PASTORAL DA CRIANÇA

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

Entrevista – Anemia

Regina, explica pra gente o que é anemia?

E quando o sangue se encontra com pouco volume de glóbulos sanguíneos. Esse baixo teor é causado pela falta de nutrientes essenciais para o desenvolvimento do corpo humano.

É quais são os principais tipos de anemia, Regina?

A anemia ferropriva, que é anemia causada pela falta de ferro no sangue, é conhecida como sangue fraco. Isso acontece quando o sangue é perdido ou destruído mais depressa do que o corpo consegue repor. Outro tipo de anemia é anemia falciforme, doença genética em que os glóbulos vermelhos tem um formato anormal. E anemia Fanconi que é uma forma rara de anemia que afeta crianças e adultos.

Regina o que é talassemia? Explica para gente

A talassemia, também conhecida como anemia do mediterrâneo, é uma doença hereditária trazida para o Brasil pelos habitantes dos países banhados pelo Mar Mediterrâneo: portugueses, espanhóis, italianos, gregos, egípcios, Libaneses. Sua principal característica é a produção diferente de hemoglobina, uma proteína do sangue responsável pelo transporte do oxigênio para todos os tecidos do organismo.

E quais são as consequências da anemia para criança, Regina?

A anemia se não tratada pode ter complicações como tontura junto com sensações de fadiga, taquicardia e arritmia, comprometimento do crescimento, parar de ganhar peso e infecções de repetição.

Regina como perceber se a criança está com anemia?

Normalmente os sintomas mais comuns são o cansaço, a fraqueza e o mal estar, e os sinais de anemia são pele pálida e transparente, palidez dentro das pálpebras, gengivas pálidas, unhas esbranquiçadas, fraqueza e cansaço. Se a anemia for muito forte a criança pode ficar com o rosto e os pés inchados, batimentos rápidos do coração e respiração curta. As crianças e adultos que gostam de comer terra, geralmente, são anêmicos.

E o que nós devemos fazer se a criança apresentar esses sintomas que você acabou de falar, Regina?

O tratamento da anemia é diretamente determinado pela doença de base que provocou a falta de produção ou destruição das hemácias, então levar a criança ao médico para fazer os exames e assim confirmar se é ou não anemia.

E agora, Regina, o mais importante: como prevenir a anemia ?

Primeiro o aleitamento materno exclusivo até o sexto mês, só no peito, sem água, sem chá, sem suco, sem fruta, sem salgadinhos, só o leite do peito. As gestantes têm um risco aumentado, então devem ter uma alimentação saudável e tomar o suplemento de ferro, que o ministério da saúde recomenda desde o início da a gestação até o terceiro mês pós parto.

Normalmente a gente sabe que a anemia é causada pela falta de ferro no sangue. Regina, o ferro é encontrado em que tipo de alimentos?

O ferro ou sulfato ferroso é indispensável para a formação do sangue, a sua falta causa anemia. O ferro existe, no caldo de carne ou galinha, no fígado, rins, chorizo, carne de vaca, carne de galinha, no feijão, lentilhas, castanha-do-pará, amendoim, figo seco, uvas passas, e verduras de folhas verde-escuras.

A gente vê muitas propagandas de remédios e fortificantes para combater a anemia. Regina, as mães podem dar esses remédios por conta própria para as crianças?

Não. Se a criança não tiver a quantidade necessária de ferro no seu organismo, só o exame pode descobrir isso. Leva criança ao médico, ele vai pedir o exame de sangue para descobrir se a criança tem anemia ou não. Você não deve dar remédio por conta própria, porque pode trazer consequências graves para a criança.

Entrevistado(a) Irmã Veneranda Alencar
Coordenadora Nacional da Pastoral da Criança

Irmã veneranda, qual é a sua mensagem para o nosso programa de hoje.

A base de todo trabalho da Pastoral da Criança é a família, o trabalho do líder comunitário é o de acompanhar gestantes e crianças de até seis anos de idade em suas comunidades, ensinando as mães e demais familiares ações básicas de saúde, nutrição e educação, envolvendo especialmente o acompanhamento nutricional e o desenvolvimento integral da criança além de outros cuidados. A Pastoral da Criança está procurando aumentar sua divulgação junto ao Jovem de nossas comunidades, já são muitos os jovens que são líderes e até missionários leigos da pastoral da criança. Se você que está me ouvindo agora quiser ser líder da Pastoral da Criança procure a paróquia mais próxima de sua casa e peça informações. Venha fazer parte desta grande família que tem como principal missão salvar vidas.

Entrevistado(a) Irmã Vera Lúcia Ribeiro
Coordenadora diocesana da Pastoral da Criança de Formosa, Estado de Goiás

Irmã Vera Lúcia, como é que vocês orientam as famílias sobre a importância de prevenir a anemia?

A primeira coisa que a gente conversa com as mães orienta ver com elas como é o tipo de alimentação que ela oferece também aos seus filhos. Comendo bastante legumes e verdura, onde tem bastante vitaminas, proteínas, ferro, e isso elas podem conseguir também fazendo uma horta caseira entende, esses próprios alimentos em casa, ou procurando no bairro as hortas também comunitárias.