

# Sobrevivendo ao ardente sol de Lisboa

*O verão europeu deste ano está sendo um dos mais rigorosos das últimas décadas. Em junho, temperaturas em cidades como Paris chegaram a 39 graus, o que é muito raro. Fez calor de verdade até em lugares onde o termo verão normalmente só quer dizer “um pouco menos frio”, como em **Berlim**. Em homenagem a essa situação incomum, resolvi fazer meu primeiro post falando sobre como lidar com o calor em uma das mais literalmente quentes cidades europeias: **Lisboa**.*

**Lisboa** é uma das minhas cidades favoritas. É bonita, charmosa, barata, com boa gastronomia, excelente transporte e infraestrutura, além de frequentemente muito engraçada para falantes de pt-BR (tente não rir ao ver o ônibus “Roubado” ou ao ir a lugares com nomes como “Jardim das Pichas Murchas”, “Beco do Surra”, “Rua dos Fanqueiros”, “Parede”, “Moita”, entre tantos outros). Sua posição geográfica estratégica também garante tempo bom praticamente o ano todo. O **verão lisboeta**, entretanto, pode ser um pouco demais. Um pouco muito demais.



Lisboa é linda.



E frequentemente hilária. O nome desse “jardim”, localizado na Alfama, significa exatamente o que você imagina.

Apesar do calor infernal já ser esperado no **verão**, **Lisboa** não é exatamente uma cidade preparada para lidar com essa situação. Na verdade, não é nada preparada. O ar é seco, o calor é inacreditável e grande parte dos prédios não têm isolamento térmico muito bom (ou qualquer). Pior que isso: os lisboetas realmente não acreditam no conceito de ar condicionado (ou climatização em geral—também não costumam ter calefação para o inverno). Não costuma ter ar condicionado nem em shoppings, restaurantes e lojas (nem mesmo as especializadas em vender aparelhos de ar condicionado, por incrível que pareça). Se quiser ir numa sauna gratuitamente, experimente ir ao provador de uma loja de roupas de um shopping (as do Vasco são particularmente recomendadas para esse propósito).



Apesar do nome, no calor lisboeta essa água pode salvar sua vida.

Para lidar com o calor, é sempre possível degustar um gelado (sorvete em pt-PT), beber um refrescante vinho verde (imperdível!) e tomar muita água fresca (“gelada” em pt-BR é “fresca” em pt-PT; “água gelada” significa “congelada” para os portugueses). Felizmente, também existem alguns lugares que servem como ilhas de climatização que podem ser a diferença entre a vida e o derretimento. São eles:

# Praça de alimentação do shopping Armazéns do Chiado

## *Rua do Carmo 2, metro Baixa-Chiado*

É uma praça de alimentação de shopping, mas tem ar condicionado! Caso você estiver no centro de **Lisboa** e precisar escapar um pouco do sol ardente, pode ser uma boa alternativa. É importante notar que o único lugar com ar condicionado no shopping é a praça de alimentação—o resto do prédio pode ser inclusive mais quente do que o exterior (fenômeno comum nos shoppings da cidade).

## Starbucks do Rossio

### *Estação de Caminhos de Ferro do Rossio, Rua 1º de Dezembro, metro Rossio ou Restauradores*

É um Starbucks, como qualquer outro no mundo, mas razoavelmente grande e com ar condicionado (não muito forte, mas já ajuda, especialmente com um frapuccino ou qualquer coisa bem gelada junto). Assim como o shopping Armazéns do Chiado, é bem no **centro de Lisboa**, ao lado da praça Dom Pedro IV.



Estação Ferroviária do Rossio. Possui um Starbucks com ar condicionado e a partir daqui

é possível apanhar o comboio  
(trem) para Sintra.

