

06/09/2024 17:03 - Saiba como proteger a saúde das crianças no período de queimadas e clima seco



Com o aumento das queimadas em Porto Velho e o período de clima seco e quente que assola a capital rondoniense, a preocupação com a saúde respiratória das crianças torna-se ainda mais urgente.

A Prefeitura de Porto Velho, juntamente com a Secretaria Municipal de Saúde (Semusa), está comprometida em divulgar informações e promover ações de conscientização para reduzir os impactos das queimadas e do clima seco na saúde da população.

A rede municipal de saúde está preparada para atender, oferecer suporte e dar orientações adicionais à população. “Com cuidados simples e prevenção, é possível enfrentar

este período com mais segurança e saúde”, aponta a médica pediatra Lidiane Cavalcante, da UPA José Adelino, que aponta os principais cuidados que devem ser adotados para evitar o adoecimento.

A pediatra destaca ainda que, com a chegada da primavera, a situação pode se agravar e aumentar os processos alérgicos. Por isso, é importante manter atenção redobrada aos sintomas de irritação nos olhos, nariz e garganta. Em casos de sintomas mais graves, como falta de ar, chiado no peito ou tosse persistente, os pais devem procurar atendimento médico imediatamente.

“Estamos passando por um período de grande quantidade de fumaça e de tempo seco, que se agrava ainda mais com a proximidade da primavera e o aumento dos níveis de pólen no ar. Tudo isso contribui para o aumento dos problemas respiratórios, especialmente entre as crianças, que são mais vulneráveis”, explica a pediatra.

Dicas para proteger as crianças

1. Manter a Hidratação

A médica enfatiza a importância da hidratação e reforça que é essencial que as crianças consumam bastante água ao longo do dia. “A hidratação ajuda a manter as vias respiratórias umedecidas e a reduzir a irritação causada pela fumaça e pelo ar seco”, diz Lidiane.

2. Uso de inalação com soro fisiológico

Lidiane recomenda inalações frequentes com soro fisiológico para ajudar a aliviar os sintomas respiratórios. “A inalação com soro fisiológico ajuda a umidificar as vias aéreas, aliviando os sintomas de irritação”, esclarece.

3. Umidificação do ambiente

A pediatra também sugere métodos simples para melhorar a umidade do ar dentro de casa. “Colocar toalhas molhadas ou bacias com água nos ambientes pode ajudar a umidificar o ar. Evitar o uso excessivo de ventiladores ou ar-condicionado, que resseca ainda mais o ambiente, é importante”, alerta.

4. Proteção dos olhos

Segundo Lidiane, o cuidado com os olhos é igualmente essencial. “Em um clima seco, o uso prolongado de telas, como celular e computador, pode causar irritações e até conjuntivite viral. O ideal é limitar o tempo de uso das telas conforme a idade da criança e utilizar lubrificantes oculares para evitar o ressecamento.”

5. Prevenção de queimadas

Além dos cuidados diretos com as crianças, Lidiane reforça a importância da conscientização comunitária. “Não podemos queimar lixo ou qualquer outro material, seja no quintal de casa ou no do vizinho. As queimadas agravam ainda mais a qualidade do ar e causam danos à saúde de todos, especialmente das crianças.”

Fonte: PMPV

Notícias RO