

Clima seco preocupa

Cuidado com a saúde

A cidade registrou ontem umidade do ar em 34% e deve baixar mais

ADRIANA FEREZIM
Da Gazeta de Piracicaba
adriana.ferezim@gazetadepiracicaba.com.br

●●●●● A umidade do ar em Piracicaba está baixa. A mínima chegou a 34% ontem, conforme o professor Nilson Villa Nova do departamento de Biociências da Escola Superior de Agricultura Luiz de Queiroz (Esalq/USP). De hoje a quinta-feira, a umidade deve baixar ainda mais, porque prevalece o tempo seco e as altas temperaturas. Uma frente fria com chuva está prevista para chegar no final da tarde de sexta-feira e deve melhorar a qualidade do ar, de acordo com os meteorologistas do Climatempo.

Não chove em Piracicaba desde o último dia 6, segundo dados da Estação Meteorológica Automática do Departamento de Ciências Exatas da



Fumaça ontem na rodovia Geraldo de Barros comprometia ainda mais qualidade do ar

NÚMERO

15

dias é o tempo que não chove em Piracicaba

Esalq. Ontem, a temperatura máxima foi de 32,7 graus e a mínima de 15,4 graus, segundo Villa Nova.

A Secretaria de Estado de Saúde indicou cuidados especiais com a saúde por causa do tempo seco e quente - que afetou diversas regiões de São Paulo - e que pode provocar ardência e ressecamento dos olhos, boca e nariz e o agravamento de doenças respiratórias.

O diretor clínico do Hospital dos Fornecedoros de Cana (HFC), Sérgio Silva, disse que essa situação do clima provoca aumento de crises de asma e quadros de sinusite e rinite, principalmente nas crianças. "Já tivemos aumento aqui no hospital de casos de sinusites. Os sintomas são febre, dor de cabeça, coriza e é preciso levar a criança ao médico para avaliação", afirmou.

O médico ressaltou ainda que esses problemas respiratórios podem aumentar a incidência de pneumonia e meningite. "Com mais pessoas tossindo e espirrando há disseminação da bactéria da meningite e é assim que a doença atinge mais pessoas nessa época do ano".

A secretária informou que ações simples, como beber bastante água, cerca de dois litros, ingerir sucos naturais e água de coco podem evitar ou minimizar os problemas de saúde ocasionados em decorrência desse clima, segundo a secretária.

"Crianças e idosos são os mais afetados pela baixa umidade do ar e é necessário atenção especial a esses dois grupos de pessoas".

No caso dos idosos, Silva ressaltou que por estarem vacinados há alguns anos contra alguns subtipos do vírus da gripe, há uma redução de 70% de pessoas com essa faixa etária e desenvolver uma pneumonia provocada pelo agravamento de uma gripe.

"É preciso que os idosos to-

CUIDADOS

Casa precisa ser bem limpa

●Outros cuidados são referentes a higiene da casa para evitar o acúmulo de poeira, que desencadeia problemas alérgicos. "O ideal é limpar bem a casa, retirar tapetes e coisas que acumulam poeira e evitar animais dentro da residência", orientou Sérgio Silva.

A Secretaria da Saúde observa que nesse período o ideal é consumir mais alimentos frescos e evitar as frituras, substituindo por produtos assados e trocar o soquete de massa pelo picolé de frutas e os queijos amarelos pelo branco.

Umificar o ar do quarto com toalhas molhadas, reservatórios de água e até utilizar equipamentos umidificadores são recomendados. "A pele também merece atenção especial neste período. Evite banhos com água muito quente, que provocam o ressecamento da pele, e use sempre que possível um creme hidratante. Em caso de irritação das vias aéreas e dos olhos, use soro fisiológico para lavar os olhos e as narinas, inciou a secretária .

mem as vacinas contra a gripe comum e da H1N1, como os grupos que foram definidos. A vacina é uma prevenção importante às doenças", disse.