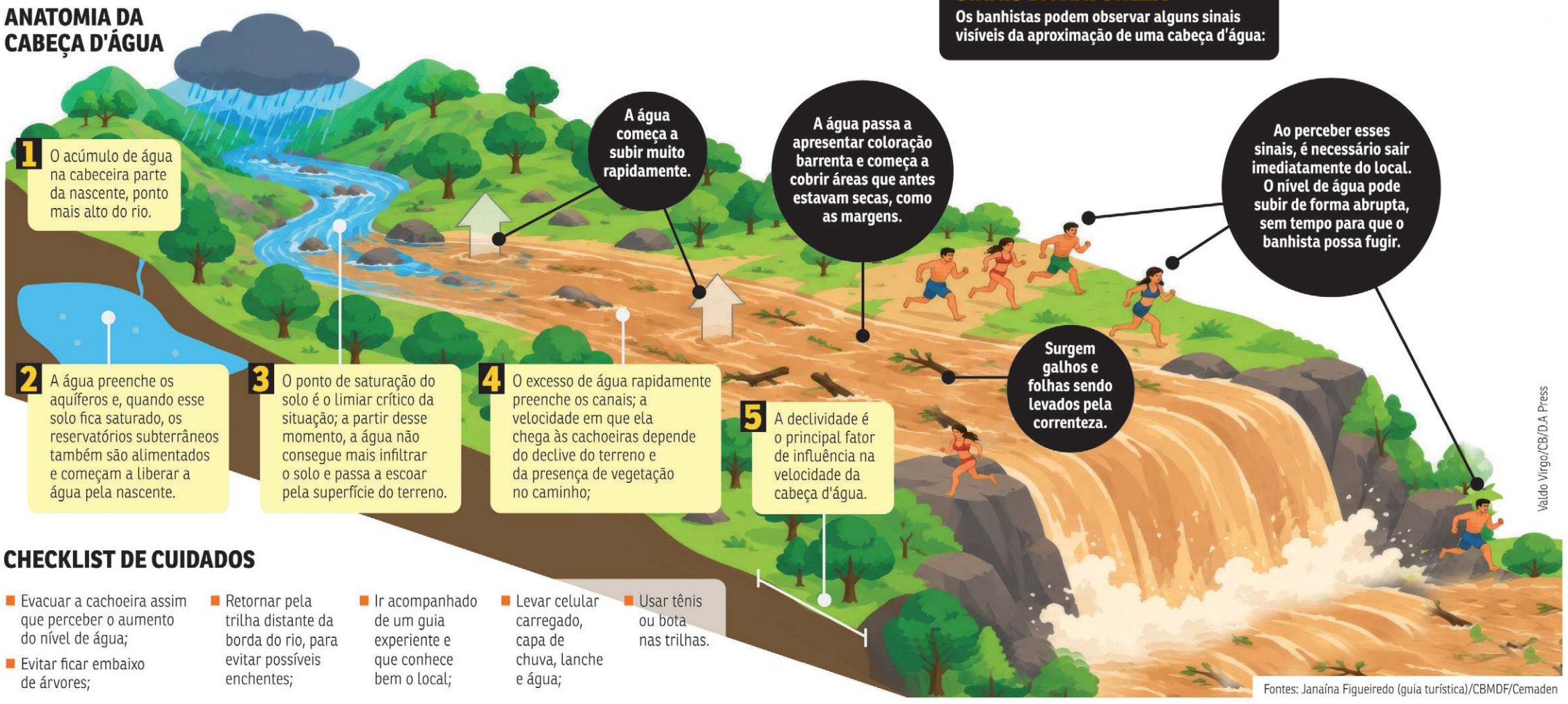
## Mantenha-se seguro

Saiba como identificar uma cabeça d'água e o que deve ser feito em caso de chuva




### CHECKLIST DE CUIDADOS

- Evacuar a cachoeira assim que perceber o aumento do nível de água;
- Evitar ficar embaixo de árvores;
- Retornar pela trilha distante da borda do rio, para evitar possíveis enchentes;
- Ir acompanhado de um guia experiente e que conhece bem o local;
- Levar celular carregado, capa de chuva, lanche e água;
- Usar tênis ou bota nas trilhas.