## **Oceanário**

***Esplanada Dom Carlos I s/nº, quase em frente ao shopping Vasco da Gama, metro Oriente***

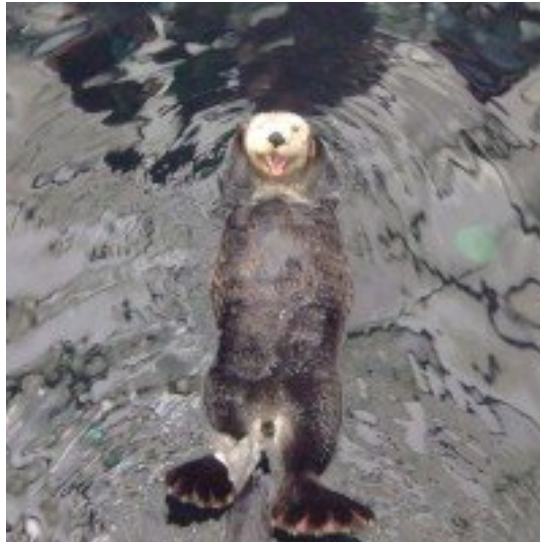
Provavelmente meu lugar favorito em **Lisboa** durante o **verão**. É um mega-aquário e tem ar condicionado no prédio todo (pobre dos pinguins, se não tivesse). Além disso, é realmente muito fixe (pt-PT para “legal”), mesmo para quem não gosta de ficar vendo peixes e outros animais marinhos (apesar de que as lontras são muito simpáticas). O preço dos bilhetes não é exatamente barato para o padrão lisboeta (variando entre 9€ e 17€ a depender da sua idade e se você quiser visitar a exposição temporária além da permanente), mas há muita coisa para ver, o suficiente para passar algumas horas desfrutando da maravilhosa climatização.



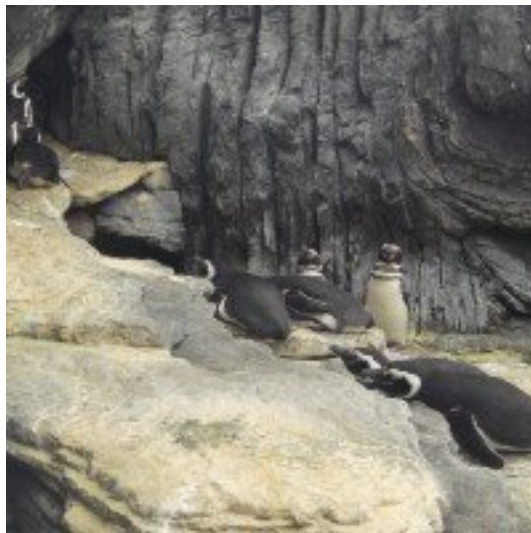
Oceanário de Lisboa, no Parque das Nações. Não só é o maior aquário indoor da Europa, como é também um paraíso climatizado.



Peixe-lua, o mais famoso habitante do aquário.



Lontra feliz.



Pinguins desanimados por causa do calor. O ar condicionado não era o suficiente para eles.



Esse bicho é MUITO feio, mas é meu peixe favorito. Não sei seu verdadeiro nome, mas o apelidei de peixe-isopor.

## **Café da FNAC do Shopping Vasco da Gama**

***Av. Dom João II Lote 1.05.02, metro Oriente***

O shopping em si é um dos piores lugares imagináveis para se ir no **verão**. Ao invés de ar condicionado, há um sistema de água que escorre pelo teto de vidro e na prática não funciona, deixando o prédio ao menos uns 5 graus mais quente que a rua. Entretanto, ali mesmo há um oásis! Dentro da gigantesca loja FNAC há uma pequena cafeteria munida com ar condicionado. Caso você estiver no shopping ou na região do Parque das Nações e bater o desespero, pode ser uma saída. Só lembre que a FNAC é grande e mais quente que a área central do shopping e que é necessário atravessar a loja para chegar ao café!

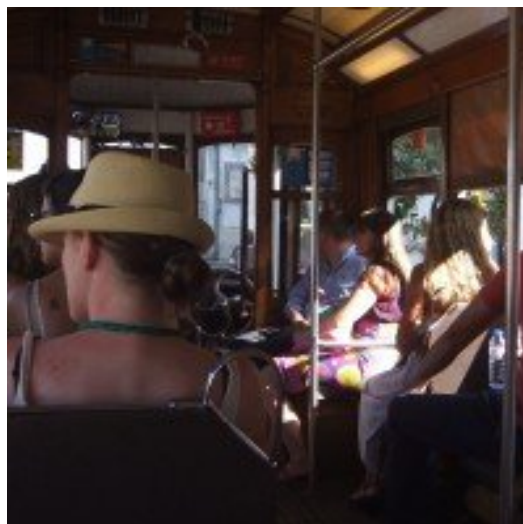
## **Elétrico 28E**

***Praça Martim Moniz, metro Martim Moniz***



Subindo o morro no elétrico E28.

