



PASTORAL DA CRIANÇA

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

Gastroenterites e doenças virais

O período de calor, especialmente as férias de verão, favorece a multiplicação de vírus, aumentam a circulação de viroses respiratórias e gastrointestinais e deixando as crianças mais expostas a diversas doenças. Entre elas, estão as gastroenterites virais, provocadas por vírus como rotavírus, norovírus e adenovírus. Ambientes com grande circulação de pessoas, como praias, hotéis e piscinas, exigem ainda mais atenção das famílias.



A gastroenterite é uma infecção do intestino que provoca sintomas como diarreia, vômitos, febre, dor abdominal e perda de apetite, atingindo principalmente crianças menores de 5 anos, que se desidratam com maior facilidade. A desidratação, consequência mais grave da diarreia e dos vômitos, representa um risco importante à saúde infantil e pode evoluir rapidamente, exigindo atenção imediata das famílias.

Para entender melhor como prevenir essas doenças, reconhecer os sinais de alerta e cuidar adequadamente das crianças, acompanhe o conteúdo completo do **Programa Viva a Vida**, com orientações da médica pediatra **Dra. Ana Lea Clementino**.

Entrevista com Dra. Ana Lea Clementino, médica pediatra, líder e membro da equipe técnica da Pastoral da Criança.

Dra. Ana Lea, quais são as principais doenças que podem atingir as crianças no período de calor, durante o verão?

O calor facilita a multiplicação dos vírus. Por isso, no verão, costumamos observar um aumento importante de viroses respiratórias e viroses gastrointestinais. As mais comuns nessa época são as gastroenterites virais, causadas por vírus como o rotavírus, o norovírus e o adenovírus; as doenças respiratórias leves, como os resfriados; as enteroviroses, como a conhecida mão-pé-boca; e também as doenças transmitidas por mosquitos, que não podemos esquecer, como dengue, zika e chikungunya. O calor aumenta a proliferação do mosquito, favorecendo essas doenças.

O que é gastroenterite? Que sintomas provoca? Atinge mais crianças de que idade?

A gastroenterite é uma infecção do intestino, geralmente causada por vírus. Ela pode provocar diarreia, vômitos, febre, dor abdominal e perda de apetite. Pode atingir pessoas de qualquer idade, mas é muito mais comum em crianças menores de 5 anos, porque o sistema imunológico ainda está em maturação e elas se desidratam com muito mais facilidade.



Qual é a virose mais comum dentre as viroses gastrointestinais e qual vírus causa essa infecção?

A virose gastrointestinal mais comum durante as férias, especialmente em ambientes como praias, hotéis e piscinas, é a causada pelo norovírus. Esse vírus é extremamente contagioso. Por isso, é comum observar que, quando surge um caso em uma família, logo aparecem outros, com várias pessoas adoecendo quase ao mesmo tempo.

A desidratação é a quarta causa de morte infantil. O que é e qual é o seu perigo?

A desidratação acontece quando a criança perde mais água do que consegue reposicionar. Isso pode ocorrer rapidamente em casos de diarreia e vômitos. A grande preocupação é que as crianças pequenas se desidratam muito mais rápido do que os adultos. Quando a desidratação avança, podem surgir sinais como sonolência excessiva, diminuição da urina, boca muito seca e queda do estado geral. A criança fica mais molinha, fadigada, desanimada, para de brincar e, em casos graves, há risco de morte. Por isso, o ideal é iniciar a hidratação assim que surgem os primeiros sinais, ainda em casa.

Como prevenir as infecções gastrointestinais e virais nas crianças, especialmente durante o verão?

A prevenção é simples e envolve basicamente cinco pilares: higiene, alimentação e hidratação adequadas, vacinação, controle do ambiente e amamentação. É importante lavar as mãos sempre antes das refeições, após ir ao banheiro e depois de brincar; lavar bem frutas, verduras e utensílios; evitar alimentos crus consumidos na praia ou na rua; usar água filtrada ou fervida; tomar cuidado com gelo de procedência duvidosa durante viagens; manter a vacinação contra o rotavírus em dia, o que é fundamental para reduzir os casos mais graves; proteger os alimentos, mantendo a geladeira funcionando adequadamente; evitar exposição prolongada ao sol, pois isso aumenta a perda de líquidos; e lembrar que o leite materno, além de ser um excelente hidratante, contém anticorpos que protegem as crianças contra infecções, como as gastroenterites.

Dra. Ana Lea, existe uma forma de hidratar as crianças, que estão com diarreia ou vômito, dentro de casa?

Com certeza, e essa é uma das grandes conquistas da saúde pública no Brasil. Para hidratar em casa, utilizamos o soro de reidratação oral, recomendado pelo Ministério da Saúde e disponível nas unidades de saúde, conhecido como o “soro de pacotinho”. Ele deve ser preparado exatamente conforme as orientações do rótulo: o conteúdo do sachê deve ser dissolvido inteiro em um litro de água limpa. Não se deve fazer soro “a olho”.