Fontes: Janaína Figueiredo (guia turística)/CBMDF/Cenaden

# O paraíso também tem riscos

**Passeios a cachoeiras, muito procuradas pelo público, requerem cuidados para garantir a diversão**

» JÚLIA COSTA*

Com diversas cachoeiras na região do Distrito Federal, do Entorno e outros municípios goianos, a atração se torna um dos pontos de lazer mais comuns para brasilienses que querem aproveitar a natureza. A estação chuvosa, porém, apresenta uma série de riscos para banhistas independentemente do nível de experiência com trilhas e nado. "Época de chuva não é para se aventurar a fazer trilha, a não ser que você vá com um profissional habilitado que conheça bem o local", orienta a guia turística Janaína Figueiredo.

A profissional nunca se viu presa em uma situação de subida rápida do nível de água, mas relata que casos desse tipo são comuns, principalmente entre aqueles que se escolhem fazer trilhas sem a ajuda de um guia. Recentemente, Janaína estava na Chapada dos Veadeiros esperando com o grupo que orientava para descer a trilha, quando descobriu outra turma de turistas que ficaram ilhados na cachoeira Santa Bárbara até que o resgate chegasse. "O rio subiu e não deu nem para jogar uma corda. Agora, tem uma ponte naquele local", conta.

### Caso recente

Em 1º de novembro deste ano, uma mulher de 59 anos, foi vítima de afogamento na Cachoeira do Monjolo, no Recanto das Emas. Ela foi arrastada por uma forte correnteza, após chuvas que atingiram a região. O corpo só foi encontrado no dia seguinte.

Os locais se adaptam aos desafios impostos pela chuva para oferecerem cada vez mais segurança aos visitantes. Depois de um acidente fatal em 2019, no Vale da Lua, por exemplo, a administração do local implementou diversas medidas de segurança. "Começou a chover, retiram os banhistas. Choveu muito, fecha a propriedade", explica Janaína.

Além disso, foi criado um sistema de monitoramento do rio São Miguel, que corta diversas propriedades da área, para disparar avisos por sistema de rádio e WhatsApp aos guias e proprietários sobre chuvas na nascente. Fora o que pode ser feito pelos profissionais, os turistas podem seguir uma série de medidas de segurança para garantir um bom passeio.

Janaína orienta os banhistas que atende a sempre observarem o nível de água a partir de um ponto fixo, que pode ser uma pedra ou uma planta; nunca ir sozinho ou se afastar do grupo; e não confiar cegamente nas condições do tempo do local da cachoeira, porque a chuva pode estar na cabeceira do rio. "Se a água subiu em pouco tempo, como 10 ou 15 minutos, é hora de ir embora, porque vai descer a cabeça d'água", alerta. Ela ressalta a necessidade de sair da água assim que possível porque, com a velocidade de descida da cabeça d'água, talvez não seja possível depois.

