

Inverno chega com o frio de *La Niña*

Carlos Eduardo

A estação deve ser a mais rigorosa dos últimos 10 anos e neste fim de semana a temperatura vai baixar ainda mais

Cristine Gentil

Da equipe do Correio

Podem reforçar o estoque de casacos, luvas e cobertores. Hoje, quando os ponteiros dos relógios indicarem 23 horas e 40 minutos, estará começando oficialmente o inverno.

O primeiro dia da estação dos chocolates quentes e das fogueiras não será dos mais frios. A temperatura mínima prevista é de 14 a 15 graus e a máxima ficará entre 26 e 27 graus. A umidade pode variar entre 75% e 35%.

Mas os termômetros reservam uma queda de temperatura para amanhã, quando chega a Brasília uma frente fria que chega do Oceano Pacífico.

A massa de ar frio fará companhia aos brasilienses durante o final de semana e pode fazer a temperatura cair para 11 graus. Esse ano, o índice mais baixo registrado foi de 12 graus.

As frentes frias não abandonarão Brasília durante o inverno. O fenômeno capaz de fazê-las mais frequentes chama-se *La Niña*. Mas o que é exatamente isso?

"O *La Niña* é uma incógnita mundial, ninguém sabe ao certo como se forma. Acredita-se que é resultado da própria dinâmica da atmosfera", tenta explicar o meteorologista Francisco de Assis, do Instituto Nacional de Meteorologista (Inmet).

A única certeza é que o *La Niña* esfria a temperatura do Pacífico Tropical, na costa da América Sul, e provoca variações no clima do mundo inteiro, inclusive no Brasil.

"Esse fenômeno faz com que as massas de ar frio cheguem com mais frequência, provocando um inverno que pode ser o mais rigoroso dos últimos dez anos", prevê Assis.

Segundo o meteorologista, o *La Niña* já deu o ar de sua graça três vezes, em 75, 85 e 89. Em 75, a temperatura na cidade chegou a 1,5 grau, a mais baixa já registrada. Nos outros anos, o

frio chegou a 3,2 graus.

O brasiliense se prepara como pode. Quem dorme na Rodoviária do Plano Piloto tem duas opções: ou divide os cobertores com os companheiros da noite ou é roubado e se vira com jornais.

"Não durmo mais aqui. As pessoas roubam nosso cobertor. Em casa, tem pelo menos uma coberta grande que a gente divide", explica Anailza de Oliveira, 11 anos. A gente, no caso, é Anailza, seus quatro irmãos e os pais, que dormem amontoados em um barraco em Brasília (Planaltina de Goiás).

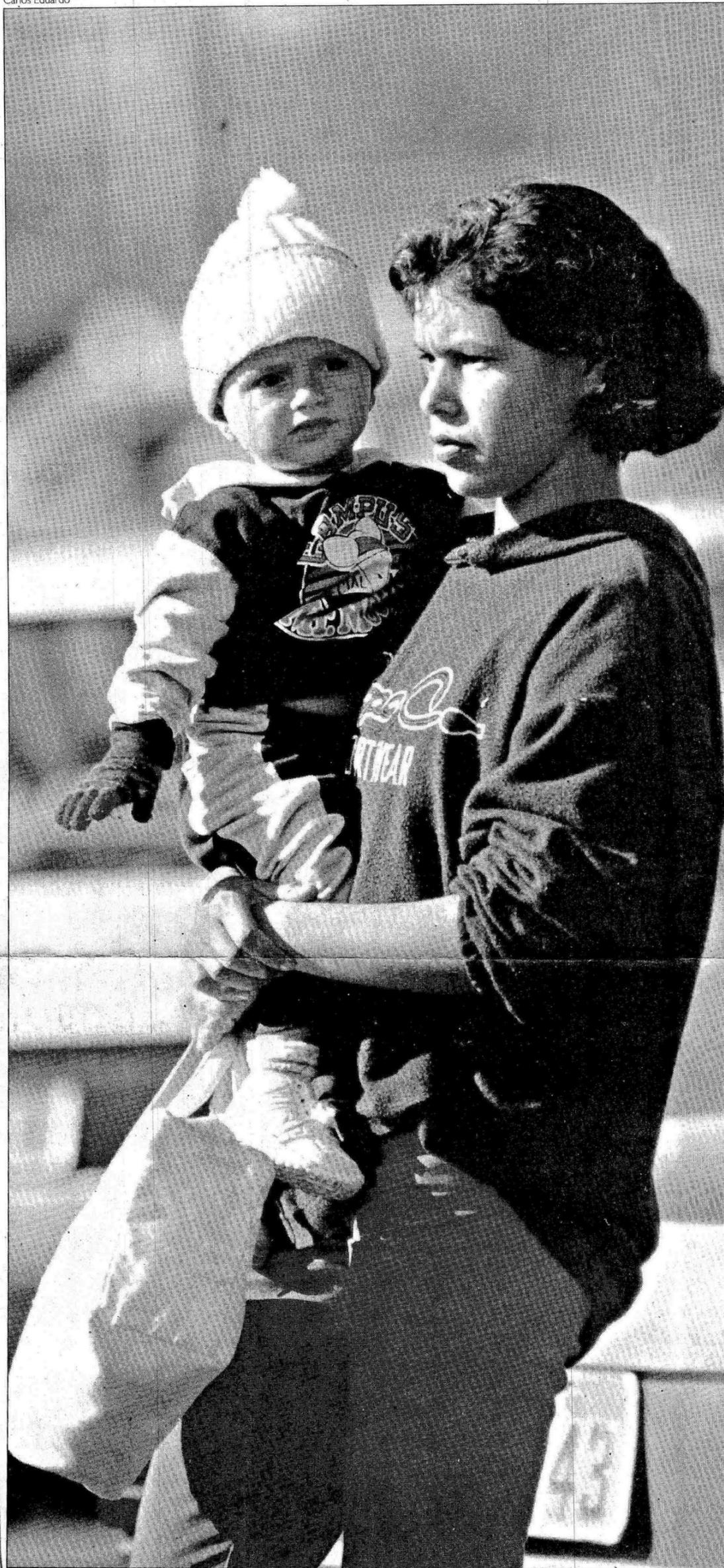
Ao lado da Rodoviária, onde Anailza pede dinheiro para "inteirar" o seu cobertor e o "marmiteix" (quentinha com almoço), os camelôs vendem casacos com capuz que variam de R\$ 5 a R\$ 15, de todo tipo de material.

