

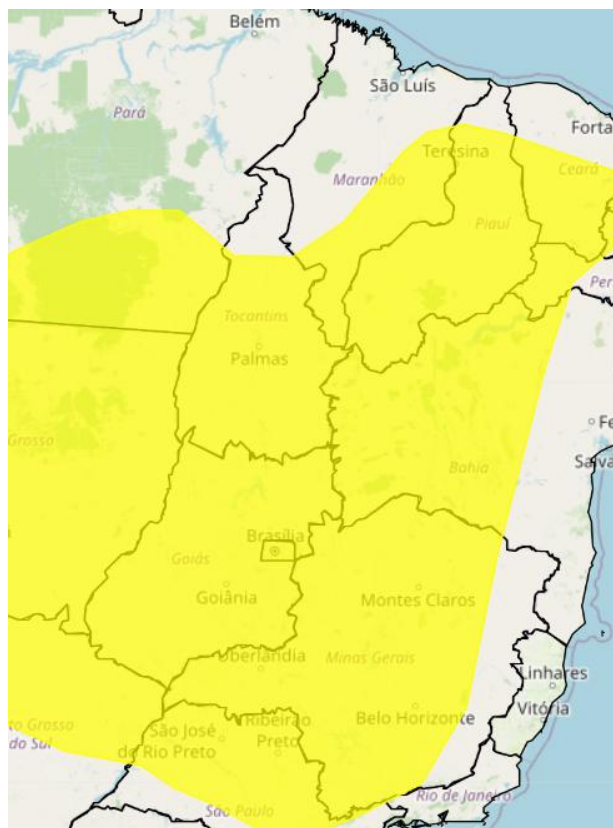
AValiação DO CENÁRIO DE CALOR E BAIXA UMIDADE

CIEVS/SESAPI – Teresina, 19 de setembro de 2025

Evento: Avaliação do cenário de Baixa Umidade.

Local: Piauí - Brasil

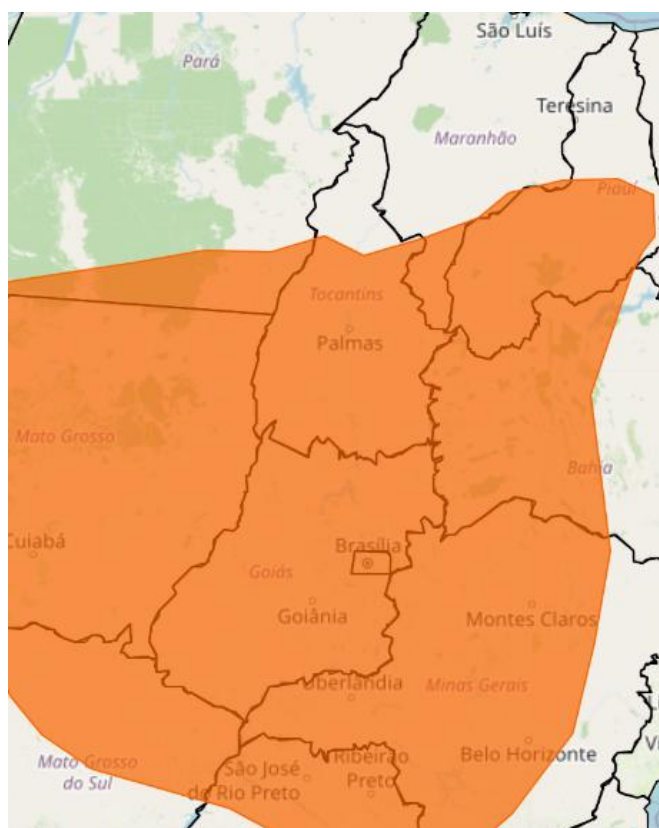
Descrição do evento: observou-se um número crescente sobre a tendência de baixa umidade, com concentração no Piauí.



Fonte: Instituto Nacional de Meteorologia

Aviso de: Baixa Umidade

Grau de severidade: Perigo Potencial



Fonte: Instituto Nacional de Meteorologia

Aviso de: Baixa Umidade

Grau de severidade: Perigo

RISCOS POTENCIAIS

INMET publica aviso iniciando em: 12/09/2025 12:00h. Umidade relativa do ar variando entre 30% e 20%.

Baixo risco de incêndios florestais e à saúde.

INMET publica aviso iniciando em: 12/09/2025 13:00h. Umidade relativa do ar variando entre 20% e 12%. Risco de incêndios florestais e à saúde. Ressecamento da pele, desconforto nos olhos, boca e nariz..

Os sintomas incluem:

Ressecamento das mucosas do nariz e da boca, Inflamação nas vias aéreas superiores, com possível sangramento e obstrução nasal, espirros, tosse e dificuldade para respirar; Agravamento de crises de asma e rinite, Ressecamento da pele, Irritação dos olhos, com vermelhidão, ardência e coceira.

As **medidas preventivas** aos agravos são de execução simples e se relacionam com uma boa hidratação, alimentação leve e cuidados com fatores ligados ao ambiente.

- Aumente a ingestão de água e/ou sucos naturais sem açúcar, mesmo que não haja sede e evite o consumo excessivo de bebidas alcoólicas e com alto teor de açúcar;
- Evite a exposição direta ao sol, especialmente entre as 10h e 16h; use chapéus, bonés e óculos escuros (especialmente para pessoas com pele mais clara); use roupas soltas, preferencialmente de algodão; utilize protetor solar; evite a prática de exercícios físicos em ambientes muito quentes e sem ventilação;
- Permaneça de 2 a 3 horas por dia em um ambiente fresco, deslocando-se, se necessário, a centros comerciais ou outros locais públicos com ar condicionado; em casa evite a entrada do calor fechando as janelas mais expostas ao sol; facilite a circulação do ar; abra janelas à noite. Nos transportes que não haja ar condicionado manter as janelas abertas.

ALERTAMOS cuidado maior dos cuidados com as crianças, idosos e pessoas doentes, que podem não demonstrar sede normalmente;