

SAÚDE

Acontece



CUIDADOS COM BEBÊS E CRIANÇAS NO VERÃO

Os bebês e crianças precisam de cuidados, sempre, é óbvio. Porém, no verão, devido às altas temperaturas, a atenção deve ser ainda maior para evitar problemas e idas à emergência dos hospitais. A atenção com alguns detalhes certamente irá garantir tranquilidade e diversão nas férias.

“A temperatura elevada e a forte intensidade da radiação solar podem ocasionar desidratação, insolação e queimaduras solares”, informa a dermatologista doutora Silmara Cestari, presidente do Departamento de Dermatologia da SPSP (Sociedade de Pediatria de São Paulo).

É necessário evitar que bebês e crianças fiquem expostos por muito tempo ao sol. Também nada de agasalhar os pequenos: eles devem vestir roupas frescas, usar bonés e/ou chapéus. Os pais precisam estar alertas ainda à qualidade da água do mar e não frequentar praias impróprias para o uso. Cuidado também com os mosquitos, pois nessa época proliferam e causam muitas doenças, como a dengue.

A boa alimentação também é importantíssima. Então, nada de comidas pesadas para as crianças.

“Os bebês requerem de uma boa hidratação, por meio de sucos, chás e, principalmente, água. As crianças maiores, além da hidratação com sucos, chás e água, devem consumir comidas leves e alimentos saudáveis como frutas, legumes e verduras”, ressalta a pediatra.

Os ambientes fechados e quentes também não são aconselháveis nessa época do ano. “Resfriar o local, quando está muito quente, é benéfico. Mas deve-se evitar a variação brusca de temperatura, para não expor o bebê a temperaturas quentes e frias sucessivamente. O ventilador e o ar condicionado não devem ser direcionados para o bebê. A manutenção e limpeza do ar condicionado são essenciais para evitar que o bebê respire os microrganismos que se acumulam nos aparelhos sem limpeza frequente”, explica a doutora Silmara.

Na praia e na piscina, os pais devem ter atenção com os horários, evitando a exposição solar entre 10h e 16h, quando a radiação solar que chega a terra é mais prejudicial para a saúde. Evitar também a exposição solar excessiva (muitas horas seguidas na praia ou piscina). “O filtro solar precisa ser aplicado 30 minutos antes de levar o bebê para esses locais e reaplicado a cada duas horas e após o banho de mar ou piscina. Lembrando sempre de oferecer água e outros líquidos com frequência”.

A doutora Silmara ressalta a relevância do uso do filtro solar. “É fundamental que os bebês utilizem a partir dos seis meses de idade. O produto deve ser apropriado para uso na infância. Há vários especializados para bebês no mercado.”

Sempre que houver suspeita de desidratação, insolação ou queimadura solar, um médico deve ser consultado. Vômito, diarreia e febre são sintomas a serem avaliados pelo médico em quaisquer circunstâncias.

“Várias doenças de pele ocorrem com maior frequência no verão, como a brotoeja, as micoses, o bicho geográfico, portanto qualquer lesão também deve ser avaliada por um médico”, conclui a doutora Silmara.

ESPAÇO MÉDICO



Frente em Defesa do SUS estabelece calendário para 2018

A Associação Paulista de Medicina sediou o terceiro encontro da Frente Democrática em Defesa do SUS, em 7 de dezembro, para estabelecer um calendário de mobilização para 2018. Foi definido que uma reunião ampliada, a ser realizada em 26 de fevereiro, às 19h30, preparará um ato público de protesto para 5 de abril, às vésperas do Dia Mundial da Saúde (7), para denunciar aos cidadãos e a mídia os principais problemas que inviabilizam uma assistência universal, integral e de qualidade.

Também foi aprovada por unanimidade a produção de pesquisas de opinião com pacientes e profissionais de saúde. A ideia é colher a percepção sobre o atendimento, acesso, condições para a assistência dos segmentos multiprofissionais etc, sendo que os resultados devem ser apresentados para a imprensa em coletiva pré-agendada para o fim de maio de 2018.

Outra importante resolução da Frente Democrática em Defesa do SUS foi construir um Programa Prioritário para a Saúde, com ações que devem ser tomadas em todos os níveis da administração pública, o mais breve, para que a saúde vire, de fato, política do (e de) Estado, em vez de seguir sendo tratada como plataforma de governos de plantão e/ou partidos.

O Programa Prioritário para a Saúde será elaborado por todos os setores presentes na Frente, além dos que a ela se incorporarem até meados de junho. O objetivo é enviar o documento aos candidatos a deputados, ao Senado, aos governos e à Presidência da República, para que o assumam como plataforma de seus mandatos, caso eleitos.

APOIO



ASSOCIAÇÃO PAULISTA DE MEDICINA

COLUNA SAÚDE ACONTECE

Perguntas e sugestões podem ser enviadas para acontece@acontecenoticias.com.br ou para a Avenida Pompeia, 634, conj. 401 - São Paulo, SP - CEP 05022-000