



# PASTORAL DA CRIANÇA

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

## Entrevista com Regina Reinaldin – Doenças respiratórias

As doenças respiratórias podem afetar tanto as vias aéreas, como o nariz, a laringe, a faringe, a traqueia e os pulmões. Elas podem ser agudas ou crônicas, dependendo da duração e do tratamento necessário. Como provocam irritações e inflamações em todo o sistema respiratório, podem também obstruir as vias aéreas e dificultar a respiração. As mais comuns na infância, que podem variar de leves a graves, são: gripes, resfriados, amigdalites, laringites, popularmente conhecidas como dores de garganta. Também incluem sinusites, rinites, otites, bronquites, asma e pneumonia, esta última sendo a mais grave de todas. Para discutir sobre essas doenças respiratórias, cuidados e prevenção, convidamos Regina Reinaldin, Enfermeira da Coordenação Nacional da Pastoral da Criança.

### **ENTREVISTA COM:**

**Regina Reinaldin, Enfermeira da  
Coordenação Nacional da Pastoral  
da Criança.**

### **Regina, o que são doenças respiratórias?**

São doenças que afetam o sistema respiratório, como nariz, laringe, faringe, traqueia e pulmão. Elas podem ser agudas ou crônicas, dependendo da duração e do tempo de tratamento.

### **Regina, o que provoca tanta doença respiratória nas crianças?**

As doenças respiratórias podem ser causadas por diversos fatores, internos ou externos. Então, essas doenças, normalmente, estão diretamente ligadas ao nosso estilo de vida e à qualidade do ar que respiramos. Como por exemplo: poluição do ar, ambiente com pouca ou sem circulação de ar, produtos químicos, ácaros, fumaça, animais de estimação, fungos, entre outros.



## **Regina, quais são as principais doenças respiratórias agudas nas crianças?**

Então, as principais são: gripes, resfriados, amigdalites, laringites, que são as famosas dores de garganta. Temos também as sinusites, rinites, otites, bronquites, asma e a pneumonia, que é a mais grave de todas.

## **Como a família pode perceber que a criança está com uma doença respiratória?**

A família deve observar o comportamento da criança. Se ela está mais caidinha, não quer brincar, não quer comer, apresenta tosse, coriza, dor de cabeça e febre, falta de ar, chiado no peito, dor de garganta e dor para engolir, entre outros, é sinal de que algo não está bem. Os sintomas podem variar de uma doença para outra e de uma criança para outra.

## **Regina, que sinais indicam que é preciso levar a criança ao médico?**

A família deve prestar atenção aos sinais de alerta na criança, tais como: febre, mal-estar, tosse, dor torácica, catarro, dor de ouvido, dor abdominal e ruídos ao respirar. Se tiver esses sintomas, deve levar a criança ao serviço de saúde o mais rápido possível.

## **Regina, como a família pode prevenir essas doenças respiratórias e que cuidados deve ter dentro de casa?**

A prevenção é muito importante. No caso de bebês com menos de 6 meses, é preciso evitar o contato com pessoas doentes e aglomerações de pessoas, onde pode ter maior incidência de transmissão dessas infecções. É preciso também aumentar os cuidados de higiene com os bebês. Lavar sempre bem as mãos, manter o ambiente arejado e o aleitamento materno exclusivo. É preciso evitar a fumaça de cigarro, pois a fumaça é extremamente prejudicial para o sistema respiratório das crianças. Cuidar com a hidratação. É preciso manter uma alimentação saudável, dormir bem e estar com a vacinação em dia. Estes são alguns cuidados essenciais para prevenir doenças respiratórias para todos, especialmente para as crianças.

## **Qual é a importância das vacinas na prevenção das doenças respiratórias?**

A importância da vacinação não está somente na proteção individual, mas porque ela evita a propagação de doenças. As vacinas têm o benefício de reduzir hospitalizações e doenças respiratórias. É muito importante que a família mantenha sempre atualizado o cartão de vacinas da criança.

## **Uma das doenças respiratórias mais perigosas é a pneumonia. Regina, qual é a gravidade dessa infecção e como preveni-la?**

A pneumonia é uma infecção respiratória grave. Se a criança não receber o tratamento certo e a tempo, pode morrer. A pneumonia é mais perigosa nos bebês com menos de dois meses de idade, que nasceram com menos de dois quilos e meio, que não mamam no peito ou que estão desnutridos. A prevenção começa com o aleitamento materno, as vacinas em dia, o cuidado com a higiene e o tratamento rápido de outras doenças que, se não tratadas, podem levar a uma pneumonia.

