



GUINEA BISSAU

INSTITUTO NACIONAL DE
METEOROLOGIA

⚠️ Altas temperaturas nas zonas norte e leste



Urgence: Immédiat



Gravité: Modéré



Certitude: Observé

Émis:

jeu 06 Mar 2025
3:07 Après-midi

Efficace:

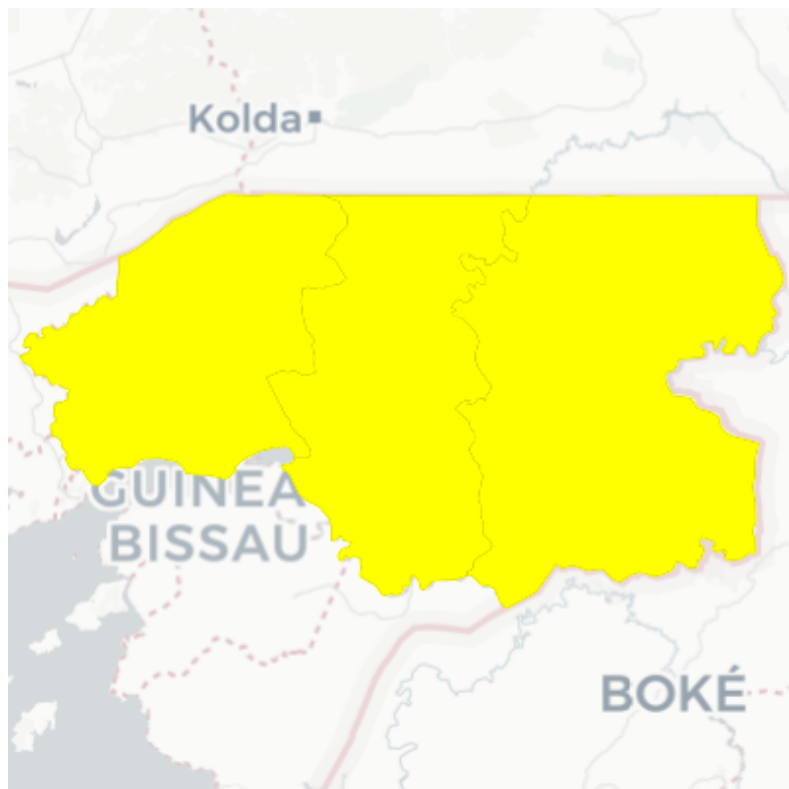
jeu 06 Mar 2025
3:07 Après-midi

Début:

jeu 06 Mar 2025
1:30 Après-midi

Expire:

ven 07 Mar 2025
6 Après-midi



Zone:

Oio, Bafata, Gabu

Description:

A previsão meteorológica para a Guiné-Bissau prevê aumentos de temperaturas nas zonas norte e leste do país entre as 13h00 e as 18h00 do dia seguinte. Estas temperaturas podem causar stress e perda da água no corpo através da transpiração.

Instruction:

As pessoas com hipertensão arterial são sensíveis a estes aumentos de temperaturas. As pessoas são aconselhadas a evitar caminhar ao sol nos horários indicados. Evite praticar atividades desportivas ao sol nos horários programados. Use roupa adequada que não aumente o aquecimento, de preferência roupa de cor clara. Beba muita água

quando necessário para compensar a quantidade de água perdida. Ligue para o 1313 se necessário.