GUINEA BISSAU
INSTITUTO NACIONAL DE METEOROLOGIA

⚠ Boletim meteorológico de previsão do tempo para o dia 21-05-2025

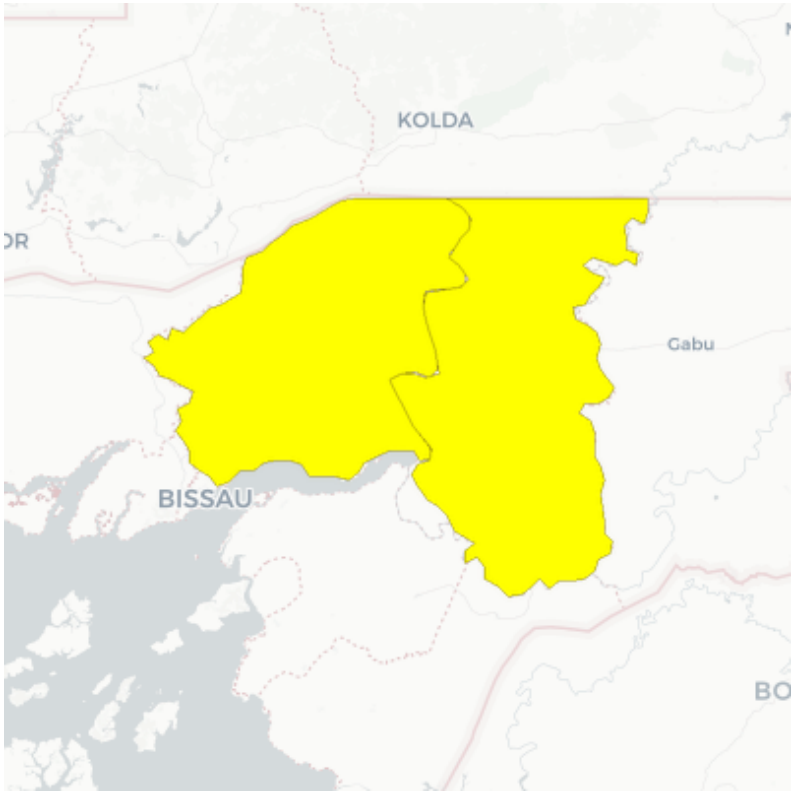
Urgence: Attendu **Gravité:** Modéré **Certitude:** Probable

Émis:
mar 20 Mai 2025 15:27

Efficace:
mar 20 Mai 2025 15:16

Début:
mer 21 Mai 2025 12:15

Expire:
mer 21 Mai 2025 18:30



Zone:
Oio, Bafata

Description:
A previsão meteorológica para a Guiné-Bissau prevê elevadas temperaturas nas zonas norte e leste do país a partir das 13h30 do dia 20-05-2025 até as 18h00 do dia 21-05-2025. Estas temperaturas podem provocar stress, queambra e perda do líquido no corpo através da transpiração.

Instruction:

As pessoas com hipertensão arterial e outras doenças infeciosas são sensíveis a este aumento de temperaturas. Essas pessoas são aconselhadas de evitar de caminhar debaixo do sol nos horários indicados. Evitar de praticar as atividades desportivas nos horários programados de elevadas temperaturas. Usar roupas adequadas que não aumentam o aquecimento no corpo de preferência roupas brancas. Beber muita água quando necessário para recompensar a quantidade perdida no corpo Ligar para o número 1313 se for necessário.