

Crianças são principais vítimas

As crianças são as primeiras a sofrer com a seca neste período; das mais de 4 mil crianças que chegam mensalmente ao setor de emergência do Hospital Regional da Asa Sul (HRAS), pelo menos 2.800 apresentam problemas pulmonares. Isto representa 70% do atendimento na emergência. Em épocas normais, este índice não ultrapassa os 40%, informou o chefe da unidade de pediatria do HRAS.

A baixa umidade do ar, associada a fatores como a poeira, é responsável pela grande incidência de infecções respiratórias agudas. A gripe é a virose mais freqüente, mas o caminho para se contrair uma pneumonia ou bronquite, se os cuidados necessários não forem tomados, é rápido, principalmente no caso dos bebês.

O nariz funciona como uma barreira para a entrada de bactérias e vírus no organismo. Em condições atmosféricas favoráveis, o ar entra aquecido e hidratado para os

pulmões. A umidade do ar, quando cai, é um agressor da mucosa, que fica irritada pela desidratação. O caminho fica livre para o vírus. Ele chega ao organismo alterando suas condições de defesa e, se encontra ali outros microorganismos estranhos, provoca a evolução de doenças mais graves.

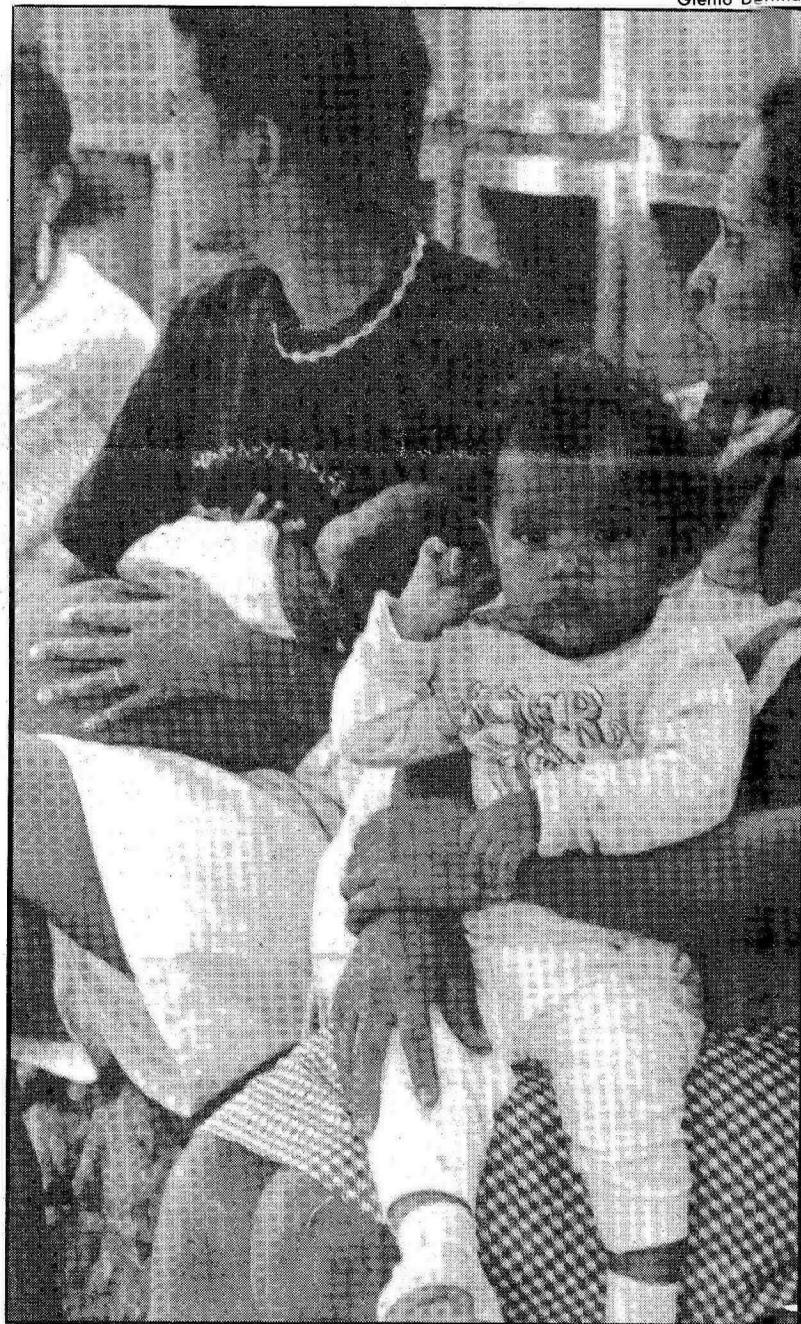
As condições de temperatura e umidade relativa do ar mais satisfatórias para o organismo são, respectivamente, em torno de 25 graus e de 55%, índices registrados no verão. A umidade do ar, neste mês, está pouco acima dos 30%. Portanto, é aconselhável cuidados como a ingestão maior de líquidos e umidificação do ambiente. A atenção deve ser dobrada em relação às crianças e em caso de doenças, alerta o pediatra Aluizio Coutinho. As mães devem recorrer primeiramente aos centros de saúde, que são capacitados para tratamento da maioria das doenças respiratórias, inclusive a pneumonia. (C.C.)

COMO ENFRENTAR A SECA

- em casa, principalmente à noite, umidificar o ar, com vasilhas com água e panos molhados em camas e berços, ou usar umidificadores
- beber pelo menos dois litros de água ou oito copos por dia
- evitar exercícios cansativos ao sol no período das 10h00 às 16h00
- proteger a pele com cremes hidratantes, para evitar os processos alérgicos

cuidados especiais com crianças

- usar soro fisiológico nas narinas várias vezes ao dia
- dar banhos mais frios. Evitar o uso exagerado de sabonete, pois ele tira a proteção natural da pele.
- dar água e sucos à vontade.



No HRAS cresce número de crianças com problema respiratório