Quarta-Feira, 09 de Julho de 2025

Inmet alerta sobre baixa umidade em MT e riscos à saúde

RECOMENDAÇÕES

O Instituto Nacional de Meteorologia (Inmet) emitiu um alerta nesta quinta-feira (21) de baixa umidade para mais de 40 cidades de Mato Grosso. A umidade relativa do ar varia entre 20% e 12%.

Os meteorologistas se preocupam com a umidade do ar relativa porque ela representa uma variável meteorológica que pode afetar o organismo de todos os seres vivos.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), o nível ideal para o organismo humano gira entre 40% e 70%.

A umidade baixa gera risco de incêndios florestais e à saúde. Ressecamento da pele, desconforto nos olhos, boca e nariz.

O alerta vale para Cuiabá, Várzea Grande, Acorizal, Cáceres, Campo Verde, Jaciara, Jangada, Nossa Senhora do Livramento, Poconé, Primavera do Leste, Rosário Oeste e outros municípios próximos.

Em Cuiabá, a previsão para esta quinta-feira é de sol o dia todo sem nuvens no céu. A noite será de tempo aberto ainda sem nuvens. A temperatura deve passar dos 36ºC.

Para amenizar a situação, o Inmet lista algumas dicas:

- *Beba bastante líquido.*
- *Atividades físicas não são recomendadas.*
- *Evite exposição ao sol nas horas mais quentes do dia.*
- *Use hidratante para pele e umidifique o ambiente.*
- *Obtenha mais informações junto à Defesa Civil (telefone 65-3613.8401) e ao Corpo de Bombeiros (telefone 193).*

Fonte: Leiagora