



QUEDA DE NEVE E GELO

MEDIDAS PREVENTIVAS E DE AUTOPROTEÇÃO

- Ter em atenção ao risco de incêndio com origem devido ao funcionamento simultâneo de vários aparelhos, aquecedores elétricos ou sobrecarga da rede elétrica;
- Evitar a exposição prolongada ao frio e às mudanças bruscas de temperatura e manter o corpo quente através do uso de várias camadas de roupa, folgada e adaptada à temperatura ambiente;
- Proteger as extremidades do corpo (usando luvas, gorro, meias quentes e cachecol) e calçado quente e antiderrapante e ingerir sopas e bebidas quentes, evitando o álcool que proporciona uma falsa sensação de calor;
- Adotar uma adequada ventilação das habitações. Quando não for possível, evitar o uso de braseiras ou lareiras e o uso de dispositivos de aquecimento durante o sono, desligando sempre quaisquer aparelhos antes de se deitar;
- Ter atenção à condução em locais onde se forme gelo na estrada, adotando uma condução defensiva.

EFEITOS EXPECTÁVEIS

- Isolamento de pessoas (residentes, turistas e desportistas de montanha);
- Redução da visibilidade e complicações na circulação rodoviária (condução perigosa);
- Formação de gelo nas vias e estradas interrompidas;
- Perturbações em diversas atividades económicas, encerramento de escolas e prejuízos em culturas agrícolas e na atividade pecuária;
- Maior pressão sobre a produção de energia, devido às maiores solicitações à rede elétrica;
- A prolongada exposição ao frio associado a um nevão pode causar no ser humano hipotermia e queimaduras, sendo as crianças e os idosos as populações mais vulneráveis.

Para informações adicionais, por favor consultar:

Concelho – Vila Nova de Gaia

- Instituto Português do Mar e da Atmosfera/previsão de temperaturas ([ver](#))
- DGS - Plano de Contingência Saúde Sazonal – Módulo Inverno ([ver](#))