Não tem ar condicionado, mas tem (potencialmente) bastante vento refrescante na cara. O 28E é um dos clássicos elétricos (bondes) de **Lisboa**, sendo uma atração turística por si só. Ele pode ser apanhado na praça Martim Moniz, no centro, e dá uma boa volta pela cidade, subindo a Alfama, passando pelo Castelo de São Jorge, e indo até o outro lado da área central, passando pelo Bairro Alto até chegar na região dos Prazeres. No caminho, ele passa por miradouros e diversos lugares interessantes, sendo uma boa alternativa para conhecer as partes altas da cidade sem ter que subir todos os morros a pé, o que pode ser bastante desagradável sob um calor desesperador. Durante o percurso é possível descer para passear, tirar fotos, etc..



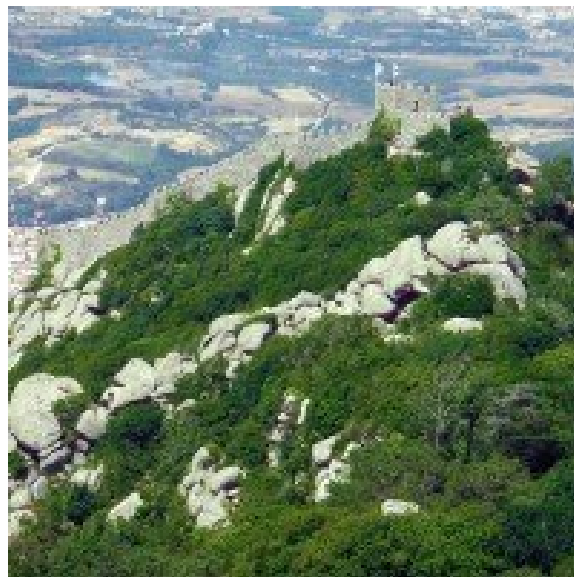
## Sintra

***Chega-se de comboio (pt-PT para “trem”), que pode ser apanhado na estação ferroviária do Rossio, no centro (Rua 1º de Dezembro, metro Rossio ou Restauradores)***

Tecnicamente não é **Lisboa**, mas é imperdível e quase sempre com temperaturas bem mais amenas, por ser na serra. Patrimônio da UNESCO, **Sintra** é um dos lugares mais bonitos de Portugal, tendo mansões e palácios com jardins espetaculares. Paradas obrigatórias são o Palácio Nacional de Sintra (logo na chegada do comboio), Quinta da Regaleira (palácio com jardim gigantesco cheio de grutas, lagos e construções estranhas com significados alquímicos e maçônicos), Palácio da Pena (arquitetura muito interessante, vista linda de qualquer ponto, considerado uma das “7 maravilhas de Portugal”) e Castelo dos Mouros (antiga construção feita nas montanhas pelos mouros na época que dominavam a região). Em Sintra também deve-se provar as Queijadinhas da Sapa e os famosos Travesseiros de Periquita (sim, é esse o nome mesmo), doces típicos da região. A viagem até **Sintra** é curta (menos de uma hora de Lisboa) e o comboio tem ar condicionado. Para ver tudo com calma, pode ser interessante reservar uns dois dias só para **Sintra**.



Quinta da Regaleira, em Sintra. Grandioso palácio cercado por um imenso jardim com várias grutas e monumentos.



Castelo dos Mouros, visto do Palácio da Pena.



Palácio da Pena.  
Arquitetura deslumbrante e  
vistas espetaculares.

