

Porque é que muda a hora?

No último domingo de outubro, a União Europeia irá novamente mudar a sua hora, atrasando os relógios uma hora: em Portugal Continental e na Madeira, às 02:00, atrasaram-se os relógios para a 01:00, enquanto que nos Açores, à 01:00 volta a ser meia-noite.

A questão que se coloca sempre nestas alturas é: “Porque é que a hora muda?”



Em língua inglesa a hora de verão é conhecida como “*Daylight Savings Time*”, algo que se pode traduzir como “*tempo de poupança de luz do dia*”. Assim, o propósito da hora de verão, seria o de promover um melhor aproveitamento da luz do dia, levando a uma, eventual, poupança de energia. Este procedimento leva as pessoas a levantarem-se uma hora mais cedo, aproveitando assim as primeiras horas de luz após o nascer do Sol. De forma semelhante, após o pôr do Sol, a população deita-se, em média, uma hora mais cedo, permitindo a poupança de energia.

Em 1907, William Willett (bisavô do vocalista dos *Coldplay*, Chris Martin), publicou “*The Waste of Daylight*”, um panfleto onde afirmava que “*Enquanto estamos a dormir, o Sol ilumina a Terra durante várias horas*”, pelo que só sobra “*um breve período, quando a luz do dia começa a desaparecer, que podemos aproveitar para lazer*”.

A mudança viria a ser adotada, cerca de 10 anos mais tarde, durante a 1ª Guerra Mundial, primeiro pela Alemanha e depois pela maioria dos países envolvidos na Guerra. Numa altura em que o carvão era a principal fonte de energia, havia a necessidade de reduzir o uso de luz artificial, para poupar o precioso combustível necessário para o esforço de guerra. Nessa altura, houve, de facto, uma poupança de energia.

Como o eixo de rotação da Terra é inclinado em relação ao plano do Sistema Solar, mais perto do Equador, a duração do dia muda muito pouco ao longo do ano, pelo que não há necessidade de mudança, para melhor aproveitar o tempo em que o Sol está acima do horizonte. Conforme nos afastamos do equador, a duração do dia aumenta no verão e diminui no inverno, pelo que a mudança realmente maximiza o aproveitamento da luz do dia. Contudo, conforme nos aproximamos dos polos, a mudança volta a não ser vantajosa. Por exemplo, na região de Svalbard, na Noruega, com uma latitude de cerca de 80° norte, desde o fim de abril e até ao fim de agosto, o Sol nunca se põe e, desde o início de novembro até meados de fevereiro, o Sol nunca nasce! Adiantar ou atrasar a hora torna-se, assim, inútil. Assim, só para as latitudes médias, nem demasiado perto do Equador, nem demasiado perto dos polos é que a hora de verão significa uma verdadeira “*poupança de luz do dia*”.

Em 1996, a União Europeia, através da Comissão da Hora, decidiu padronizar a hora de verão entre os Estados-membros. Deste modo, todos os países da União Europeia (e por arrasto, os restantes países europeus, com algumas exceções, como a Islândia e a Rússia) concordaram em implementar a hora de verão.

A convenção é de avançar os relógios 60 minutos à 01:00 UTC (Tempo Universal Coordenado) do último domingo de março e voltar a atrasá-los 60 minutos, quando for 01:00 UTC (2:00 em Portugal Continental) do último domingo de outubro. Note-se que o facto de se ter escolhido 01:00 UTC para a mudança, e não meia-noite, é para evitar que haja lugar a uma mudança de data. Em 2018, o Parlamento Europeu lançou um inquérito online para determinar se os cidadãos da União Europeia preferiam manter ou terminar com a mudança de hora. Apesar da maioria dos votos ter sido a favor de acabar com a mudança da hora, a verdade é que só 0,85% dos Europeus votaram neste inquérito, dos quais quase 70% eram alemães. O voto alemão é compreensível: no dia do solstício de verão, Berlim tem mais duas horas de luz do dia do que Lisboa, enquanto no solstício de inverno, o dia dura menos duas horas do que na capital portuguesa, com o Sol a nascer por volta das 8h15 e a pôr-se antes das 16h00. Assim se explica que, na Alemanha, a mudança é irrelevante em termos de aproveitamento de luz solar.

Baseado nos resultados deste inquérito, em 2019, o Parlamento Europeu votou para terminar a mudança da hora, em 2021. No entanto, o Conselho da União Europeia exigiu que a Comissão Europeia elaborasse um estudo do impacto detalhado que o fim da mudança acarretaria, que ainda está por elaborar.

Existem outros estudos que analisam, o impacto no consumo de energia, o número de acidentes rodoviários, as perturbações do ciclo circadiano (o nosso relógio biológico), o impacto na economia e, até, o simples bem-estar da população: uns apontam para vantagens em manter a mudança (por exemplo, sair para a escola ainda de noite, no pico do inverno, aumenta a hipótese de atropelamento das crianças), outros mostram vantagens em manter a mesma hora durante todo o ano (o stress da mudança pode ser nocivo para a saúde de pessoas imunodeprimidas ou com doenças de sono) e há outros que afirmam não haver qualquer diferença entre manter ou não a mudança.

Em Portugal, a Comissão Permanente da Hora é o órgão consultivo do Governo da República, que *“tem por finalidade estudar, propor e fazer cumprir as medidas de natureza científica e regulamentar ligadas ao regime de hora legal e aos problemas da hora científica”*. Em 2018, a propósito do inquérito online do Parlamento Europeu, esta Comissão elaborou um parecer sobre o fim da mudança da hora. Esta Comissão conclui que *“nenhuma das hipóteses sem Hora de Verão é uma boa solução para o país, sendo a escolha UTC+1 a pior delas”*. Manter UTC+1 corresponderia a manter permanentemente a hora de verão, algo semelhante ao que aconteceu entre 1992 e 1996, durante o governo de Cavaco Silva, quando Portugal adotou o fuso horário CET (*Central European Time*), o mesmo que o resto da Europa. Nessa altura, no pico do inverno, o Sol nascia por volta das 9h00. A justificação dada é que, embora pequena, *“existe poupança de energia e as perturbações do sono provocadas pela mudança para a hora de verão são mínimas”*.

No entanto, em 2021, um conjunto de peritos assinou a *“Declaração de Barcelona sobre as Políticas do Tempo”* sustentando que se deve acabar com a mudança pois esta *“não tem efeitos significativos na poupança energética, na saúde, na economia, na segurança e no meio ambiente”*.

Concluindo: ganhamos alguma coisa com a mudança? A resposta é, infelizmente, “nim”...!

Adaptado de Newsletter Planetário do Porto