

Brasília em **cores**

As chuvas renovam o verde das quadras e transformam o cotidiano em cenários mais vibrantes, com destaque para as flores

» MANUELA SÁ*

Com o fim do verão e o início do outono, Brasília esbanja cores. É o resultado da estação chuvosa, que se aproxima do fim e, durante meses, coloriu a cidade de verde. Nas áreas residenciais, jardins e balões ganham vida, fazendo com que moradores aproveitem o período para passear e estar perto da natureza.

Na 308 Sul, quadra modelo, as copas densas das árvores sombreiam o lago de carpas, o que atrai famílias e amigos interessados em aproveitar as paisagens de Brasília no início do outono. É o caso de Maria do Socorro Chaves, 61 anos, moradora de Taguatinga, que esteve na Asa Sul para uma consulta médica com a filha, Luma Chaves, e as duas netas. O local tem um significado especial para a família, pois foi ali, tendo a área verde como cenário, que Luma fez as fotos da gestação da primeira filha.

Natural de Barras, no interior do Piauí, Maria chegou a Brasília em 1981, acompanhada dos padrinhos. Esse era um sonho seu desde que ouviu na escola sobre as ruas espaçosas, os prédios e o lago artificial da cidade. Desde que se mudou, gosta de aproveitar o período em que as áreas verdes ficam cheias de vida. “Gostava muito de andar de bicicleta no Parque da Cidade. Levava as nossas filhas pequenininhas. Lá em casa tinha carro, mas a gente andava mais de bike. Botávamos as cadeirinhas nas bicicletas e meu esposo levava uma e eu levava a outra”, lembra.

Os estudantes João Pedro Praça, 19, e Mateus Gutierrez, 18, também escolheram a quadra para desaccelerar. “Nesta época, é bom fazer o que a gente tá fazendo agora, que é só sair, andar e observar um pouco. Respirar um ar mais puro”, reflete Praça. “O legal é passear e ver que tem outras pessoas saindo de casa também”, acrescenta.

Para Gutierrez, um dos principais atrativos está nos tapetes coloridos formados pelas diferentes plantas. “Gosto muito de flores. Então, acho legal ver tantas árvores e o chão bem florido”, diz. Perto da quadra modelo, nos jardins da 307 Sul, antúrios e papoulas vermelhas se destacam entre as folhas e a grama. Os corretores de imóveis Guilherme Rodrigues e Paulo Piccolo observam que gostam do

contraste entre os meses mais cinzentos e os mais vibrantes na capital. “Na época da seca, fica tudo marrom. Dá duas chuvas e as plantas começam a ficar verdes de novo. Tudo floresce novamente. É minha época preferida em Brasília”, enfatiza Piccolo.



O laguinho de carpas é uma das atrações tradicionais da 308 Sul



Na 105 Norte, as flores também fazem a alegria das abelhas



Mateus Gutierrez e João Pedro Praça aproveitam a época para desacelerar



Para Gabriel Lucca, há valor em como a paisagem urbana pode surpreender



Eliane Rosa gosta de andar por baixo das árvores e aguarda a floração de ipês



Orquídeas dão charme à paisagem e são diferencial na 105 Norte

Espécies

Cássia Munhoz, professora do Departamento de Botânica da Universidade de Brasília (UnB), explica que várias das flores que chamam a atenção neste período são estrangeiras. “Muitas espécies cultivadas em Brasília, principalmente as que observamos nos canteiros e balões, florescem nesta época do ano, pois este período coincide com o início da primavera nos seus países de origem, que apresentam clima temperado. Essas plantas dependem de água, aumento da temperatura e comprimento do dia”, detalha.

A especialista ressalta, no entanto, a importância de priorizar espécies nativas, uma vez que elas são mais adaptadas ao ambiente. Segundo Cássia, há plantas do Cerrado que florescem no início da estação chuvosa e outras que se destacam no período seco. “Normalmente, na seca, florescem espécies que têm frutos secos e sementes leves, que são transportadas pelo vento, mais intenso nesta época. Durante as chuvas, predominam as espécies com frutos carnosos, que são consumidos e dispersados pela fauna, mais ativa e em período reprodutivo”, assinala.

Algumas das plantas mostram suas cores agora, pois há maior disponibilidade de água. “As chuvas possibilitam que essas espécies invistam energia na produção de flores, néctar e frutos. Polinizadores, especialmente insetos, como abelhas e borboletas, que dependem de condições úmidas e recursos abundantes, também estão mais ativos nesta época”, complementa. De acordo com Cássia, entre as espécies nativas em destaque estão as barrigudas, que enfeitam Brasília com flores rosas, e os muricis, frutas pequenas e amarelas. No fim de

abril, é a vez dos ipês-rosas começarem a colorir a cidade.

