



PASTORAL DA CRIANÇA

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

Entrevista com Regina Reinaldin – Infecções respiratórias agudas

As infecções respiratórias agudas são um dos principais problemas de saúde entre as crianças menores de cinco anos. Como prevenir essas infecções é o tema da entrevista com Regina Reinaldin, enfermeira que compõe a equipe técnica da coordenação nacional da Pastoral da Criança.

Quais são as doenças respiratórias agudas mais frequentes nas crianças? Que orientações bem práticas, as famílias podem seguir para a prevenção dessas doenças?



As mais frequentes são: rinites alérgicas, asma, sinusite, bronquites crônicas, enfisemas e pneumonias. Todos nós devemos evitar permanecer em locais fechados com fumaça de cigarro; fumaça do fogão à lenha; tomar a vacina contra a gripe todos os anos antes do inverno chegar; manter a casa sempre limpa, retirando toda a poeira do chão, dos móveis e objetos; lavar regularmente, os tapetes, as cortinas; e trocar toda a roupa de cama uma vez por semana.

Um dos cuidados é evitar que a criança fique com o nariz entupido. Como se pode fazer isso?

A primeira providência, que toda mãe deve tomar, é dar de mamar para o bebê. O aleitamento materno oferece maior resistência à criança. Sabemos que as doenças respiratórias são provocadas por fungos, bactérias, ácaros. Então, devemos evitar os bichos de pelúcia, tapetes e cortinas, porque é aí que ficam escondidas essas pragas. Para ajudar desobstruir o nariz da criança, podemos fazer uma inalação simples, na

hora do banho, porque o vapor vai ajudar a limpar o nariz do bebê. Às vezes, o ar vai ficar muito seco no quarto. Então, é importante colocar um balde de água para que melhore a umidade do ar. Outra receita importante é o uso do soro fisiológico: água e sal, que vai ajudar a limpar o nariz da criança.

E em caso de febre?

Para baixar a febre, uma dica importante é enrolar uma toalha úmida no corpo da criança. Também podemos colocar a criança debaixo do chuveiro e deixar a água morna escorrer por bastante tempo. Mas, caso a febre insista em aumentar, é importante levar a criança, imediatamente, ao Serviço de Saúde.

Normalmente, a criança com infecção respiratória não tem apetite, não quer comer. O que fazer?

Para isso, é necessário que você - mãe, pai, avó ou familiar - anime a criança a comer. Podemos oferecer às crianças os seus alimentos preferidos, desde que sejam saudáveis, de boa digestão, fáceis de mastigar e engolir. Por exemplo: arroz cozido, omeletes, massas, purês e sopas.

Nós sabemos que muitas famílias ainda dão chás e remédios para as crianças, por conta própria. Qual é o perigo disso?

Isso é errado. Porque o uso dos medicamentos sem serem receitados pelo médico podem agravar a doença, comprometer o tratamento, a pessoa pode ter reações alérgicas a esse medicamento e o mais grave: pode levar à morte.

A gente sabe que uma infecção pode começar na garganta, passar para o ouvido, até se tornar uma pneumonia. Por que acontece isso?

Muita gente pensa que as infecções respiratórias agudas vão se curar sozinhas e vão dando chazinhos. Só que essa infecção vai aumentando: da garganta passa para o ouvido, passa para os pulmões. E a criança não se cura, ao contrário, piora. Quando vai levar para o posto de saúde, já é tarde. Por isso, é importante ficar atento aos sinais e levar, o quanto antes, para o médico avaliar.

E quando a criança vomita muito?

O importante é a reidratação. Tem que tomar muito líquido. O soro caseiro é uma ótima opção.

Manter a vacinação em dia também é muito importante na prevenção das doenças respiratórias agudas, não é mesmo?

Sim. Vacinando seu filho você está protegendo ele. A vacina é para reduzir as complicações, internamentos e a mortalidade por consequência dessas doenças.

E se a criança já está com a infecção respiratória, como se deve proceder?

Se a criança não recebe o tratamento certo e a tempo, ela pode morrer. Por isso, quando a criança apresentar infecção respiratória, a mãe, o pai, a família, deve levar ao médico o mais rápido possível e continuar amamentando seu filho. Dar os medicamentos na dose, nos horários e no tempo recomendado pelo médico.

Também tem as crianças que passam boa parte do dia na creche. Quais são os cuidados principais que os responsáveis de uma creche devem ter para evitar as infecções respiratórias?

Sempre prestar atenção se tem salas ventiladas; atividades externas, ao ar livre; evitar o uso das chupetas; oferecer líquidos com frequência; respeitar a criança quanto ao repouso e as atividades; cuidar da higiene; lavar sempre os brinquedos com água e sabão.

Esta entrevista é parte do Programa de Rádio Viva a Vida da Pastoral da Criança.
Programa de Rádio 1240 - 06/07/2015 – Infecções respiratória agudas