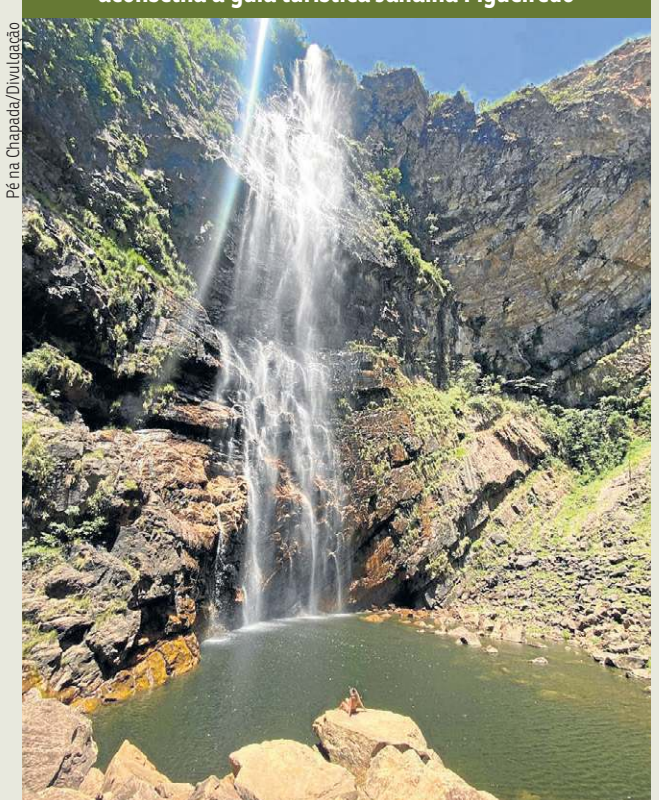
Em situações de chuva repentina, algumas medidas também podem ser adotadas. A primeira é evacuar a cachoeira o mais rápido possível e evitar ficar embaixo de árvores. Caso a trilha seja curta, é possível voltar; se um caminho for longo, a orientação é ficar em um local aberto, para diminuir o risco de ser atingido por raios. "Nunca na borda do rio, para evitar enchentes, porque a água fica com volume muito forte", avisa.

Carlos Vieira/CB/D.A Press



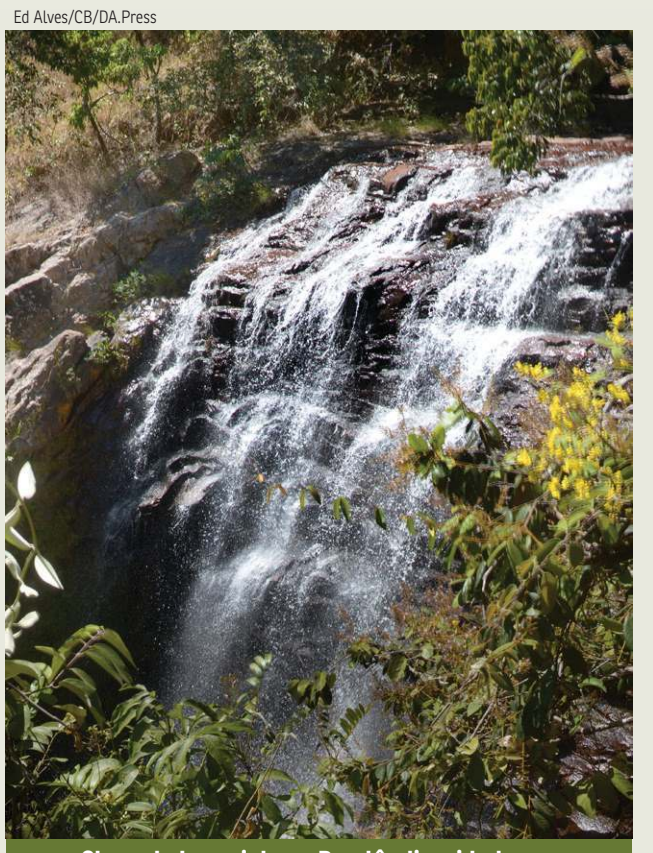
"Época de chuva não é para se aventurar a fazer trilha", aconselha a guia turística Janaína Figueiredo

