



A UMIDADE REGISTRADA NO DOMINGO NÃO FOI A MENOR DA TEMPORADA, MAS FEZ OS FREQUENTADORES DO PARQUE DA CIDADE CORREREM PARA AS DUCHAS

# Hora da água e do soro

DANIELLE ROMANI  
DA EQUIPE DO CORREIO

**M**ilagres acontecem. Mas poupe seu santo. Nem adianta rezar para que nuvens carregadas cheguem e amenizem o clima no Distrito Federal. Chuva, nas próximas semanas, nem pensar. Frio? Sim, mas somente nas madrugadas. E o pior. A tendência é que o termômetros registrem, a cada dia, temperaturas mais elevadas. Se fosse só isso, tudo bem. O problema é que o pacote completo da previsão do tempo inclui a baixa umidade do ar, que começa a despencar a partir de agora.

As 15h de ontem, a umidade relativa era de 35%, segundo dados do Instituto Nacional de Meteorologia (Inmet). Hoje, a previsão é de que chegue a 25%. E os órgãos oficiais já se preparam para dias ainda mais secos. A Subsecretaria do Sistema Nacional de Defesa Civil divulgou no final de semana um alerta preventivo, informando que até o final do mês a umidade relativa do ar vai ficar na marca dos 20%, ou menos. E aposta: no próximo dia 15 é bom sair de casa com roupas leves e soro fisiológico à mão porque a umidade deve oscilar entre 20% e 18%.

"Até o final de agosto, a tendência vai ser que a umidade se mantenha em 20% ou abaixo disso", explica o chefe do Centro de Gerenciamento de Dados da Subsecretaria do Sistema Nacional de Defesa Civil, tenente Hélio Pereira.

## Prevenção

Segundo ele, o objetivo do alerta do Sistema Nacional é fazer com que as pessoas se preparem e, conseqüentemente, sofram me-



ROSE SOBRINHO (D) E PEDRO VÍTOR BEBERAM SUCOS E ÁGUA PARA SE REFRESCAR

O índice, segundo o Inmet, foi registrado em 7 de agosto de 2000, e é considerado um dos piores dos últimos 20 anos. Em setembro de 1994, a média diária ficou na faixa dos 11%.

## No Parque

Domingo de sol, 14h, um dia de descontração e lazer no Parque da Cidade. Por todos os lados, sinais de que a seca realmente começou. Famílias inteiras tomando chuveiradas; meninos correndo na sombra, sob os olhares dos pais; vendedores de sucos, águas de coco e mineral com sorriso de orelha a orelha. "Cheguei às 10h30, já vendi 70 cocos. Se tivesse conseguido chegar cedo, não tinha mais nada", contou Barbara Cirina, dona de um carrinho com capacidade para cerca de 100 unidades.

A boa performance da vendedora se deve ao zelo de pessoas como a administradora de empresas Rose Sobrinho, 29 anos, que excepcionalmente visitava o parque naquele horário. "Tinha um compromisso pela manhã e não pude vir na hora habitual, que é antes das 10h", explicou a mulher, que estava acompanhada pelo filho Pedro Vítor, 5 anos. Enquanto a criança pedalava em sua bicicleta, a mãe lhe fazia beber água e suco, além de comer frutas.

Os amigos Luís Fernando Carvalho, 30; Júnior Barcelos, 25, e Arthur Queiroz, 26, encaravam um *cooper*, arrependidos por terem perdido a hora por conta de um compromisso mais cedo. Alérgico, com rinite e sinusite crônicas, Júnior era o que mais sofria. "Quando sair daqui, vou ter que usar soro fisiológico e beber muita água", resignou-se.

## CUIDADOS COM SECA

- ✔ Use roupa leves e claras
- ✔ Beba água, o equivalente a três litros ou seis copos por dia
- ✔ Evite exercícios físicos pesados entre as 10h e as 16h
- ✔ Evite frituras
- ✔ Opte por alimentos leves, de fácil digestão
- ✔ Não esqueça de pingar, periodicamente, soro fisiológico nas narinas – faça o mesmo com as crianças

Fonte: Subsecretaria do Sistema Nacional de Defesa Civil

nos nos próximos dias. "Recomendamos que a população, a partir de agora, tenha alguns cuidados. Usar roupas leves, não se expor a exercícios entre 10h e 16h, fazer refeições leves e beber muito líquido são procedimentos necessários para não passar mal", recomenda o tenente Pereira.

Para quem tem criança, é pre-

ciso cuidado redobrado. Deve-se aplicar, periodicamente, um pouco de soro fisiológico nas narinas delas para que não fiquem ressecadas. O tenente Pereira também ressalta que a suspensão de aulas e de trabalho nas repartições públicas só são deflagradas quando os níveis chegam à marca alarmante de 10% de umidade relativa.