

Quarta-Feira, 29 de Julho de 2026

Defesa Civil de Cuiabá alerta sobre umidade crítica do ar e recomenda cuidados especiais

Boletim climático semanal prevê índices de umidade entre 14% e 30%, com três dias em nível crítico abaixo de 20%.

A Defesa Civil de Cuiabá divulgou seu boletim climático semanal nº 005/2026, trazendo informações preocupantes sobre a redução drástica da umidade relativa do ar esperada para os próximos dias. Conforme dados do Centro de Previsão de Tempo e Estudos Climáticos do Instituto Nacional de Pesquisas Espaciais (CPTEC/Inpe), os níveis de umidade devem oscilar entre 14% e 30%, com pelo menos três ocasiões em que os índices ficarão abaixo de 20%, situação caracterizada como crítica para o bem-estar e a saúde dos cuiabanos e que também intensifica significativamente o risco de propagação de incêndios até o próximo domingo, dia 2.

A previsão aponta dominância de céu claro com temperaturas máximas oscilando entre 35°C e 36°C ao longo da semana. Os momentos mais críticos ocorrerão na sexta-feira, quando a umidade deve chegar a 17%, no sábado com 14% e no domingo com 15%, períodos que demandam atenção especial principalmente para as crianças, pessoas idosas e aqueles que possuem condições respiratórias pré-existentes.

Conforme explanação do coronel BM Alessandro Borges, secretário municipal de Defesa Civil, o documento semanal consolida informações de órgãos competentes e funciona como instrumento de orientação para que os cidadãos se preparem adequadamente para as condições meteorológicas dos próximos dias. "Este boletim semanal funciona como acompanhamento sistemático das condições climáticas em nosso município. Reúne dados oficiais que apontam para uma semana com calor intenso e umidade muito reduzida, variando predominantemente entre 20% e 30%, com dois ou três dias apresentando quedas abaixo de 20%", explicou.

O reduzido índice de umidade do ar, segundo o secretário, também representa um fator agravante para a deflagração de incêndios na região. "Quando a umidade permanece entre 20% e 30%, o risco de incêndio é considerado moderado. Quando cai abaixo de 20%, esse risco sobe para muito alto. Esta semana teremos três dias nessa condição extremamente preocupante", pontuou.

Além das questões ambientais relacionadas aos focos de incêndio, Alessandro Borges enfatiza as consequências diretas para a saúde dos cuiabanos. "A combinação de ar ressecado, temperaturas elevadas e altos níveis de poluição particulada em suspensão compromete o funcionamento do sistema respiratório, o que resulta em aumento considerável na demanda por atendimentos nas unidades de saúde, particularmente entre crianças pequenas e idosos", afirmou.

Para minimizar os incômodos causados pelo tempo excessivamente seco, os órgãos de defesa civil indicam à população que mantenha ingestão regular de água ao longo do dia, bebendo mesmo quando não sinta sede específica. Recomenda-se igualmente diminuir a exposição solar e evitar atividades que exijam esforço físico entre as 10h e as 17h, período de maior intensidade de radiação solar, além de sempre utilizar filtro solar nos momentos em que for inevitável permanecer ao ar livre.

Também é essencial manter o ambiente interno com níveis adequados de umidade, podendo-se utilizar aparelhos umidificadores de ar ou soluções práticas como colocar recipientes contendo água ou toalhas embebidas em água, especialmente em cômodos equipados com sistemas de ar-condicionado. A Defesa Civil reforça sua orientação para que não se realizem queimadas controladas, não se soltem balões (prática proibida por lei) e não se descarte inadequadamente restos de cigarro em zonas com presença de vegetação. Caso a população identifique fumaça ou indícios de incêndio, deve-se contatar imediatamente a Defesa Civil através do número 199 ou o Corpo de Bombeiros pelo 193.