

# Hospitais cheios

*DF - SAÚDE*

**INTERNAÇÕES DEVIDO A PROBLEMAS RESPIRATÓRIOS, COMO RINITES, SINUSITES, BRONQUITES E CRISES ASMÁTICAS, AUMENTARAM EM PELO MENOS 30%, NA REDE PÚBLICA DO DF, COM A CHEGADA DO INVERNO**

Danielly Viana

O frio e a seca chegaram e, junto com eles, os problemas do sistema respiratório. O número de internações nos hospitais do Distrito Federal já elevou em, pelo menos, 30% e a tendência é que esse percentual cresça ainda mais devido ao inverno. Com apenas 4 anos de idade, Lucas Ferreira de Sousa sabe muito bem o que esse tempo quer dizer: internações, febres altas e as constantes crises de bronquite. Dessa vez, o problema de saúde se agravou ainda mais e levou o menino franzino a ter convulsões e começo de pneumonia. Júlio César Querido Maia Matheus, 8 meses, teve mais sorte. Apesar de não conseguir dormir à noite devido a um resfriado e congestionamento no peito, o bebê só precisa fazer nebulização.

De acordo com a gerente da emergência do Hospital Regional de Taguatinga (HRT), a médica Adriana Maria Perez Portilho, as doenças mais comuns nesse período são rinites, sinusites, asmas, bronquites, resfriados mais severos e pneumonias que normalmente acometem mais as crianças e idosos. "O pico da seca acontece em agosto e os hospitais tendem a ficar mais cheios com pacientes doentes com problemas respiratórios", diz. Na pediatria do Hospital Regional de Ceilândia não é diferente: 90% dos atendimentos se resumem a doenças respiratórias.

A rinite alérgica caracteriza-se pela secreção nasal e ocular. Normalmente as pessoas com essa doença tendem a ficar, nesta época do ano, com sinusite. De tanto espirrar e ter secreções no nariz, acabam por contraírem infecções bacterianas. "A sinusite é a infecção nos seios da face e na testa. Quando se tem rinite, a secreção obstrui a região da face e as bactérias causam a sinusite", explica a médica. Essa doença ainda provoca dores de cabeça intensas, embaixo dos olhos, na testa, mau hálito e pode causar febre.

Para a aposentada Maria da Paz de Jesus, 64 anos, fugir da cidade é o melhor remédio para evitar as crises de bronquite as-



**Com a seca, pacientes reclamam de sangramento pelo nariz**

mática, que pioram nessa época do ano. "Comprei um imóvel em João Pessoa para passar o inverno. Fiz esse investimento para evitar gastos com hospedagem em hotéis", conta. A médica do HRT informa que a asma também é uma doença respiratória que atinge grande parte dos pacientes. Segundo ela, o mal pode causar falta de ar leve ou intensa que justifique internação e até mesmo idas à Unidade de Terapia Intensiva (UTI).

Outra reclamação dos pacientes são os constantes sangramentos pelo nariz. A própria alergia faz com que a mucosa nasal fique mais sensível e fina, rompendo os pequenos vasos com facilidade. Isso ocorre normalmente no período mais seco do dia, entre às 10h e 15h. Para melhorar, é indicado baixar a cabeça para deixar o sangue cair e colocar uma bolsa de gelo

em cima do nariz. Se isso não funcionar, a pessoa deve procurar orientação médica. "Para evitar o sangramento, deve-se manter a mucosa nasal umedecida com soro fisiológico", comenta a médica.

Quem tem doenças alérgicas dificilmente ficam curadas. Aumentar a ingestão de líquidos hidrata o organismo e ameniza os efeitos. Ambientes limpos e umidificados também podem aliviar as crises alérgicas. De acordo com o Instituto Nacional de Meteorologia (Inmet), até o mês de setembro há possibilidade de os índices de umidade do ar e temperatura caírem ainda mais. A umidade mínima deve oscilar entre 15% e 18%. O inverno no Distrito Federal é marcado por altas temperaturas pela manhã e baixas à noite e umidade reduzidas nas horas mais quentes do dia.

## CUIDADOS:

- Manter o ambiente livre de poeira;
- Beber bastante líquido para hidratar o organismo;
- Evitar cortinas e carpetes, porque acumulam muita poeira;
- As fronhas dos travesseiros devem ser trocadas diariamente. Prefira travesseiros de espuma aos de penas e edredons no lugar de mantas ou cobertores de lã;
- Evitar usar talcos, perfumes e o contato com brinquedos de pelúcia, animais de pêlos e penas;
- Evitar ambientes com cheiro de tintas, colas, materiais de limpeza.

## ENTENDA AS DOENÇAS:

- Rinite – É um processo irritativo das vias nasais. Caracteriza-se por coceira nas narinas, espirros e secreção com muco;
- Sinusite – É uma infecção causada por germes que se alojam nas cavidades dos ossos da face. A sinusite é a infecção nos seios da face e na testa. Quando se tem rinite, a secreção obstrui a região da face e as bactérias causam a sinusite;
- Asma ou bronquite – Obstrui e dificulta a passagem de ar pelas vias respiratórias causando falta de ar. As crises mais fortes podem levar a internações;
- Pneumonia – É um processo inflamatório dos pulmões e pode ser causado por vários tipos de microrganismos. Há tratamento específico para cada um deles. Caracteriza-se por falta de ar, fraqueza e febre alta.