

Informação válida em: 01-02-2026 15:30

AVISO À POPULAÇÃO

PRECIPITAÇÃO, VENTO, AGITAÇÃO MARÍTIMA

1. SITUAÇÃO

O Instituto Português do Mar e da Atmosfera (IPMA) prevê para os próximos dias um agravamento do estado do tempo, com precipitação, por vezes forte, vento e agitação marítima, destacando-se:

Hoje (01FEV)

- **Precipitação persistente** e por vezes forte, a partir da tarde (>13 mm/h).
- **Vento do quadrante sudoeste** mais intenso no litoral e nas terras altas (<50 Km/h) a partir do final da tarde, com rajadas até 80 Km/h e 100 Km/h respetivamente.

Amanhã (02FEV)

- **Precipitação persistente, e por vezes forte** até final da madrugada, passando a regime de aguaceiros, que poderão ser ocasionalmente de granizo e acompanhados de trovoadas, e localmente intensos em especial no litoral (>10 mm/h ou >30 mm/6h).
- **Vento do quadrante sul** mais intenso no litoral e nas terras altas (<50 Km/h), com rajadas até 100 Km/h, enfraquecendo a partir da tarde.
- **Agitação marítima forte** com ondas de noroeste na costa ocidental, com alturas significativas até 5 metros, aumentando a partir da tarde para 6 metros, podendo atingir 11 metros de altura máxima, com período de pico de 14 a 15 segundos.

3ª Feira (03FEV)

- **Aguaceiros mais frequentes** no litoral Oeste, que poderão ser ocasionalmente de granizo e acompanhados de trovoadas, passando a precipitação persistente e por vezes forte nas regiões Sul a partir do final da tarde.
- **Vento a predominar** do quadrante sul, mais intenso no final do dia no litoral a sul do Cabo Mondego e nas terras altas (<45 Km/h), com rajadas até 70 Km/h.

Informação válida em: 01-02-2026 15:30

- **Agitação marítima forte** com ondas de noroeste na costa ocidental, com alturas significativas até 6 metros, podendo atingir 11 metros de altura máxima, com período de pico de 14 a 15 segundos.

Tendência para agravamento das condições meteorológicas associadas a precipitação e vento, a partir do final do dia 03FEV, mantendo-se até 5ªfeira (05FEV).

Informação meteorológica em www.ipma.pt

Informação Hidrológica

De acordo com a informação da Agência Portuguesa do Ambiente (APA), podem ocorrer variações significativas dos níveis hidrométricos nas zonas historicamente mais vulneráveis na bacia do Sado.

Informação hidrológica em <https://apambiente.pt>

INFORMAÇÃO SAÚDE PÚBLICA - AUTORIDADE SAÚDE

Situações como cheias/inundações e elevada pluviosidade podem ter impacto na segurança e saúde das populações.

Para reduzir estes riscos, é fundamental adotar medidas preventivas e comportamentos seguros, protegendo a sua saúde:

A) Em caso de interrupção de água potável:

Cuidados essenciais com água e saneamento:

- Todas as fontes de água não ligadas à rede pública de abastecimento (p.e. poços ou minas) devem ser consideradas potencialmente contaminadas, pelo que o seu consumo deve ser evitado;
- Não beber, lavar alimentos ou escovar os dentes com água da torneira que não esteja ligada à rede pública de abastecimento, a menos que haja confirmação por parte de uma autoridade/entidade oficial da sua segurança;

Informação válida em: 01-02-2026 15:30

- Usar água engarrafada, se disponível;
- Se não tiver água engarrafada, ferver a água durante 10 minutos antes de usar OU desinfetar com lixívia sem corantes, detergentes ou perfumes (cerca de 2 gotas por litro de água);
- Lave bem as mãos antes de manusear água tratada ou alimentos.
- Se possível, continue a usar a sanita, mas evite deitar água usada se a rede estiver inoperacional;
- Não despeje águas residuais (como águas de lavar) em solos ou ribeiros;
- Mantenha o lixo doméstico e resíduos sanitários afastados de fontes de água.

B) Em caso de interrupção de energia:

Cuidados a ter com os alimentos:

- No frigorífico, se a interrupção de energia não tiver ultrapassado as 12 horas, os alimentos poderão ter-se mantido em condições de segurança para poderem ser consumidos. Relativamente aos hortícolas e fruta (p.e.: cenoura, tomate, couve, tomate, laranja, limão), estes alimentos poderão manter-se seguros, mesmo além das 12 horas;
- O congelador mantém os alimentos congelados até 48 horas, desde que a porta se mantenha fechada;
- Alimentos que, quando a energia for resposta, ainda apresentem cristais de gelo ou se mantenham frios como se estivessem refrigerados poderão, na maioria dos casos, ser cozinhados ou recongelados;
- Os alimentos que estavam armazenados no frigorífico ou congelador, durante a interrupção de energia, devem ser consumidos ou confeccionados o mais rapidamente possível, através de métodos que atinjam temperaturas elevadas (maiores que 75 °C);
- Não prove alimentos para verificar se estão bons. Quando em dúvida, descarte-os;
- Deite fora qualquer alimento com cheiro, cor ou textura invulgar.

Cuidados a ter com a utilização de geradores por combustível:

- Colocar os geradores em local bem ventilado, como no exterior das habitações, para evitar intoxicação por monóxido de carbono que pode ser mortal.

C) Para sua segurança durante as tempestades:

Informação válida em: 01-02-2026 15:30

- Não se exponha desnecessariamente aos perigos associados à tempestade, mantendo-se abrigado em locais seguros.
- Não atravessar áreas inundadas a pé ou de carro, pois as águas podem ser mais profundas e perigosas do que aparentam;
- Evitar contacto direto com águas das cheias;
- Evitar zonas com árvores instáveis ou estruturas danificadas;
- Não manusear aparelhos elétricos enquanto houver água acumulada no interior da casa;
- Limpar e desinfetar superfícies que tenham estado em contacto com água da cheia;
- Usar luvas e botas impermeáveis durante limpezas;
- Sempre que possível, remover água acumulada e materiais húmidos para reduzir o risco de bolor;
- **Ter lanternas e pilhas acessíveis (evitar velas pelo risco de incêndio) e rádio portátil a pilhas;**
- **Manter à mão o seu kit de medicação crónica, em quantidade necessária e suficiente;**

Seguir as instruções das autoridades (Proteção Civil / IPMA / Autoridades de Saúde) para evacuações ou alertas adicionais.

Para informação mais detalhada consultar o Guia de Recomendações da DGS "TEMPESTADE KRISTIN: CUIDADOS ESSENCIAIS E COMPORTAMENTOS SEGUROS": <https://www.dgs.pt/em-destaque/tempestade-kristin-cuidados-essenciais-e-comportamentos-seguros.aspx>