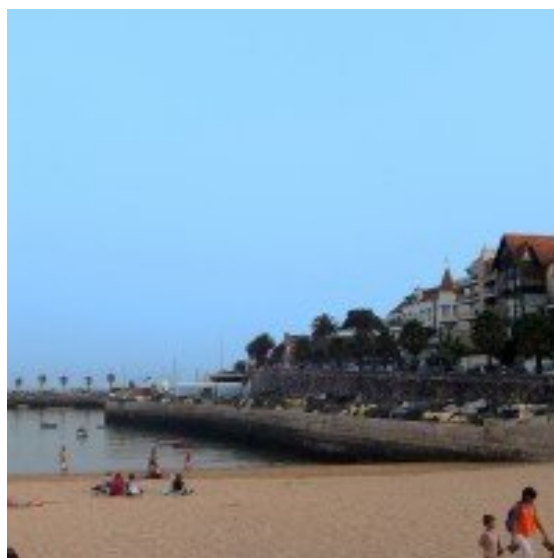


No centro de Sintra  
encontram-se os  
travesseiros de Piriquita  
(sim, você leu certo),  
tradicionais doces da  
região. As Queijadas da  
Sapa também são  
imperdíveis.

# Cascais

***Chega-se de comboio (trem), que pode ser apanhado no Cais do Sodré (metro Cais do Sodré)***

**Cascais** é uma badalada cidadezinha praiana bem próxima a **Sintra** e **Lisboa**. É um dos lugares mais ricos de **Portugal**, com um belo centro histórico, praias, natureza e uma vida noturna sofisticada. O centro histórico inclui museus, restaurantes e uma marina. Não muito longe há a famosa Boca do Inferno, uma espécie de buraco feito na pedra pela força das ondas, e a Praia do Guincho, muito popular com surfistas. Caminhando ao longo da praia a partir de **Cascais** também é fácil de chegar em Estoril, onde há um famoso cassino. É importante notar que Cascais costuma ser um pouco mais cara do que **Lisboa** (apesar de ainda barata se comparado com o resto da Europa).



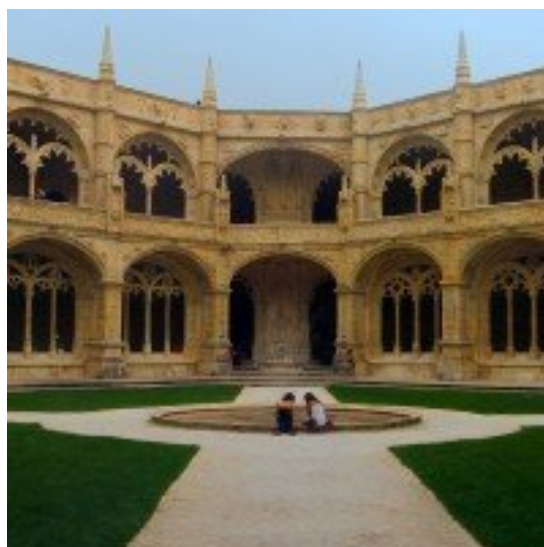
Pequena praia no centro de Cascais.

## **Outras dicas, para caso de desespero**

Para caso de desespero extremo, sempre é possível improvisar um banho na fonte, seja no Mosteiro dos Jerónimos, em Belém, ou na frente do Convento do Carmo, no centro de **Lisboa**.



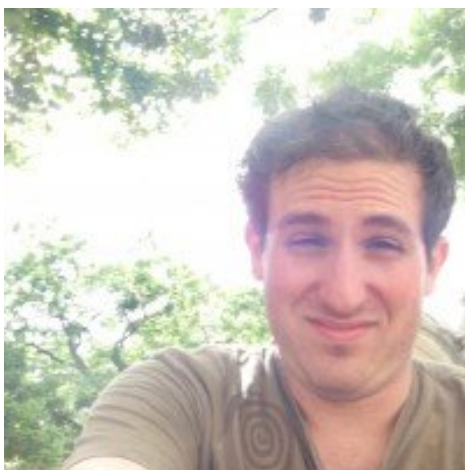
Fonte na frente do Convento do Carmo, no centro de Lisboa. Em caso de desespero, encha garrafas com água e despeje sobre o corpo. Não é nada glamuroso, mas funciona.



Fonte no centro do Mosteiro dos Jerônimos, em Belém. Não sei se é oficialmente permitido, mas é normal ver turistas colocando os pés na água para se refrescar.

## Para encerrar:

Uma foto (selfie?) de vosso escriba torrando em frente ao Convento do Carmo esperando uma amiga retornar com um novo par de havaianas após ter arreventado as que estava usando até então.



Vosso escriba torrando  
no ardente sol  
lisboeta.