Pé na Chapada/Divulgação



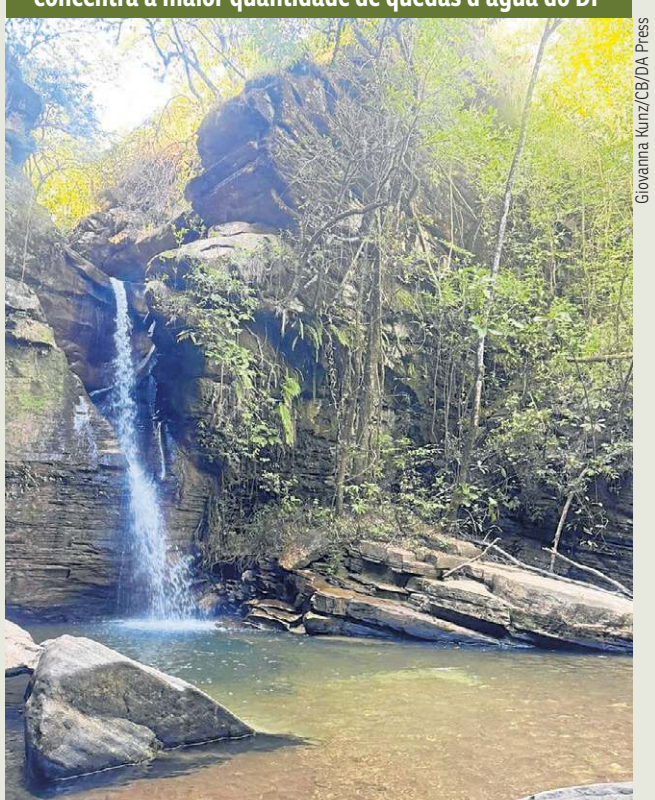
Cachoeira do Label, em São João d'Aliança (GO), na Chapada dos Veadeiros

Ed Alves/CB/DA.Press



Chapada Imperial, em Brazlândia, cidade que concentra a maior quantidade de quedas d'água do DF

Giovanna Kunz/CB/DA Press



Cachoeira do Amor, na Reserva das Andorinhas, em Pirenópolis

## Como agir

As cabeças d'água são enxurradas fortes e repentinas que podem ocorrer mesmo em pontos do rio onde não há chuva. "Pode estar fazendo sol ou o tempo permanecer sem chuva na cachoeira, enquanto uma chuva forte ocorre quilômetros acima, na nascente ou em outra parte da bacia hidrográfica", detalha a meteorologista do Instituto Nacional de Meteorologia (Inmet) Ana Wilke. "Essa água escoa rapidamente pelo terreno e pelos afluentes, chegando ao trecho onde as pessoas estão tomando banho e provocando uma elevação repentina do nível do rio, fenômeno conhecido como cabeça d'água."

A escoação de água a qual a meteorologista se refere acontece quando o solo da região fica saturado e não consegue mais absorver a grande quantidade de chuva. Essa saturação, explica Regla Somoza, tecnologista de Extremos Hidrológicos do Centro Nacional Nacional de Monitoramento e Alertas de Desastres Naturais (Cemaden), pode acontecer até mesmo a partir de chuvas de dias anteriores. "Pode ser que a primeira chuva que caiu na nascente não foi suficiente para saturar o solo, então houve um acumulado de vários dias de chuva até começar o processo de liberação de água dos reservatórios dos aquíferos e que vai escoar pela superfície", explica.

O capitão Jean Charles, do Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal (CBMDF), destaca que agir por impulso, subestimar a correnteza e tentar realizar o salvamento de um banhista são os erros mais comuns dos turistas que se deparam com a subida rápida da água. "A orientação principal é não entrar na água para tentar realizar o salvamento. O mais seguro é acionar imediatamente o Corpo de Bombeiros pelo telefone 193 e informar a localização exata da ocorrência, a quantidade de vítimas e as condições do local", enumera.

Ele acrescenta que, em casos nos quais seja possível ajudar um banhista sem se colocar em risco, a pessoa pode oferecer um objeto comprido e resistente à vítima, como uma corda ou galho, que permite que ela alcance um lugar seguro; jogar um objeto flutuante, como boia ou colete salva-vida; e manter contato visual e verbal com a vítima, incentivando-a a tentar flutuar e se manter afastada de obstáculos.

***Estagiária sob a supervisão de Malcia Afonso**