

E A SECA CHEGOU...



Na tarde de ontem, a capital registrou taxa de 9% de umidade relativa do ar. Segundo a meteorologia, índices devem continuar baixos, assim como as temperaturas

O período de seca começou para valer em Brasília. Na tarde de ontem, segundo a Climatempo, a umidade relativa do ar nas imediações do Aeroporto Internacional Juscelino Kubitschek chegou a 9%. O Instituto Nacional de Meteorologia (InMet) apurou índices mais altos na região central da cidade: 19%. As massas de ar seco que pairam sobre a região Centro-Oeste dificultam a formação de nuvens e causam a queda das temperaturas durante a madrugada. Com isso, a névoa seca se forma, fazendo com que o sol nasça na capital em meio a um céu branco e acinzentado, como ocorreu na manhã de ontem.

O meteorologista Marcelo Pinheiro explica que o fenômeno é comum nessa época do ano. "A pouca umidade da atmosfera faz as partículas de água se condensarem, ou seja, ficarem muito próximas umas das outras. É qua-

se como a formação de uma nuvem, só que mais próxima do solo", detalha o especialista da Climatempo. Marcelo acrescenta que a névoa seca observada na manhã de ontem deixa o horizonte embaçado, mas permite uma visibilidade de mais de 1km de distância. "Quando o valor é menor que isso, chamamos de nevoeiro ou neblina", ressalta.

A seca que castiga anualmente o brasileiro deve ser rigorosa em 2010. "A tendência é piorar, principalmente em julho e agosto", prevê o meteorologista Hamilton Carvalho, do Instituto Nacional de Meteorologia (InMet). O inverno começou na última segunda-feira e, para ele, seguirá de forma normal, com temperatura e umidade relativa do ar baixas. "Não constatamos qualquer fenômeno inverso", explica. "As chuvas virão somente em setembro, como ocorre normalmente." Carvalho enfatiza que as

Previnha-se dos efeitos da baixa umidade

- » Beba de dois a três litros de água por dia
- » Dê preferência a alimentos preparados com pouco sal
- » Evite praticar atividades físicas entre 9h e 17h
- » Mantenha a temperatura do ar-condicionado em torno de 23°
- » Use soro fisiológico para umidificar o nariz a cada três horas
- » Hidrate a pele com creme recomendado por um dermatologista
- » Coloque bacias de água ou toalhas molhadas nos ambientes de casa

massas de ar seco se instalaram em toda a região Centro-Oeste.

Pelos cálculos da Climatempo, essa é a terceira vez que Brasília atinge índices de umidade abaixo de 10% neste ano. A Organização Mundial de Saúde (OMS) considera estado de emergência quan-

do os marcadores atingem menos de 12%. O meteorologista alerta que, caso a situação se agrave, será necessário fazer ajustes nos horários das escolas, além de evitar a prática de aulas de educação física nas horas mais quentes do dia. "A baixa umidade faz as temperatu-

ras variarem muito. Atualmente, temos ido de 12° a 29°", revela Marcelo Pinheiro.

Cuidados

O costume do brasileiro com os períodos de estiagem não dispensam alguns cuidados essenciais (veja quadro). O pneumologista Ricardo Martins explica que, nesta época do ano, é essencial evitar comidas calóricas e com muito sal. "Os pratos mais salgados demandam uma maior quantidade de água para o organismo", explica. O médico do Hospital Universitário de Brasília (HUB) enfatiza a necessidade de manter os aparelhos de ar condicionado em temperaturas amenas, em torno de 23°. "O frio rouba a umidade do ar e prejudica a respiração", ensina.

A empresária Delayne Camargo, 29 anos, conta que o filho de 10 anos já está sentindo os efeitos

da seca. "Na semana passada, me ligaram da escola porque ele estava com o nariz sangrando", conta. O marido de Delayne e pai do garoto, o empresário Pablo Caieta, 30, acrescenta que, em casa, a alternativa foi comprar um umidificador. Ainda assim, no domingo, o travesseiro do menino amanheceu sujo de sangue. "Precisamos colocá-lo deitado, com o nariz virado para cima. Assim, ajuda a melhorar", explica.

Os moradores do Distrito Federal devem estar atentos também aos problemas de pele. A esteticista Bianca Trindade, pós-graduada em dermatologia, avisa que a baixa umidade provoca a descamação das partes mais expostas do corpo. "O inverno em Brasília é marcado por muito sol, não dá para esquecer os protetores e os bloqueadores", recomenda. A partir de agora, cremes também devem figurar entre os itens indispensáveis para a população.