Desde o dia 4 de junho, o Instituto Candango de Solidariedade já distribuiu 1.791 agasalhos em Santa Maria e Brazlândia. Mais quatro mil peças já foram recolhidas e serão distribuídas em todo o DF.

O operário Francisco da Silva, 45 anos, sai de casa, em Santo Antônio do Descoberto, às 4h30 da madrugada para trabalhar no Plano Piloto. Para ele, o frio é "relativo". "O tamanho do frio é o tanto de cobertor que a gente tem. Se tem pouco, o frio é pouco. Se tem muito agasalho, pode se dar ao luxo de sentir muito frio", ironiza.

Mas, para outros, o frio é uma bênção. O advogado Fernando Moura, 48 anos, não reclama. Faça sol ou chuva, no inverno ou no verão, nadar na piscina gelada da Água Mineral, às 6h, é uma rotina que não abre mão.

"Faço isso há 20 anos e garanto que no frio é ainda melhor. Água fria cura meus resfriados. Para aquecer, caminho uns dois mil metros e estou pronto para entrar na piscina", receita.



O frio chegou antes do inverno, mas vai aumentar a partir de sexta-feira, com uma frente fria que vem do Pacífico

Clima favorece as infecções

Com a chegada do frio, as doenças respiratórias são as responsáveis pela lotação dos consultórios médicos e emergências dos hospitais. Bronquite, asma, sinusite, rinite, pneumonia são algumas das infecções que se instalam principalmente no aparelho respiratório das crianças.

"Durante o inverno, os ambientes ficam mais concentrados favorecendo o contágio, principalmente das viroses", explica a chefe da Pediatria do Hospital Regional da Asa Norte, Vera Lúcia Cristoforo. Segundo Vera, as viroses debilitam o organismo e deixam a pessoa predisposta a contrair também uma infecção bacteriana como a pneumonia e a amigdalite.

"Temos que fazer uma campanha para ensinar a população a reconhecer os sintomas das doenças respiratórias, que aumentam no inverno, para tratá-las o mais rápido possível", disse o pediatra Reinaldo Medeiros, um dos palestrantes do I Consenso Nacional sobre Doenças de Inverno, que reuniu dois mil médicos de todo o país na última terça-feira em São Paulo.

EVITE DOENÇAS

- Não fume dentro de casa;
- Fazer uma alimentação equilibrada, com muita fruta, especialmente as ricas em vitamina C como laranja, limão e acerola;
- Beber bastante líquido manter o organismo hidratado;
- Evitar produtos de limpeza doméstica, principalmente os que tiverem odor forte;
- Manter a vacinação das crianças em dia.

Como reconhecer os sintomas de uma infecção respiratória:

- Quando a criança estiver calma, observar se a frequência respiratória está alterada. Até dois meses, é normal o limite de 60 movimentos respiratórios por minuto. Entre dois meses e um ano, 50 movimentos por minuto. De um a cinco anos, o ritmo normal é de 40 movimentos respiratórios por minuto.
- Observar se a criança apresenta retração entre as costelas, o que indica dificuldade de respiração.
- Gemidos, falta de apetite e febre também são sintomas de doenças respiratórias. No estágio mais grave, a criança começa a ficar com a coloração azulada.
- Consultar o médico, caso apareçam esses sintomas.

Dr. Reinaldo de Medeiros (presidente do Comitê de Doenças Infecciosas da Sociedade de Pediatria do Rio de Janeiro)

Fonte: Dra. Vera Lúcia Gian Cristoforo (chefe da Pediatria do HRAN)