

# Brasília em alerta contra baixa umidade

A Coordenadoria de Defesa Civil está de prontidão. A umidade relativa do ar (URA) deverá atingir hoje o índice mais baixo do ano: 16%, segundo previsão do Instituto Nacional de Meteorologia (Inemet). Ontem a mínima registrada foi de 19% — já considerada a menor de 1988 — e ocorreu às 15h00, quando a temperatura era de 27 graus centígrados. Antes disso, o menor índice havia sido verificado no dia nove deste mês, 23%.

De acordo com o coordenador executivo da Defesa Civil, coronel Carlos Frederico Krause, caso se confirme a previsão do Inemet, será acionado o esquema de emergência, enviando telex de alerta a todas as secretarias do Governo do Distrito Federal, aos órgãos públicos federais e às embaixadas. Mas o alvo principal da Defesa Civil serão as escolas e os hospitais, onde as medidas preventivas terão que ser observadas com muita atenção.

## Prevenção

As escolas devem suspender qualquer tipo de exercício físico — principalmente para as crianças — no período de 11h00 às 16h00, horário em que a evaporação é maior e provoca um desgaste mais acentuado do líquido existente no ar e no organismo das pessoas: "Se for desenvolvida uma atividade física muito intensa nesse período, aumenta a necessidade de oxigenação e o organismo passa a absorver as diversas partículas encontradas no ar e não dissolvidas em função da baixa umidade, advindo, daí, as complicações respiratórias de toda ordem", explicam os agentes da Defesa Civil.

Para os hospitais, a recomendação no caso da umidade relativa do ar descer a níveis inferiores a 20% é que mantenham o sistema de alerta, dando atenção especial aos setores responsáveis pelo atendi-

mento dos casos de desidratação e problemas respiratórios.

Um alerta importante vai para as empresas e repartições públicas e privadas: os funcionários obrigados a trabalhar por longos períodos expostos ao sol, devem ser submetidos ao sistema de revezamento ou ter intervalos periódicos de descanso de, no mínimo, 10 minutos cada.

## Precauções

A Coordenadoria de Defesa Civil lembra que devem ser adotadas as seguintes medidas como precaução contra os efeitos da seca:

- Beber muito líquido (pelo menos seis copos por dia).

- Usar roupas leves, de preferência de algodão.

- Evitar esforço físico no período compreendido entre 11h00 e 16h00.

- Colocar toalhas úmidas nos quartos, principalmente de crianças e velhos.

- Evitar o uso de ar-condicionado (o aparelho diminui a umidade do ar).

- Usar soro hidratante para aliviar o ressecamento nasal e diminuir a possibilidade de pequenos sangramentos (veja a receita de como preparar o soro).

- Evitar banhos prolongados com água quente e também o uso excessivo de sabonete, a fim de não retirar a oleosidade natural da pele.

Se, mesmo observando essas instruções, o mal-estar persistir, deve ser procurado imediatamente o Posto de Saúde mais próximo.

## Receita do soro hidratante

(usar na narina para evitar o sangramento)

Ferver um litro d'água e adicionar uma colher das de sobremesa de sal. Guardar o recipiente em local limpo e fresco e utilizar na narina logo que esteja frio. O soro só deve ser usado no dia em que for preparado.

