



Ahir a la tarda a Móra d'Ebre amb 38 graus a l'ombra. FOTO: JOAN REVILLAS

Meteorologia

Les Terres de l'Ebre suporten les temperatures més altes de Catalunya en un dia de rècord

Avui, dissabte, la temperatura màxima baixarà arreu però caldrà esperar a principis de la setmana vinent per notar un descens notable del termòmetre, diuen els especialistes

NÚRIA MESSEGUER FERRÉ
LA SÈNIA

El pic de calor ha deixat registres ben elevats de temperatura. De rècord. En conjunt la màxima s'ha situat entre els 30 a 35°C al Pirineu i al litoral i entre els 35 i els 40°C a la resta.

Ara bé, en algunes zones com per exemple l'interior de les Terres de l'Ebre el termòmetre encara ha pujat més amunt. Segons el Servei Meteorològic de Catalunya, ahir va ser el dotzè dia d'aquest estiu en el qual s'ha superat els 40 °C en algun indret del territori. Per trobar un fet semblant probablement caldria recular fins a l'estiu del 2003. Com a registres més remarcables de la jornada, destaquen els de Vinebre, amb 42,6 °C; Ascó, 41,0 °C, i Riba-roja, amb 41,0° també. En

l'àmbit de Catalunya, les Terres de l'Ebre s'han posat al capdavant del rànquing de temperatures aquest estiu, i en conseqüència al canvi climàtic, aquest fenomen anirà seguint.

El Pla Alfa 71

Davant d'aquest fet, Protecció Civil ha activat el Pla Alfa en 71 municipis de les comarques de l'Alt Camp, l'Anoia, el Bages, la Conca de Barberà, les Garrigues, la Noguera, el Priorat, el Segrià i el Solsonès. Aquest pla s'ha activat per complet en les quatre comarques ebrenques (Terra Alta, Ribera d'Ebre, Montsià i Baix Ebre). Segons Agricultura, la mesura es pot allargar fins avui dissabte.

Els municipis més afectats de l'Ebre són Ascó, Flix, la Palma

Top 10 temperatures a Catalunya (ahir)

Estació	°C
Vinebre	42,6
Torroja del Priorat	41,8
Ascó	41
Embassament de Siurana	40,9
El Masroig	40,9
Benissanet	40,9
Embassament de de Riba-roja	40,7
Sant Salvador de Guardiola	40,5
Anglès	40,5
Artés	37,3

Estacions meteorològiques Tarragona
Font: meteo.cat

d'Ebre, la Torre de l'Espanyol, Riba-roja, Vinebre, Arnes, Batea, Bot, Caseres, Horta de Sant Joan, la Fatarella, la Pobla de Massalua, Prat de Comte, Vilalba dels Arcs i Patils.

«Una banyera de gel»

Davant d'aquesta situació, hem decidit llençar-nos al carrer per preguntar als ebrenques i ebrenques com combaten aquestes altes temperatures.

«Miro el portàtil, la televisió i inclús puc fer la migdiada a terra amb un coixí; està més dur, però allí també s'està més fresc», explicava Marcel Feliu, veí de la Sènia. «La meua mare és de Còrdova, i allí ho fan així per combatre la calor». Gal·la Gràcia, de Barcelona però que estueja al Delta de l'Ebre, reflexionava: «A l'estiu

Alguns consells

- **Protegeix-te de la calor**
Durant les hores de sol, tanca les persianes de les finestres on hi toca directament.
- **Aparells de climatització, els teus aliats**
Procura utilitzar algun tipus de climatització per mantenir-te fresc (aire condicionat, ventilador). Sinó en tens refresca't sovint amb tovalloles amaraes d'aigua.
- **Al carrer, evita el sol directe**
Protegeix-te amb ulleres de sol, gorres, barrets i protector solar. Utilitza roba lleugera (com la de cotó) i de colors clars.
- **Vigila l'alimentació i beguda**
Beu aigua i suc de fruita, encara que no tinguis set. No prenguis begudes alcohòliques ni amb altes continguts de sucre. Evita els menjars molt calents i els que aporten moltes calories. És molt important beure, cada 15-20 minuts, un got d'aigua fresca (10-12°C).

apeteix més l'aigua freda i el menjar fred, però això fa treballar més l'organisme i pot provocar un sufo, per això les tribus o els àrabs tot i que és estiu veuen tes calents». Aspecte que no compartia Mari Carmen Adell, una venedora de loteria de Vinaròs: «Jo quan arribo a casa em faig una banyera d'aigua ben freda amb glassons si cal. És com la meua piscina, estic allí uns 40 minuts o fins i tot una hora. Perquè si em dutxo, quan surto i em seco ja torno a tenir calor, si estic més estona a l'aigua aconsegueixo baixar la temperatura del meu cos», diu.

Unes dones que estaven prenent una ortxata en una terrassa explicaven que «sortir a pendre la fresca per la nit sempre ajuda». Una bromejava amb «jo ja no menjo per no tenir calor-ries». Tot i que totes recomanaven «el gaspatxo perquè mai falla».

Sandra Capitán recomanava «agafar un recipient amb spray i omplir-lo amb aigua. Jo estic tot el dia tirant-m'ho pel coll, cara i cames, és pràctic i econòmic». Meri Fonollosa havia sentit que «dutar-se amb aigua calenta una hora abans d'anar a dormir anava bé». Tot i que reconeix que «no ho he posat mai en pràctica».

Alguns vells explicaven que «abans les dones arruixaven els carrers amb aigua freda als vespres, fins i tot els balcons», això ajudava a rebaixar la xafogor de l'aire, un consell ben pràctic que actualment hem perdut. Carla Mestre recordava «el ventall sempre a la mà i no obrir les finestres ni les persianes fins a les 8 de la tarda». I és que al final qualsevol consell és vàlid per enfrontar aquests dies d'agost.