

# Governo de Minas alerta para baixa umidade do ar até quarta-feira (16/7)

Seg 14 julho

O [Governo de Minas](#), por meio da [Coordenadoria Estadual de Defesa Civil de Minas Gerais \(Cedec/MG\)](#), alerta a população para a previsão de baixa umidade do ar entre esta segunda-feira (14/7) e quarta-feira (16/7).

De acordo com o Sistema de Meteorologia e Recursos Hídricos de Minas Gerais (Simge) e o Centro de Inteligência em Defesa Civil, a umidade relativa do ar deve ficar entre 20% e 30% no Centro-Oeste do Triângulo Mineiro e em áreas do Noroeste, Norte de Minas e Central Mineira.

Já em regiões do Centro, Sul, Noroeste e Leste de Minas, incluindo Belo Horizonte, a previsão é que os índices oscilem entre 30% e 50%. No Nordeste do estado, os números ficam entre 40% e 60%.

Profissionais de saúde orientam que, para se proteger dos efeitos da baixa umidade do ar, é essencial manter-se bem hidratado, evitar a exposição ao sol nos períodos mais quentes do dia e utilizar umidificadores em ambientes fechados. A higienização nasal com soro fisiológico e o uso de hidratantes também são recomendados para prevenir o ressecamento da pele e das mucosas.

## Sistema de alertas

Além desses cuidados, a Defesa Civil de Minas Gerais reforça a importância do sistema de alertas via SMS, uma ferramenta gratuita que informa a população sobre mudanças repentinas no tempo. O coordenador adjunto de Defesa Civil, tenente-coronel Wenderson Duarte Marcelino, destaca:

“O alerta antecipado faz toda a diferença na prevenção de riscos. Com o sistema da Defesa Civil, a população é informada em tempo real sobre situações como a baixa umidade do ar, podendo se proteger com mais agilidade. É simples e gratuito: basta enviar um SMS com o CEP da sua região para o número 40199”, orienta.

## Dicas de prevenção

- Beba água com frequência ao longo do dia, mesmo sem sentir sede, para evitar a desidratação.
- Evite atividades físicas ao ar livre entre 10h e 17h, período de maior calor e ressecamento do ar.
- Mantenha os ambientes úmidos utilizando toalhas molhadas, baldes com água ou umidificadores de ar.
- Higienize as narinas com soro fisiológico para evitar o ressecamento das vias respiratórias.
- Use hidratantes corporais e protetor labial para prevenir o ressecamento da pele e dos lábios.
- Redobre os cuidados com crianças, idosos e pessoas com doenças respiratórias, pois são mais

vulneráveis.

- Não solte balões nem realize queimadas, pois o risco de incêndios aumenta significativamente durante o tempo seco.
- Em caso de emergência, ligue: 190 PMMG, 193 Bombeiros, 199 Defesa Civil.