

Umidade atinge 28% e Defesa Civil alerta comunidade

A Defesa Civil recomenda cuidados especiais com o período de estiagem no DF. Ontem, a umidade relativa do ar oscilou entre 28 e 35 por cento nas horas mais quentes. Segundo Francisco de Assis, meteorologista do Departamento Nacional de Meteorologia (Dnmet) a tendência é de o índice baixar. Em agosto, fase mais crítica da estiagem, a umidade pode chegar a 20 por cento.

O coordenador da Defesa Civil, major Adverse Baby, ressalta que a queda da umidade eleva a concentração da poeira no ar. Com isso, aumenta a incidência de doenças respiratórias. Ele recomenda às pessoas, manter o nível de hidratação, através do consumo de líquidos. Mesmo sem ter sede, é aconselhável uma pessoa tomar até seis copos de água por dia.

Outra medida recomendada por Adverse é a colocação de Toalhas úmidas no quarto das crianças. Para aliviar o ressecamento do nariz e evitar o sangramento, Adverse sugere a colocação de duas gotas de soro fisiológico nas narinas, diariamente. "A solução da mucosa das narinas é semelhante à contida no soro, explica.

Durante a estiagem, o melhor é trajar roupas leves, principalmente de algodão; fazer refeições leves, ricas em verduras e leguminosas; evitar exercícios físicos en-

tre as 11h e 16h, quando a insolação e evaporação são mais acentuadas e usar cremes hidratantes na pele. Como alternativas aos cremes, podem ser aplicados também óleos vegetais e vaselina. Adverse diz que é importante conservar melhor os alimentos, por causa da elevação da concentração de poeira no ar, e despejar lixos em locais adequados. Em caso de sangramento persistente, procurar o posto de saúde mais próximo.

Seca — A Câmara Legislativa aprovou projeto de lei que estabelece normas de controle sanitário para vigência no período de seca. De autoria do deputado Agnelo Queiróz (PCdoB), o projeto seguiu para a sanção do governador Joaquim Roriz. Pelo artigo 1º do projeto, o GDF é obrigado a divulgar em todas as emissoras de rádio e televisão do DF, os índices mais baixos e mais altos da umidade relativa do ar.

O GDF deverá divulgar alertas sobre as medidas de saúde preventivas a serem adotadas com crianças, idosos, portadores de doenças renais, entre outras, sempre que o índice diário mais baixo de umidade do ar for igual ou inferior a 20 por cento. As atividades de educação física em estabelecimentos de ensino ficarão suspensas durante esse período.