

Alerta per temperatures mínimes extremes esta nit

El Centre d'Emergències de Catalunya (CECAT) i el Servei Meteorològic de Catalunya han emès un avís per esta mitjanit i possiblement també per a la nit de divendres a dissabte



Un cotxe glaçat, en una imatge d'arxiu. | Adrià Costa

L'onada de fred que està fent desplomar els termòmetres arreu de Catalunya arribarà al seu punt àlgid esta nit i matinada. Tant és així, que el Servei d'Emergències de Catalunya (CECAT) ha comunicat un avís de risc de fred a causa de la baixada de temperatures que es preveu per esta mitjanit de dijous

(<https://www.naciòdigital.cat/manresa/noticia/80752/fred/sever/seguira/divendres/pero/afluixara/ca/ra/al/cap/setmana>) i possiblement a la nit de divendres a dissabte. La davallada de les temperatures serà forta i, també segons el Servei Meteorològic de Catalunya (<http://www.meteo.cat/predicccio/general/>), les mínimes poden assolir registres extrems a gairebé tots els punts del territori català.

El fred -que promet ser intens-, doncs, serà el gran protagonista meteorològic de les properes hores. Les temperatures mínimes poden ser inferiors als -15 graus al Pirineu i Prepirineu i marcar nivells també sota zero a tot el litoral català.

.@meteocat (https://twitter.com/meteocat?ref_src=twsrc%5Etfw) avisa que les temperatures mínimes seran extremes gairebé a tot #Catalunya (https://twitter.com/hashtag/Catalunya?src=hash&ref_src=twsrc%5Etfw) aquesta propera nit.

Protegiu-vos del #fred (https://twitter.com/hashtag/fred?src=hash&ref_src=twsrc%5Etfw)
#WinterIsHere (https://twitter.com/hashtag/WinterIsHere?src=hash&ref_src=twsrc%5Etfw)
#ProteccioCivil (https://twitter.com/hashtag/ProteccioCivil?src=hash&ref_src=twsrc%5Etfw)
<https://t.co/hC9APXxnas> (<https://t.co/hC9APXxnas>) [pic.twitter.com/posP48uYit](https://t.co/posP48uYit)
(<https://t.co/posP48uYit>)

? Protecció civil (@emergenciescat) 10 de gener de 2019
(https://twitter.com/emergenciescat/status/1083305578452131840?ref_src=twsrc%5Etfw)

Consells preventius

Protecció Civil recomana mantenir-se informat de les previsions del temps i de les instruccions que donin les autoritats en tot moment. Si us heu de desplaçar, és clau consultar l'estat de la xarxa viària i les rutes a seguir:

- Servei Meteorològic de Catalunya (SMC)
- Servei Català de Trànsit
- Portal de la mobilitat
- 012 Atenció Ciutadana (Generalitat)

També és de vital importància estar atents als familiars o veïns que es trobin en situació de vulnerabilitat, especialment gent gran, perquè es protegeixin dels efectes del fred.

Què podem fer a casa per combatre el fred?

- Tenir preparat un transistor, piles de recanvi, llanternes, aliments calòrics, combustible de calefacció i una farmaciola.
- Disposar d'una reserva mínima de medicaments per a la gent gran i els malalts crònics i de tipus respiratori.
- Davant d'un avís de baixada extrema de les temperatures, si es viu en zones aïllades o fora dels nuclis urbans, mantenir un rajolí d'aigua corrent a les aixetes per evitar que les canonades es congelin i protegir amb draps la clau de pas de l'aigua.
- No utilitzar espelmes. Si és l'única alternativa, posar-les en espalmatòries perquè no es tombin. Recordar sempre d'apagar-les abans d'anar a dormir o en sortir de casa i eviteu que els nens les manipulin.
- Si es disposa de reg automàtic, tancar-lo i evitar totes les activitats que puguin comportar mullar els carrers, com regar o fregar.
- Si s'utilitza un escalfador o una estufa amb foc obert o qualsevol altre element de calefacció, per tal d'evitar la intoxicació i garantir l'entrada d'aire net, ventilar cada dia durant uns minuts.

I si som a l'exterior?

- Evitar els canvis sobtats de temperatura.
- Evitar que surtin al carrer els nadons, la gent gran i aquells que pateixin malalties respiratòries. Si cal que surtin a l'exterior, evitar els espais oberts exposats al fred i que estiguin gaire temps sense moure's.
- Vestir-se amb roba i calçat adequat per a temperatures baixes. Posar-se diverses capes, per mantenir la calor corporal durant més temps.
- Protegir-se la cara i el cap. Tenir a mà guants i bufanda. Evitar l'entrada d'aire fred directa als

pulmons.

- No ingerir alcohol: pot donar una falsa sensació de calor.
- Adequar al fred l'activitat professional, esportiva i de lleure a l'exterior. Si es fan esforços físics intensos, hi ha el perill de patir una lesió.

Que el fred no et sorprengui amb el vehicle

- Agafar-lo només si és imprescindible, evitar desplaçar-vos de nit. Consultar prèviament la informació meteorològica i l'estat del trànsit i seguir els consells del Servei Català de Trànsit.
- Portar el dipòsit de combustible ple i cadenes, assegurar-se que les sabeu col·locar.
- Revisar els pneumàtics, el líquid anticongelant, l'estat de les bateries, els llums i els frens.
- Portar també roba d'abrigar, un telèfon mòbil carregat i el carregador, aigua i aliments energètics.
- Si es viu a zones de muntanya, fer servir pneumàtics d'hivern.
- A dins del cotxe, si es té la calefacció engegada, deixar una finestra entreoberta per renovar l'aire.
- Anar amb compte amb les plaques de gel que poden fer relliscar el cotxe.