Vale lembrar que a Pastoral da Criança também ensina o preparo do soro caseiro, utilizando a colher medida fornecida pelos líderes que visitam as famílias, quando o soro de reidratação oral não está disponível. Essa é uma alternativa muito importante para famílias em situação de vulnerabilidade ou com pouco acesso às unidades de saúde, até que a criança possa ser levada para atendimento médico. Além disso, para os bebês que mamam, o leite materno é a melhor forma de hidratação e deve ser oferecido com mais frequência nos casos de diarreia e vômito.

Dra. Ana Lea, que outras orientações a senhora têm para as famílias durante as férias?

Alguns cuidados simples fazem toda a diferença. É importante manter as rotinas de alimentação, sono e hidratação, mesmo durante viagens. Deve-se evitar a exposição ao sol intenso entre as 10h e as 16h, período em que o risco de desidratação e queimaduras é maior. É fundamental ter atenção redobrada com piscinas, praias e rios, nunca deixando as crianças sozinhas nesses ambientes. Observar sinais de irritação nos olhos e na pele também é importante. Na praia, sempre lavar as mãos antes de comer e evitar alimentos muito expostos. E, acima de tudo, criança com febre, diarreia ou vômito não deve ir à praia ou à piscina. Ela precisa descansar, se hidratar e evitar contaminar outras pessoas. Os líderes da Pastoral da Criança podem reforçar o que sabem fazer tão bem: orientar, visitar, acolher e acompanhar as famílias.

Mensagem da coordenadora nacional da Pastoral da Criança, Maria Inês Monteiro de Freitas.

Maria Inês, como a Pastoral da Criança orienta as famílias sobre a prevenção e cuidado das gastroenterites e doenças virais?

Este tema tem muito a ver com o início da Pastoral da Criança. Naquela época, o cenário da saúde infantil era desolador. Muitas crianças, em todo o Brasil, morriam por desidratação e outras complicações, como vômitos e diarreias. Até os hospitais tinham alas pediátricas cheias de crianças internadas recebendo soro. A mortalidade era muito alta, causada por doenças que, em muitos casos, poderiam ser prevenidas.

Foi nesse contexto que surgiu a Pastoral da Criança, com o trabalho incansável dos líderes, levando informação às famílias, ensinando a receita do soro caseiro, incentivando o acompanhamento no serviço de saúde e o cuidado com a qualidade da água e a higiene dos alimentos. Aos poucos, esse cenário foi mudando e as mortes diminuíram.

Hoje, seguimos firmes na missão de orientar as comunidades sobre a importância da prevenção e dos cuidados simples que salvam vidas, como a hidratação adequada e o acompanhamento nos casos mais graves. O uso do soro, lavar as mãos com frequência, higienizar bem os alimentos, beber água tratada, fervida ou filtrada, manter as vacinas em dia, deixar o ambiente ventilado e evitar o compartilhamento de objetos pessoais são atitudes que ajudam a reduzir as gastroenterites e as doenças virais. Com ações simples, podemos prevenir muitas doenças e evitar muitas mortes infantis.

Testemunho de Marinilza Ferreira Furtado, coordenadora diocesana da Pastoral da Criança de Cametá, Pará.

Marinilza, como vocês, líderes da Pastoral da Criança, orientam as famílias sobre a importância de prevenir as doenças gastrointestinais nas crianças?

Nós orientamos as famílias sobre a importância de oferecer bastante água ou sucos para evitar a desidratação das crianças. Quando ocorre diarreia ou vômitos, indicamos o uso do soro caseiro. Também reforçamos que a água oferecida precisa ser potável, tratada, fervida ou filtrada. Onde não há água tratada, é fundamental ferver ou filtrar. Além disso, falamos muito sobre os cuidados com os alimentos: evitar alimentos estragados, alimentos vendidos na rua e sempre observar a data de validade, pois muitas dessas doenças são causadas por alimentos contaminados.

Mensagem do presidente da Pastoral da Criança, Dom Frei Severino Clasen.

As gastroenterites e outras doenças virais são comuns, especialmente nos períodos de calor, mas muitos casos podem ser evitados com cuidados simples no ambiente familiar. A atenção com as crianças precisa ser redobrada, pois elas podem se desidratar rapidamente. É fundamental oferecer bastante líquido, cuidar da higiene das mãos, lavar bem os alimentos e manter a casa limpa e arejada. Também é preciso ter muito cuidado com alimentos de rua ou fora do prazo de validade. Com cuidados simples e atenção constante, é possível reduzir riscos, tratar de forma adequada e manter o lar mais saudável para todos. Eis a prática, eis o cuidado, eis a nossa missão: cuidar bem da higiene e da alimentação. Que Deus abençoe a todos



Esta entrevista faz parte do Programa de Rádio Viva a Vida da Pastoral da Criança.
1790 - Gastroenterites e doenças virais