



## Exemplo de resiliência

Por **Evaristo Marzabal Neves**

As fotos tiradas por Carlos Veríssimo, funcionário do Departamento de Genética da Esalq/USP, retratam o mesmo cenário do bosque entre a Casa do Estudante e a guarita de entrada no Campus em tempos diferentes são exemplos de resiliência.

Na literatura, sobre a árvore, há inúmeros registros que revelam a sua importância para o meio ambiente e para a saúde física e mental. Por exemplo: “A árvore é o símbolo maior da natureza. Plantar, cuidar, proteger e defender as árvores significa valorizar todo o verde que ainda existe no planeta”...”As árvores são capazes de realizar fotossíntese e, neste processo, as árvores são capazes de absorver a luz solar e o gás carbônico do ar e liberar, durante o processo, o gás oxigênio, vital para a existência do ser humano”...”Além de sua própria beleza, as árvores tem funções importantes para o meio ambiente. Elas refrescam o ambiente, dão sombra, são barreiras contra o vento, ajudam a manter a umidade do ar, diminuem a poluição, manter o solo firme e servem de abrigo para pássaros e outros animais”...”As árvores são essenciais para o meio ambiente e, conseqüentemente, para o equilíbrio de nosso planeta. Além disso, apresenta aplicabilidade, como o fornecimento de madeira, o carvão, os frutos, as flores e as matérias primas para a fabricação do papel, remédios e uma infinidade de produtos”...”É fundamental preservá-las, estimular campanhas de reflorestamento e também ensinar as pessoas sobre a importância desses seres vivos por meio da educação ambiental”. Poderia buscar apoio em outras citações, porém só evidenciaria sua importância vital para a sobrevivência dos seres humano e animal.

Nos dias atuais cresce também sua importância na aplicação terapêutica e como exemplo de resiliência. Hoje há organizações que oferecem cursos, abrigo, cultura, recreação e atividades físicas em ambientes rurais, evidências da importância do convívio com a natureza e sua influência na saúde física e mental. Caminhadas, a prática de meditação e ioga entre árvores ou contato com a natureza. De um terapeuta ouvi certa vez: “Toque uma árvore por alguns instantes... Relaxe...Feche os olhos...Aspire por alguns segundos e expire por três vezes...Circula bons fluídos e energia positiva nestes momentos...calmante certo para a melhoria da saúde mental.

Como exemplo de resiliência, registro com um fato. Num dia do outono, ao descer a escadaria do Prédio Central, avistei cerca de 30 crianças do ensino fundamental, idades variando de 7 a 9 anos, e três professoras da E.E. Honorato Faustino. Estavam contemplando o Mausoléu que guarda os restos mortais de Luiz de Queiroz e de Ermelinda Ottoni de Souza Queiroz. Perguntei às professoras se poderia conversar com eles e permitiram. Perguntei o que representava a árvore em suas vidas. Um respondeu oxigênio, outro produção de frutas e foi só. Fui percorrendo, rapidamente, sobre as inúmeras qualidades da árvore e sua importância para a saúde física e mental.

A última qualidade foi enfatizar que a árvore é um bom exemplo de resiliência. Um, perguntou a Professora o que é resiliência. Expliquei, solicitando que olhassem as árvores no entorno do gramadão e outras que poderiam ser vistas. A paisagem era de árvores com folhas amareladas, secas e muitas no chão. Basta a entrada da primavera, considerada a estação da vida, primeiras

chuvas e as folhas ao redor da árvore para ela voltar a ficar com folhas verdes. Quem adubou/alimentou estas árvores, algumas quase centenárias? Resposta: A própria natureza, Expliquei que era um símbolo de resiliência, pois ganhou vida com recursos da própria natureza (chuva, folhas secas como adubo e outros recursos naturais, intrínsecos em seu porte). E assim, ano após ano, ressurgem verdejantes com a estação da primavera. Quando se espera que esteja morrendo no inverno, pronta para serem cortadas, ganha forças naturais, resistência e determinação para viver com a chegada da primavera. A árvore nada mais é do que um educativo exemplo de resiliência.

Essas qualidades e características das árvores serão exploradas no universo infantil (visitas de crianças de creches e do ensino fundamental em nosso Campus), quando diante de nosso parque. É expressar e vivenciar culto à natureza, principalmente após a pandemia, onde foi diagnosticado um déficit da natureza na sua formação no período de *lockdown* e isolamento social.

As fotos tiradas pelo Carlos Veríssimo, mesmo cenário do bosque entre a Casa do Estudante e a guarita de entrada no Campus em tempos diferentes são exemplos do exposto sobre resiliência. A primeira, árvores desfolhadas, praticamente sem vida, foi tirada em plena estação do inverno na primeira quinzena de agosto, enquanto a segunda, em plena estação da primavera, meados de novembro.

-----

Obs. Na literatura científica se encontra que: “Com a chegada do outono, algumas árvores se preparam para o inverno. Os nutrientes vão saindo lentamente das folhas para os ramos da árvore, tronco e raízes, onde são armazenados e protegidos de forma segura do frio, geada ou neve. Por esse motivo é muito comum em lugares de clima temperado a coloração das folhas mudarem e muitas caem desfolhando as árvores. O outono e inverno são considerados as estações de dormência das plantas. Quando chega a primavera e as primeiras chuvas, as árvores utilizam os nutrientes guardados para emitir novas folhas”.

Matéria publicada no Dicas & Notícias da Divisão de Biblioteca da USP/ESALQ | Ano: 2022 | Número: 145: <https://sites.google.com/usp.br/dicas-e-noticias-da-dibd/n%C3%BAmero-145>