

PREVENÇÃO DE RISCOS PARA A SAÚDE ASSOCIADOS AO FUMO PRODUZIDO PELOS INCÊNDIOS

A ocorrência de incêndios florestais contribui para a emissão de grandes quantidades de poluentes atmosféricos gasosos e para a libertação de partículas, com efeitos negativos na qualidade do ar e na saúde das populações afetadas.

Alguns subgrupos da população são mais sensíveis aos efeitos adversos produzidos pelos incêndios, destacando-se as crianças, as grávidas, os doentes com patologias cardiorrespiratórias, os trabalhadores com atividade diária ao ar livre e os bombeiros.

Neste contexto, de forma a proteger as populações contra os principais efeitos produzidos pelo fumo dos incêndios, recomenda-se:

- Evitar exposição ao fumo, mantendo-se dentro de casa, com janelas e portas fechadas, reduzindo a entrada de ar do exterior.
- Evitar a utilização de fontes de combustão dentro de casa (aparelhos a gás ou lenha, tabaco, velas, incenso, entre outros);
- Utilizar máscaras adequadas para filtração de partículas, sempre que a exposição for inevitável ou em caso de participar em operações de limpeza de cinzas (dentro e fora dos edifícios);
- Evitar atividades ao ar livre;
- Manter a medicação habitual (se tiver doenças associadas, como asma e doença pulmonar obstrutiva crónica – DPOC) e seguir as indicações do médico perante o eventual agravamento das queixas;
- Manter-se informado, hidratado e fresco.

Para mais informações, ligue para o SNS 24 (808 24 24 24) ou consulte www.dgs.pt.

Em caso de emergência, ligue 112.

Fonte: DGS