A expectativa pela floração dos ipês é compartilhada por moradores como Eliane Rosa, 49, natural de Unai (MG). Para ela, Brasília consegue equilibrar urbanização e natureza. “Gosto de andar por baixo das árvores e colher frutas do pé. Minhas favoritas são acerola, pitanga e amora”, conta. Adepta de longas caminhadas, Eliane salienta a arborização de Brasília. “No interior, a gente já tinha esse hábito, e gostei de manter esse contato aqui. Sempre que passo por um pé de fruta, paro e pego”, diz.

Quando pode, ela aproveita o tempo livre para passear e, se possível, pegar as flores caídas e levá-las para casa, onde as coloca na água. Na Asa Norte, as orquídeas brancas e rosas penduradas nas árvores atraem o olhar de quem passa. O leitorista Gabriel Lucca, 19, é um dos admiradores. “Gosto das cores chamativas das flores”, comenta. Para ele, há valor em como a paisagem urbana pode surpreender no cotidiano e nas pausas do trabalho.

*Estagiária sob supervisão de Malcia Afonso



Crônica da Cidade

SIBELE NEGROMONTE | sibelenegromonte.df@dabr.com.br

As 24 horas que não cabem no dia

Nos últimos dias, tenho ouvido muito uma frase, principalmente de mulheres: “O dia precisaria ter mais de 24 horas para eu dar conta de tudo o que tenho para fazer”. Eu, que sempre fui péssima em matemática, decidi fazer uma conta básica para tentar concluir se, de fato, o tempo anda mais escasso ou se há um tanto de exagero nos meus interlocutores.

Sem nenhuma metodologia científica, claro, resolvi dividir o dia em três

partes iguais: oito horas de trabalho, oito horas de sono e oito horas para cumprir todas as demais demandas cotidianas. Se levamos em consideração uma pessoa adulta, provavelmente esse último terço será insuficiente. E, se ela tiver filho, então, com certeza, será impossível fazer todas as tarefas exigidas.

Vamos levar em consideração o que a sociedade moderna exige de nós. Precisamos praticar atividade física — a Organização Mundial da Saúde (OMS)

recomenda, para adultos, por semana, 150 a 300 minutos de prática aeróbica moderada ou 75 a 150 minutos de vigorosa; alimentarmos-nos bem — e muitas vezes preparar a própria comida; fazer os afazeres domésticos; e, em caso de filhos, cumprir todas as obrigações que eles nos demandam. E elas não são poucas.

Coloque nesse somatório o tempo enorme perdido no trânsito, afinal, foi-se o tempo em que as vias largas de Brasília estavam livres dos engarrafamentos comuns às grandes metrópoles. Hoje, em qualquer deslocamento, é preciso calcular o dobro do tempo que gastávamos há alguns anos. Ponha, ainda, nessa conta, a manutenção da saúde — idas a médicos, dentistas, realizações

de exames etc. — e os cuidados estéticos, sobretudo entre as mulheres, que ainda sofrem a pressão de estar sempre com cabelo, make e unhas impecáveis.

E quando eu destaco a sobrecarga das mulheres, aí, sim, estou usando dados científicos. Estudo lançado pela Organização Internacional do Trabalho (OIT), em parceria com o Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome (MDS), no final de 2025, mostra que, no Brasil, as mulheres dedicam em média 9,8 horas a mais por semana ao trabalho de cuidado não remunerado do que os homens.

Se você quiser tirar um tempinho para relaxar lendo um livro ou assistindo a uma série, certamente terá que “roubar” essas horas do terço que eu tinha,

empiricamente, separado para o sono. E dormir bem — aí vai mais um dado científico — é fundamental para a saúde física e mental. Uma noite bem dormida atua na reparação de tecidos, consolida a memória, regula os hormônios e fortalece o sistema imunológico, só para citar alguns benefícios. Não vou nem falar do uso excessivo de celular, do qual viramos escravos, porque esse seria assunto para muito mais linhas.

Diante dessa minha análise meio mequetrefe, com base apenas em vivências cotidianas, parece que as pessoas estão certas quando dizem que as 24 horas do dia não são suficientes. Mas, cuidado, porque as consequências disso podem ser bem perigosas. Aí, a gente fala disso na próxima crônica.