## **Qual é a importância do antibiótico no combate à pneumonia e quando deve ser administrado na criança?**

Os antibióticos são substâncias capazes de eliminar ou impedir a multiplicação de bactérias. A Portaria nº 1.820, de 13 de agosto de 2009, descreve os direitos e deveres dos usuários da saúde e orienta para o tratamento no tempo certo. No caso do antibiótico, para criança com suspeita de pneumonia, o tempo certo é logo depois do diagnóstico médico, na própria Unidade Básica de Saúde. E a família deve dar os medicamentos na dose certa, nos horários e pelo tempo recomendado pelo médico. E voltar ao serviço de saúde no dia marcado ou a qualquer momento, se a criança não apresentar melhora. É muito importante completar todo o tratamento, mesmo que os sintomas tenham melhorado, para que a doença se cure por completo. É muito importante também não tomar medicamento vencido ou receitado para outras crianças ou para outras enfermidades.

## **Alguns ouvintes nos escreveram pedindo orientações sobre como combater a bronquiolite. O que é a bronquiolite e como tratá-la?**

A bronquiolite é a inflamação dos bronquíolos, que são estruturas que fazem parte dos pulmões. Eles ficam inflamados por causa do contato com o vírus. Os sintomas iniciais são: tosse, obstrução nasal, coriza, falta de ar, febre e, às vezes, chiado no peito. É preciso manter a criança bem hidratada e em repouso, além de evitar ao máximo que ela tenha contato com fumantes. Caso a criança tenha sintomas de bronquiolite, é necessário procurar o serviço de saúde, lembrando que os antibióticos não ajudam no tratamento da bronquiolite. Por isso, é preciso seguir as orientações médicas.

## **E para terminar, Regina, qual é o perigo da automedicação?**

Automedicação, ou seja, o uso de medicamentos por conta própria ou por

indicação de uma pessoa não habilitada, pode provocar lesões em órgãos, mal-estar, tonturas, desmaios, vômitos, reações alérgicas e até a morte.

**(MENSAGEM) Irmã Veneranda da Silva Alencar, da Coordenação Nacional da Pastoral da Criança.**

**Irmã Veneranda, a prevenção das doenças respiratórias é uma ação muito importante dentro da Pastoral da Criança, não é mesmo?**

Tenho certeza que vocês prestaram muita atenção às dicas e orientações que foram passadas no programa de hoje. Infelizmente, as doenças respiratórias acontecem com muita frequência na vida das crianças. A melhor maneira para evitar isso é por meio da prevenção, adotando hábitos de vida mais saudáveis e tomando certos cuidados simples, mas que podem ajudar muito na prevenção, como: manter os ambientes ventilados; lavar as mãos constantemente, principalmente quando frequentar lugares públicos, por exemplo, escolas, parques e transportes.

Mantenha a hidratação da criança, dê água, sucos naturais e chás e evite levar a criança em lugares com muita gente. Se a criança apresentar sintomas de alguma doença respiratória, mesmo com os cuidados preventivos, procure o serviço de saúde, para que a doença não se agrave. Conte também com as orientações dos líderes da Pastoral da Criança. Um abraço a todos.

**(TESTEMUNHO) Amiradi Terezinha de Jesus Marchewski. Coordenadora de Área da Arquidiocese de Curitiba, Setor Campo Largo, PR.**

**Amiradi, como vocês orientam as famílias sobre a prevenção das doenças respiratórias nas crianças?**

São tantos fatores para a manifestação de problemas respiratórios, mas o pior, infelizmente, são os fumantes que convivem com as crianças e gestantes, quando não é a própria mãe ou gestante, a fumante.

Nós orientamos sobre os grandes riscos para o bebê como: prematuridade, baixo peso, problemas respiratórios. Orientamos para abrirem as casas, para que o ar circule, e procurar manter as crianças sempre bem hidratadas, dando bastante água. Se a criança apresentar sintomas característicos de gripe, como espirros, tosse, nariz entupido ou escorrendo usar soro fisiológico para a higienização e destrancar o nariz. Se além desses sintomas a criança apresentar febre, é preciso procurar o quanto antes a Unidade de Saúde e se for diagnosticado com suspeita de pneumonia, exigir na própria Unidade de Saúde a primeira dose do antibiótico. É um direito da criança e começa a fazer efeito já em seguida.

## **(MENSAGEM) Padre Ângelo Carlesso, Vigário da Paróquia São Carlos Borromeo, Curitiba, Paraná.**

O aleitamento materno é fundamental para a prevenção de todas as formas de doenças, inclusive das doenças respiratórias. Daí a necessidade que todas as mães alimentem até o tempo que for necessário com o leite materno e nós tenhamos crianças saudáveis com um futuro cheio de esperança.

Esta entrevista é parte do Programa de Rádio Viva a Vida da Pastoral da Criança.  
Programa de Rádio 1698 - 08/04/2024 - Doenças respiratórias