



# 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 repor. 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