



# PASTORAL DA CRIANÇA

Para que todas as crianças tenham vida e a tenham em abundância (Jo 10,10)

## Entrevista com Regina Reinaldin – A criança e a higiene doméstica

A cada 15 segundos, uma criança morre de doenças relacionadas à falta de água potável, de saneamento e de condições de higiene no mundo, segundo o Fundo das Nações Unidas para a Infância (Unicef). Em todo o mundo, aproximadamente 2 mil crianças, com menos de 5 anos, morrem diariamente devido a doenças diarreicas e cerca de 1.800 dessas mortes estão ligadas a essas três questões (água, saneamento e higiene). Boas condições de higiene não só ajudam a prevenir doenças, mas aumentam de modo significativo a qualidade de vida das pessoas.



Quando falamos de higiene, precisamos ver as questões externas, como a coleta adequada do lixo, o acesso a água de boa qualidade, o saneamento básico. É também necessário ver as questões internas, aquelas que estão dentro da nossa casa, como a limpeza do ambiente, o cuidado com os alimentos, com as roupas e com a higiene corporal. Cuidar da higiene é tarefa conjunta: envolve os poderes e as políticas públicas, mas também envolve cada membro da família. Nesse espaço, você vai encontrar dicas simples de como melhorar as condições de higiene da sua casa, o que trará grandes benefícios na vida de seus filhos e de toda a sua família.

Sobre a importância da higiene doméstica, especialmente no cuidado com as crianças, confira a entrevista com Regina Reinaldin – enfermeira da coordenação nacional da Pastoral da Criança.

### Qual é a importância da higiene como melhoria na qualidade de vida das crianças?

A higiene é um conjunto de cuidados que as pessoas devem ter com o seu corpo para ter melhores condições de vida. Alguns cuidados, como: lavar as mãos quando chega da rua, depois de usar o sanitário, antes de comer; escovar os dentes; usar calçados; usar roupas limpas; limpar o nariz; e cortar as unhas, são exemplos desses cuidados.

## Como a falta de saneamento básico influencia a mortalidade e as doenças das crianças?

A água contaminada e o contato com o esgoto produzem doenças, como: diarreia, hepatite, cólera, infecções de pele, verminoses. A ausência de cuidados com o saneamento também favorece a criação de mosquitos e ratos, que são transmissores de outras doenças, como: dengue, febre amarela e leptospirose. Por isso, todos temos que nos preocupar com o saneamento básico e o destino correto do lixo.

## Uma criança, antes dos seis anos, não consegue cuidar da própria higiene. Nesses casos, como a família deve agir?

Ajudar e ensinar a criança com os bons hábitos de higiene. E acompanhar a criança na hora de lavar as mãos, de escovar os dentes, de tomar o banho, de se limpar após usar o banheiro. Enfim, cuidar da sua higiene.

## A higiene da casa e dos filhos é tarefa da família, não é mesmo?

Sim. Como sabemos, até hoje, a responsabilidade dessas tarefas era da mulher. Mas, graças a Deus, isso está mudando. Hoje, o cuidado com a casa, com a higiene das crianças é um projeto familiar e comunitário. As famílias dividem as tarefas entre si para manter a casa limpa. Isso também ajuda a lutar por conquistas importantes na comunidade, na questão de higiene, que vai trazer mais saúde.

## Outro assunto importante é que a falta de higiene no preparo e no armazenamento dos alimentos pode causar intoxicação alimentar e outras doenças. Que cuidados a família tem que ter com isso?

A regra número um é lavar sempre as mãos antes iniciar o preparo dos alimentos. Outras dicas importantes são: deixar sempre os ralos fechados e as janelas devem possuir telas – qualquer fresta ou buraco deve ser tampado para evitar a entrada de ratos, baratas e outras pragas. Lembre de lavar muito bem os utensílios após o seu uso. Não preparar a comida com muita antecedência e não deixar os alimentos prontos sob temperatura ambiente por mais de duas horas. Os alimentos frios, como saladas e sobremesas, devem ser servidos e armazenados sob a temperatura da geladeira. Os alimentos quentes devem ser servidos bem quentes e depois de terminar a refeição, guarde imediatamente as sobras na geladeira. Além disso, os alimentos não devem ficar armazenados junto com produtos de limpeza.

Uma das ações que está trazendo grandes resultados para a saúde da família e, principalmente, da criança é a coleta seletiva do lixo. Como está acontecendo isso?

Já estamos fazendo grandes progressos. Estamos reciclando, separando lixo. Mas, para criar hábitos, às vezes leva um tempo. O certo é que já não estamos mais vendo pessoas jogando sofá ou colchão velho nos rios, poluindo a natureza.

A higiene do ambiente de onde se vive é muito importante. Quais são as suas dicas sobre isso?

A mãe é o primeiro ambiente de higiene para o filho. A gestante que cuida da higiene, ajuda a prevenir infecções e doenças advindas da falta de higiene. A importância da higiene do recém-nascido, as vacinas, saúde bucal, tomar água fervida ou filtrada, fazer a higiene dos alimentos, deixar os animais fora de casa, manter o ambiente em volta da casa limpo.

A Pastoral da Criança tem uma campanha chamada “Lavar as Mãos”. Qual a importância desta campanha?

A campanha “Lavar as Mãos” serve para orientar sobre a higiene das mãos. Os maiores focos de doenças estão relacionados com a exposição a ambientes sujos, com lixo, esgoto a céu aberto e em contato com os animais. O hábito de lavar as mãos pode reduzir pela metade o número de pessoas com doenças infecciosas, principalmente em crianças.

Esta entrevista é parte do Programa de Rádio Viva a Vida da Pastoral da Criança.  
Programa de Rádio 1252 - 05/10/2015 – A criança e a higiene doméstica