## Dia normal nos hospitais

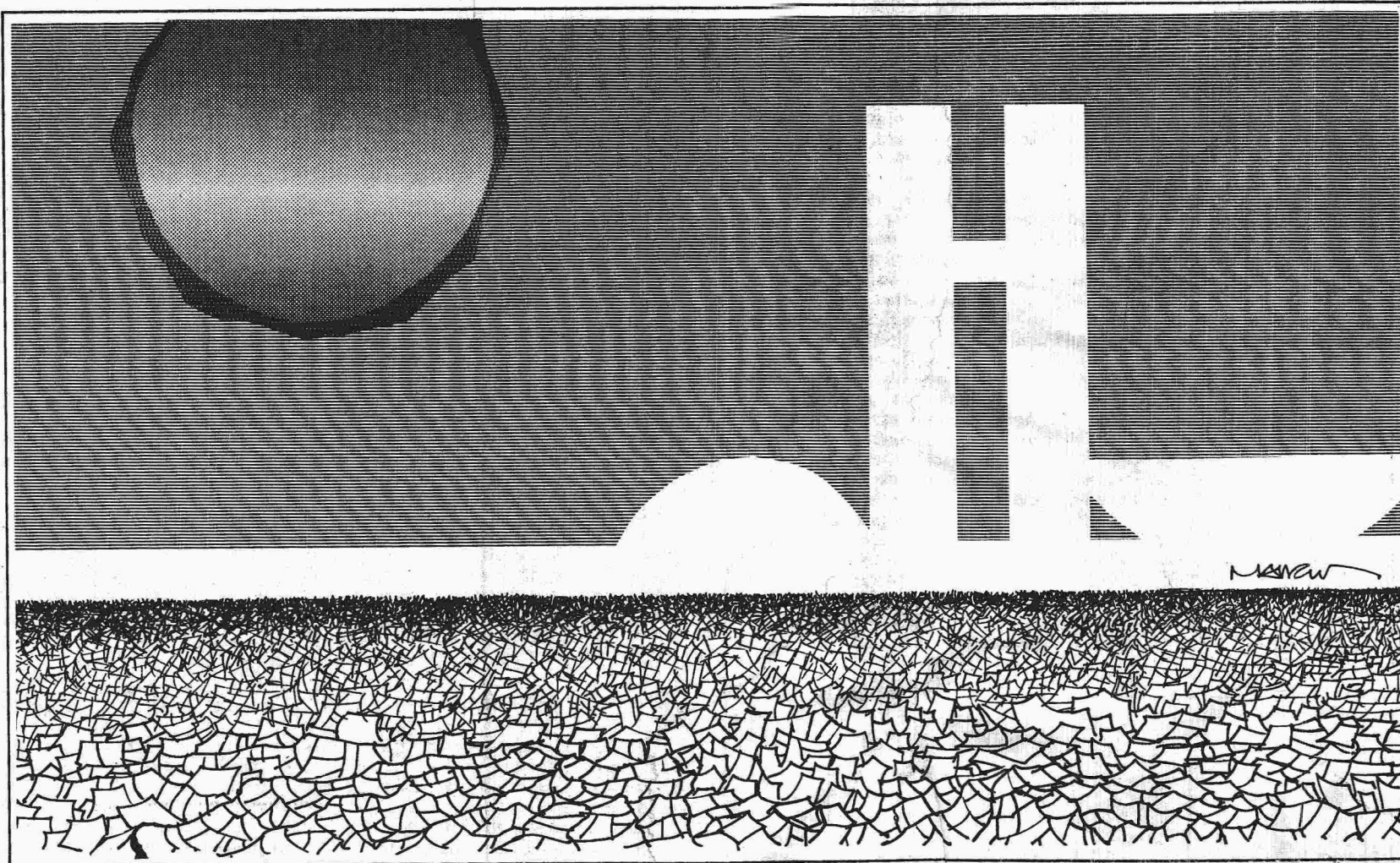
Apesar da baixa umidade relativa do ar registrada ontem em Brasília, o movimento de atendimento nos hospitais foi considerado normal pelos médicos de plantão. Nenhuma alteração com relação aos últimos dias chamou a atenção do corpo médico.

No Hospital Regional da Asa Sul, especializado no tratamento infantil, o médico Carlos Augusto de Azevedo plantonista do Pronto-Socorro de Pediatria informou que os casos de alergia, problemas respiratórios e resfriados ocorreram na mesma proporção dos últimos dias, embora sempre aumentem nesta época do ano, marcada pela seca.

Os conselhos para amenizar a convivência com este problema são os de sempre: muito líquido, toalha

molhada no quarto, higiene corporal mais cuidadosa especialmente nas crianças, etc, lembrou o pediatra. Concorda com ele, a médica Marilda Teles, diretora do Pronto-Baby Santa Helena ao aconselhar ingestão de líquidos em grande quantidade.

Ela afirmou que não houve exagero no número de crianças atendidas naquele hospital. Os casos de vômito e diarreia característicos de desidratação não chegaram a acontecer. As crianças que vieram para o Pronto-Baby apresentaram resfriados — as chamadas viroses — mas nenhuma interação decorrente de problemas relacionados com a seca e a baixa umidade, a não ser a já esperada maior incidência de pneumonias que costuma acontecer neste período, completou.



## Defesa Civil arma esquema

Com a umidade relativa do ar podendo atingir hoje os 15%, a Coordenadoria de Defesa Civil já se prepara para adotar as medidas emergenciais, recomendadas pela Organização Mundial de Saúde a partir do momento em que o índice baixe a 12%. De acordo com o coordenador executivo da Defesa Civil, coronel Carlos Frederico Krause, enquanto a umidade estiver oscilando entre os 20 e os 15% não há necessidade de reduzir a jornada de trabalho, alterar o horário escolar ou interromper as atividades escolares no período vespertino. Não é preciso também, segundo krause, paralisar — por enquanto — as indústrias poluentes ou reduzir a concentração de automóveis.

As medidas preventivas — recomendadas pela OMS sempre que a umidade ficar abaixo dos 20% — já vêm sendo aplicadas pela Defesa Civil. De acordo com o coronel Krause, o órgão está em contato permanente com o Inemet, de onde recebe, de hora em hora, informações a respeito da umidade relativa do ar. A Defesa Civil faz, constantemente, recomendações sobre como evitar os males provocados pela baixa umidade.