



GUINEA BISSAU
INSTITUTO NACIONAL DE
METEOROLOGIA



Boletim meteorológico de previsão do tempo do dia 02-04-2026



Urgence: Immédiat



Gravité: Grave



Certitude: Observé

Émis:

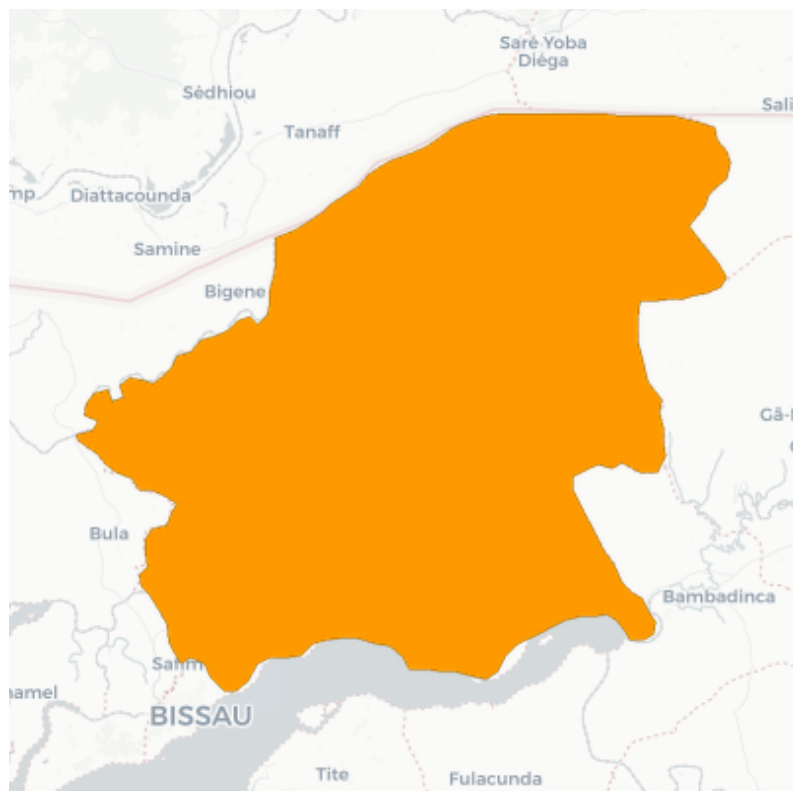
jeu 02 Avr 2026
08:57

Efficace:

jeu 02 Avr 2026
08:57

Expire:

jeu 02 Avr 2026
18:00



Zone:

Oio

Description:

A previsão meteorológica para a Guiné-Bissau indica ocorrência de altas temperaturas nas regiões de Oio, Bafatá e Gabu no período compreendido entre as 18h00 do dia 01/04/2026 até às 18h00 do dia 02/04/2026. Estas condições poderão provocar stress térmico, câibras musculares e desidratação, em consequência da perda excessiva de líquidos devido à transpiração intensa.

Instruction:

As pessoas com hipertensão arterial são particularmente vulneráveis ao aumento das temperaturas. Recomenda-se ao público evitar a exposição direta ao sol durante os horários indicados, bem como a prática de atividades físicas ao ar livre nesses períodos. Deve-se utilizar roupa adequada, que não favoreça o sobreaquecimento do corpo, dando preferência a vestuário leve e de cores claras. Recomenda-se ainda a ingestão frequente de água, conforme necessário, para repor os líquidos perdidos devido à transpiração. Em caso de emergência, tenha à mão o número 1313 do Serviço Nacional de Proteção Civil (SNPC).