

Número | 02/2020
Data | 24/02/2020

**PREVISÃO METEOROLÓGICA PARA OS DIAS 24 E 25 DE FEVEREIRO:
CUIDADOS ADICIONAIS PARA A SAÚDE DAS PESSOAS COM DOENÇAS RESPIRATÓRIAS
CRÓNICAS**

Considerando a previsão meteorológica do Instituto Português do Mar e da Atmosfera, I.P. para os dias 24 e 25 de fevereiro no Arquipélago da Madeira, designadamente, a “presença de poeiras oriundas do norte de África” associada a uma temperatura “relativamente elevada para a época do ano, em particular nas vertentes sul da ilha da Madeira, onde os valores máximos deverão atingir 24 a 27°C”, vem o Instituto de Administração da Saúde, IP-RAM relembrar a população dos cuidados a ter, particularmente no caso das pessoas com doenças respiratórias crónicas:

- Manter as portas e janelas dos edifícios fechadas;
- Evitar sair nas horas de maior calor e presença de poeiras;
- Evitar a realização de exercício físico em espaços exteriores;
- Se tiver de permanecer por períodos no exterior, por exemplo, a trabalhar, usar equipamento de proteção individual (máscara para cobrir a boca e o nariz) e fazer pausas em ambientes fechados;
- Reforçar a hidratação, com a ingestão frequente de água;
- Cumprir com a medicação, conforme prescrita, inclusive a de alívio rápido de sintomas, se necessário (“SOS”);
- Se o agravamento dos sintomas da doença respiratória persistir, procurar aconselhamento no Centro de Saúde da área de residência ou na Consulta Complementar, nos centros de saúde do Bom Jesus, Santo António e Câmara de Lobos (informações sobre estas consultas através da Linha Saúde Inverno- 96 118 65 49).

Em substituição,

Conforme n.º 4 do art.º 5 do anexo ao
DLR n.º 22/2008/M, de 23/06, na redação
dada pelo DLR n.º 14/2012/M,09/07

Ø Presidente do Conselho Diretivo

Herberto Jesus

