Não é permitido:

- Realizar queimadas, fogueiras para recreio ou lazer, ou para confeção de alimentos;
- Utilizar equipamentos de queima e de combustão destinados à iluminação ou à confeção de alimentos;
- Queimar matos cortados e amontoados e qualquer tipo de sobranes de exploração;
- Lançar balões com mecha acesa ou qualquer outro tipo de foguetes;
- Fumar ou fazer lume de qualquer tipo nos espaços florestais e vias que os circundem;
- Fumigar ou desinfestar apiários com fumigadores que não estejam equipados com dispositivos de retenção de faúlhas.

Na realização de trabalhos agrícolas e florestais deve:

- Manter as máquinas e equipamentos limpos de óleos e poeiras;
- Abastecer as máquinas a frio e em local com pouca vegetação;
- Ter cuidado com as faíscas durante o seu manuseamento, evitando a sua utilização nos períodos de maior calor.

Recomenda o GSMPC a adequação dos comportamentos e atitudes face à situação de perigo de incêndio rural, nomeadamente a adoção das medidas de prevenção e precaução adequadas, observando-se as proibições em vigor e tomando-se especial atenção à evolução do perigo de incêndio para os próximos dias, que se encontra disponível junto dos sítios da internet da ANEPC e do IPMA, junto das Câmaras Municipais e dos Corpos de Bombeiros.

Para se proteger dos efeitos negativos do calor intenso na saúde mantenha-se informado, hidratado e fresco, pelo que DGS recomenda:

- Procurar ambientes frescos (preferencialmente climatizados)

- Evitar que o calor entre dentro das habitações; correr as persianas, ou portadas e mantenha o ar circulante dentro de casa; refrescar a habitação e evite ligar fornos;
- Beber água ou sumos de fruta natural sem açúcar e evitar o consumo de bebidas alcoólicas;
- Evitar a exposição direta ao sol, principalmente entre as 11 e as 17 horas;
- Utilizar roupa solta (algodão), que cubra a maior parte do corpo, chapéu de abas largas e óculos de sol;
- Utilizar protetor solar com fator > 30 e renovar a sua aplicação de 2 em 2 horas;
- Escolher a horas de menor calor par viajar de carro;
- Não permanecer dentro de viaturas estacionadas e expostas ao sol, nem deixe os animais domésticos no carro;
- Evitar atividades que exigem grandes esforços físicos;
- Dar atenção especial a grupos mais vulneráveis ao calor, tais como:
 - Crianças;
 - Idosos;
 - Doentes crónicos;
 - Grávidas;
 - Pessoas com mobilidade reduzida;
 - Trabalhadores com atividade no exterior;
 - Pessoas isoladas;
- Ofereça água aos recém-nascidos, crianças, pessoas idosas e pessoas doentes porque podem não manifestar sede;
- Os doentes crónicos ou sujeitos a medicação e/ou dietas específicas devem seguir as recomendações do médico assistente;
- As crianças com menos de seis meses não devem ser sujeitas a exposição solar, devendo evitar-se a exposição direta de crianças com menos de três anos (usar roupa e protetor solar > 50);

O Gabinete do Serviço Municipal de Proteção Civil de Sesimbra apela à atenção de todos para a observância das situações acima descritas, que se adotem e divulguem as medidas preventivas enunciadas, com vista à mitigação dos riscos descritos e por forma a salvaguardar a proteção dos cidadãos e dos seus bens.

