

# Umidade chega a nível crítico e afeta saúde

Por dois dias consecutivos Brasília registra o mais baixo índice de umidade relativa do ar em 89: 26% no horário crítico (15h00) e a previsão é de que baixe ainda mais nos próximos dias. Segundo o diretor do Departamento de Previsão do Tempo do Instituto de Meteorologia, Luís Cavalcanti, este valor já é considerado prejudicial pela Organização Mundial da Saúde e desperta cuidados especiais com a saúde da população.

Ontem foi registrado também o maior índice de inflamabilidade do ar, que alcançou o último estágio, ocasionando 38 incêndios na vegetação do Entorno do Distrito Federal. A média de incêndios no mês de maio é de 15 casos, mas segundo o capitão Luiz Fernando, do setor de operação do Corpo de Bombeiros, só nos dois últimos dias, com a baixa umidade do ar, foram atendidos 63 chamados para combater o fogo no mato.

## Preocupação

A primeira preocupação do diretor do Departamento de Previsão do Tempo, ao constatar que a umidade do ar começou a baixar bruscamente, foi enviar para os órgãos governamentais um boletim especial alertando para a mudança. "Embora o índice considerado crítico pela Organização Mundial de Saúde seja 20%, precisamos estar em estado de alerta porque neste período seco a umidade pode diminuir a qualquer momento", explica.

A baixa umidade, segundo Luís

Cavalcanti, é decorrente da falta de chuva nestes meses secos do ano, mas ele frisa que este ano choveu bem menos que em 88. "Em abril do ano passado a média de chuva foi de 127 mm; este ano foi de apenas de 49 mm. O mês de maio encerra hoje sem uma gota de chuva, sendo que em 88 atingimos 39 mm de chuva".

## Defesa Civil

A Secretaria de Segurança Pública, através do Departamento de Defesa Civil, já está com um programa de ação definido para os dias críticos de baixa umidade. Dentro de três dias todos os órgãos governamentais terão que estar preparados para qualquer emergência. Segundo o major Adverse Luiz Baby, assessor de planeja-

mento e operação do órgão, quando a umidade do ar cai a índices inferiores a 30% é dado o alerta inicial. Quando ela atinge entre 15 e 20%, recomenda-se a redução das práticas desportivas nos períodos de maior evaporação do ar (11h00 e 16h00), além de serem dadas orientações para a população consumir mais líquidos e utilizar periodicamente um lenço úmido sobre as narinas.

As emergências só acontecem, segundo o major Adverse, quando a umidade relativa do ar chega aos 12%. Neste caso, há automaticamente uma redução da jornada do trabalho para poupar esforço físico e os horários das escolas são alterados.

## CUIDADOS ESPECIAIS

### Doenças

- Gripe
- Resfriado
- Pneumonia
- Infecções respiratórias

### Desidratação

### Dermatites

### o que provoca

Resssecamento das mucosas respiratórias, mais suscetíveis à captação do vírus presente no ar ou transmitidos por pessoas doentes

Maior proliferação de bactérias e moscas, falta de saneamento básico e alimentos mal conservados

Resssecamento da pele, favorece instalação de infecções

### prevenção e cuidados

- Maior ingestão de água (mínimo de dois litros por dia).
- Alimentação equilibrada
- Ambientes saudáveis e despoluídos.
- Aumentar a umidificação do ar (quarto de dormir)
- Usar soro fisiológico
- Mesmos procedimentos do caso acima, mais uso do soro da Ceme ou caseiro.
- Despejar o lixo em locais adequados e conservar bem os alimentos
- Ingestão maior de líquidos.
- Uso de cremes hidratantes ou vaselina, que evita o ressecamento da pele