

# Cuidados Sazonais

# VERÃO

 **bluepharma**  
GENÉRICOS

A EXPOSIÇÃO AO CALOR INTENSO PODE  
PRODUZIR EFEITOS NEGATIVOS NA SAÚDE.

**PROTEJA-SE DO CALOR, PROTEJA A SUA SAÚDE!**

...MAIS  
**SAÚDE**

A **EXPOSIÇÃO AO CALOR INTENSO** PODE TER **EFEITOS NEGATIVOS NA SAÚDE**, COMO A **DESIDRATAÇÃO** E **OUTRAS COMPLICAÇÕES EVITÁVEIS**.

A **REAÇÃO DE CADA PESSOA À TEMPERATURA** E OS SEUS EFEITOS NA SAÚDE **PODEM SER DIFERENTES**.

DEVEM AINDA CONSIDERAR-SE A EXISTÊNCIA DE **DIFERENÇAS EM FUNÇÃO DA LOCALIZAÇÃO GEOGRÁFICA**.



# Cuidados Sazonais

# VERÃO

 **bluepharma**  
GENÉRICOS

A EXPOSIÇÃO AO CALOR INTENSO PODE  
PRODUZIR EFEITOS NEGATIVOS NA SAÚDE.

**PROTEJA-SE DO CALOR, PROTEJA A SUA SAÚDE!**

...MAIS  
**SAÚDE**

MANTENHA-SE **ATENTO** AOS **AVISOS** DAS  
**AUTORIDADES DE SAÚDE**, DO **IPMA** <sup>1</sup> E DA **ANPC** <sup>2</sup>.

CONSULTE O **SITE DA DGS** <sup>3</sup>, ESTEJA **ATENTO AOS MEIOS**  
**DE COMUNICAÇÃO SOCIAL** E CASO SEJA NECESSÁRIO  
**PROCURE O SEU MÉDICO** OU **UTILIZE A SAÚDE 24**.

EM **CASO DE ALERTA AMARELO** OU **VERMELHO** DEVIDO  
ÀS ALTAS TEMPERATURAS, **REDOBRE OS CUIDADOS**.

<sup>1</sup> INSTITUTO DO MAR E DA ATMOSFERA, <sup>2</sup> AUTORIDADE NACIONAL DE PROTEÇÃO CIVIL, <sup>3</sup> DIREÇÃO GERAL DA SAÚDE



Informação de acordo com as recomendações da Direção Geral de Saúde  
[www.dgs.pt/saude-a-a-z.aspx?v=8e00381f-52ce-45fb-b5a0-35fe84fa926a#saude-de-a-a-z/calor](http://www.dgs.pt/saude-a-a-z.aspx?v=8e00381f-52ce-45fb-b5a0-35fe84fa926a#saude-de-a-a-z/calor)