

COMUNICADO

Número: 006/2026

Data: 06/07/2026

Assunto: Desagravamento nível de risco para nível 1 - amarelo do Plano Nacional de Preparação e Resposta Sazonal em Saúde

Na sequência do comunicado n.º 005/2026, de 03/07/2026, que procedeu à elevação do nível de risco para Nível 2 – Laranja, em todo o território continental, vem a DGS, em colaboração com a Direção Executiva do SNS, comunicar que, face à evolução dos indicadores ambientais e epidemiológicos, se procede ao desagravamento do nível de risco para nível 1 – Amarelo.

Esta decisão tem por fundamento as previsões meteorológicas do Instituto do Mar e da Atmosfera (IPMA) que preveem uma melhoria das condições meteorológicas com diminuição das temperaturas máximas e mínimas na generalidade do território, com desagravamento gradual dos avisos meteorológicos por tempo quente. O índice Ícaro do Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge (INSA), que atualmente estima um efeito significativo do calor sobre a mortalidade, apresenta também uma tendência de desagravamento nos próximos dias, mais acentuado nas regiões Norte, Centro e Lisboa e Vale do Tejo.

O retorno ao nível de risco 1 – Amarelo pressupõe uma vigilância reforçada, correspondente a situações de evento climático extremo provável e com potencial impacto moderado na saúde da população ou na procura de cuidados de saúde, especialmente em grupos vulneráveis, que implicam o reforço da vigilância, da comunicação de risco e da prontidão operacional dos serviços, podendo determinar ajustes na organização interna dos serviços.

A DGS, em estreita articulação com o INSA, a Direção Executiva do SNS e IPMA, continua a acompanhar a evolução da situação, procedendo à sua reavaliação sempre que se justifique.

A DGS recomenda à população que adote as medidas de proteção adequadas às situações de calor extremo, nomeadamente:

- Beber água regularmente, mesmo sem sede;
- Permanecer em locais frescos ou climatizados sempre que possível;
- Evitar a exposição solar nas horas de maior calor;
- Evitar esforços físicos intensos durante os períodos de maior temperatura;
- Prestar especial atenção às crianças, às pessoas idosas, às pessoas com doença crónica e às restantes pessoas em situação de maior vulnerabilidade.

Mais informação e recomendações podem ser consultadas no portal da Direção-Geral da Saúde.

Rita Sá Machado
Diretora-Geral da Saúde

COMUNICADO N.º 006/2026 DE 06/07/2026

Página 1 de 1

DIREÇÃO-GERAL DA SAÚDE

Alameda D. Afonso Henriques, 45
1049-005 Lisboa

Tel.: +351 21 843 05 00
Email: geral@dgs.min-saude.pt

WWW.DGS.PT