

Publicidade

Ofertas de virada!

HB20 e HB30 Sedan Limited

Bônus de até

R\$ 5.000,00

na troca do seu usado

Grata Action 22/23

Bônus de até

R\$ 7.500,00

na troca do seu usado



5 anos Garantia

garantia de qualidade




Busca



 Ouça ao vivo, [clique aqui](#) 

Acompanhe:     

NOTÍCIAS

ESPORTES

COTIDIANO

OPINIÃO

MULTIMÍDIA

BOM EXEMPLO

[Acesse o conteúdo especial](#)

ABC
pra VOCÊ

NOTÍCIAS | REGIÃO ALTAS TEMPERATURAS



Calor pode se intensificar ainda mais no fim de semana na região

Canoas registrou 35ºC ao meio-dia, em Campo Bom a temperatura chegou aos 36,9ºC

Por DA REDAÇÃO 

Publicado em: 09.12.2022 às 09:51

A A A

Água gelada, picolé e a busca pelas sombras das árvores foram as alternativas para enfrentar o início da onda de calor extremo nessa quinta-feira (8). Durante o dia, os termômetros que atingiram a máxima de 36,9ºC em Campo Bom, conforme a MetSul Meteorologia, apenas evidenciaram que o calor ainda pode vir com mais força nessa sexta e no fim de semana.



Termômetros marcaram 35ºC em Canoas ontem (8)

Foto: PAULO PIRES/GES

A empresária Elia Valéria Benitez, 40 anos, enfrentou o calor do meio-dia para resolver questões pessoais nessa quinta, em Canoas. Disse que prefere o frio do inverno ao calor do verão, e costuma usar protetor solar em todas as estações, mas ontem foi pega de surpresa pelo



Publicidade

Ofertas de virada!

HB20 e HB20 Sedan Limited

Bônus de até

R\$ 5.000,00

na troca do seu usado

Grata Action 22/23

Bônus de até

R\$ 7.500,00

na troca do seu usado



5 Anos

Garantia

aparelhos de qualidade



HMB | CARWAY 

A temperatura registrada ontem, no horário que Elia precisou se expor ao sol, no termômetro e relógio digital das esquinas da Inconfidência com a Santos Ferreira, no Marechal Rondon, era de 35°C.



Termômetros marcaram 35°C em Canoas ontem (8)

Foto: PAULO PIRES/GES

Importância da água

A professora do curso de Nutrição da Universidade Feevale, Maria Helena Weber, recomendou muita água para se manter saudável no calor, destacando que em tempos muito quentes o corpo necessita ainda mais de água para fazer a hidratação.

A quantidade, segundo Maria Helena, varia de pessoa para pessoa, sendo o ideal 35 ml por quilograma de peso. "A água é ideal para manter a temperatura do corpo adequada e saudável. Pode-se saborizar a água com ervas, temperos e especiarias", indicou a professora, criando alternativas para quem tem dificuldade de beber água natural.

Maria Helena indicou ainda picolés caseiros: "fazer um suco natural de frutas e congelar. Um picolé caseiro que só contém fruta e água, sem açúcar e conservantes".

Atenção às soluções

De acordo com meteorologistas da MetSul, para sexta-feira (9), no Vale do Sinos, a máxima pode chegar a 38°C. Já no sábado, pode atingir 39°C. Com as altas temperaturas, ventilador e ar-condicionado acabam se tornando aliados contra o calor, como contou a empresária Elia. "Se tu não estás em um ambiente de férias, o calor castiga. A gente vive no ar-condicionado".



Publicidade

Ofertas de virada!

HB20 e HB20 Sedan Limited

Bônus de até

R\$ 5.000,00

na troca do seu usado

Grata Action 22/23

Bônus de até

R\$ 7.500,00

na troca do seu usado

5 anos

Garantia

aparelhos de qualidade e peças

HYUNDAI

HMB | CARWAY

programada", destacou o vice-presidente da Asbrav, Mário Canale.

TAGS:

ÁGUA

CALOR

HIDRATAÇÃO

Gostou desta matéria? Compartilhe!

Encontrou erro? Avise a redação.

Publicidade

ASSINE

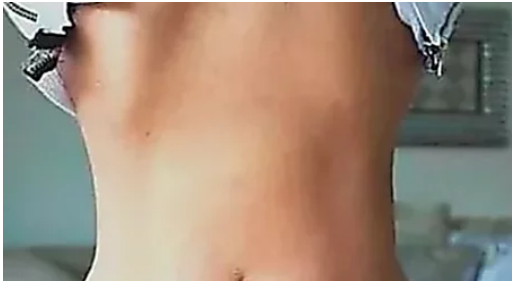
Matérias relacionadas



Luis Enrique é demitido da seleção da Espanha



Taquara promove programação cultural e recreativa no Parque do Trabalhador neste domingo



Nutricionista revela como queimar gordura abdominal em semanas!
Novidade Feminina



Minha potência voltou e hoje as Mulheres Ficam Sem Palavras.
Portal do Vigor



Se o zumbido no ouvido não para, faça isso (é genial)
Blog Notícia Agora



Publicidade

Ofertas de virada!

HB20 e HB20 Sedan Limited

Bônus de até

R\$ 5.000,00

na troca do seu usado

Grata Action 22/23

Bônus de até

R\$ 7.500,00

na troca do seu usado



5 anos

Garantia

aparelhos de qualidade garantida



HMB | CARWAY 



Namorado de advogada desaparecida grava mensagem e faz apelo para ela voltar para casa



Pneu de ônibus passou por cima de mureta da BR-116 antes de atingir carro de candidato; veja fotos



Moradores de Porto Alegre trocam TV a cabo por Antena Japonesa!

OctaAir: Canais Exclusivos em HD

Ver mais



Lançamento da 8ª Edição do Relatório Fretebras

fretebras.com.br

Contate-Nos



- Entre em contato
- Central do Assinante
- Central de Vendas
- Sobre
- Apps
- Publicidade Legal
- ASSINE

