

INFORMAÇÃO AOS ÓRGÃOS DE COMUNICAÇÃO SOCIAL

INEM ALERTA PARA CUIDADOS A TER COM O FRIO

O Instituto Português do Mar e da Atmosfera (IPMA) prevê até às 12 horas de amanhã, dia 12 de janeiro, a continuação de temperaturas baixas e de vento intenso, o que poderá provocar um maior desconforto térmico. Face a estas previsões é importante recordar que quando as temperaturas estão muito baixas é fundamental que se mantenha quente e seguro! Crianças e idosos são grupos particularmente vulneráveis, mas qualquer um pode ser afetado.

O Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM) alerta, assim, para os principais problemas de saúde relacionados com o frio.

As exposições a baixas temperaturas, no interior e no exterior, podem causar riscos sérios ou letais para a saúde. Permanecer em casa pode ser uma medida adequada a várias situações, mas também aqui poderá encontrar perigos vários que importa conhecer. Muitas casas estarão frias devido à falta de energia ou pelo sistema de aquecimento não ser adequado à temperatura. Quando somos forçados a utilizar aquecedores e lareiras aumenta o risco de incêndio, bem como o de intoxicação por monóxido de carbono.

O INEM recorda que com o tempo frio aumenta também o risco de [dificuldade respiratória](#), [hipotermia](#) ou [queimaduras provocadas pelo frio](#).

Aliado à síndrome gripal, o tempo frio pode resultar numa maior procura dos serviços de emergência, aumentando, conseqüentemente, o tempo de resposta dos serviços. O INEM apela à colaboração dos cidadãos, solicitando que liguem para o Número Europeu de Emergência - 112 apenas em caso de emergência médica. Todas as situações referentes a aconselhamento têm a sua disposição o número do Centro de Contacto do Serviço Nacional de Saúde, através do 808 24 24 24, o que permitirá que aos

INFORMAÇÃO AOS ÓRGÃOS DE COMUNICAÇÃO SOCIAL

Centros de Orientação de Doentes Urgentes do INEM cheguem apenas chamadas referentes a verdadeiras emergências médicas.

O INEM recomenda ainda que se mantenha atento às recomendações das Autoridades, designadamente da Direção-Geral da Saúde (DGS), da Autoridade Nacional de Proteção Civil e do Instituto Português do Mar e da Atmosfera (IPMA).

Mantenha-se informado, hidratado e quente! Se ficar doente, não corra para as urgências, Ligue SNS 24 (808 24 24 24).

O INEM é o organismo do Ministério da Saúde responsável por coordenar o funcionamento, no território de Portugal Continental, de um Sistema Integrado de Emergência Médica, de forma a garantir aos sinistrados ou vítimas de doença súbita a pronta e correta prestação de cuidados de saúde. A prestação de socorros no local da ocorrência, o transporte assistido das vítimas para o hospital adequado e a articulação entre os vários intervenientes do Sistema, são as principais tarefas do INEM. Através do Número Europeu de Emergência – 112, este Instituto dispõe de múltiplos meios para responder a situações de emergência médica.

Lisboa, 11 de janeiro de 2019

Para mais informações, contactar:

Gabinete de Marketing e Comunicação

INSTITUTO NACIONAL DE EMERGÊNCIA MÉDICA, I.P.

Rua Almirante Barroso, 36, 1000-013 Lisboa, PORTUGAL

TEL (+351) 213 508 108 | **MÓVEL** (+351) 924 492 853

www.inem.pt