



# DOENÇAS DA PRIMAVERA

Do pólen das flores a vírus e bactérias de fácil transmissão, são vários os motivos que levam ao aumento da incidência de diversas patologias na estação mais florida do ano, especialmente entre as crianças.

Saiba como proteger o seu filho **por PRISCILA PEGATIN**

**M**udança de estação por si só é gatilho para o desenvolvimento de doenças típicas, e nem na época mais florida do ano a saúde fica ileso. Quanto aos alvos, as crianças estão entre as que mais sofrem na primavera. A explicação, segundo o infectologista pediátrico Marcus Vinicius Vidal Martuchelli (SP), está justamente nas particularidades do período. “Alterações climáticas, como baixa umidade do ar, variação de temperatura, impacto nos níveis de poluição e pólenes mais dispersos, podem ser ruins para as crianças”, elenca.

O pediatra Carlo Crivellaro (SP) explica que as chamadas doenças da primavera são mais frequentes em países com as estações do ano bem definidas. Apesar de esse não ser o perfil do Brasil, já existem diagnósticos que se tornaram habituais por aqui entre setembro e dezembro. Das enfermidades que compõem a lista primaveril, Marcelo Otsuka, vice-presidente do Departamento de Infectologia da Sociedade Brasileira de Pediatria de São Paulo (SP), destaca as infecções respiratórias, como a asma e a rinite alérgica. Segundo o médico, até o vírus da Influenza começa a circular durante a estação.

## Fatores associados

O aumento da temperatura característico da primavera também propicia atividades ao ar livre. Considerando ainda a flexibilização nas medidas para evitar o contágio pelo novo coronavírus, o retorno do contato entre as crianças pode levar a quadros de infecções virais e bacterianas, outras doenças da primavera.

A pediatra Loretta Campos (SP) ressalta que as enfermidades típicas da estação acometem mais crianças de 6 meses a 6 anos de idade. A exceção se dá pela rinite alérgica, que pode ocorrer em qualquer faixa etária. Para alívio dos pais, segundo Loretta, a maior parte das patologias são autolimitadas. “Caxumba, roséola e catapora, por exemplo, têm autorresolução, mas é importante ficar atento aos sintomas para evitar possíveis complicações como pneumonia e meningite”, afirma. >

**O aumento da temperatura, da incidência de pólen em circulação, da poluição do ar e de atividades ao ar livre – comuns na primavera – está associado a maior ocorrência de infecções respiratórias, virais e bacterianas nas crianças**

## Caxumba, roséola e catapora são autolimitadas, ou seja, têm início, meio e fim, mas é importante ficar atento aos sintomas para evitar possíveis complicações

A orientação médica é procurar um pediatra sempre que algum dos sinais aparecer: febre contínua ou alta, perda de apetite, apatia, dificuldade para respirar e manchas pelo corpo são os principais. Remédios são indicados para amenizar os desconfortos ou, no caso da escarlatina, para tratar a causa (*veja mais detalhes no box na página ao lado*).

### Cuidados da estação

O distanciamento social adotado para conter o novo coronavírus mudou o cenário das patologias comuns no outono e no inverno. “A quarentena preveniu também o contágio por muitas doenças causadas por outros vírus, como o sarampo e as bronquiolites, que levam a quadros semelhantes ao da asma”, observa Crivellaro. Contudo, esse contexto não deve se repetir na primavera, avaliam os especialistas. “A expectativa é que, no retorno a um convívio maior entre as crianças, aumente a circulação de vírus e ocorram mais infecções nesse período”, alerta Otsuka.

Para que a volta às atividades seja o mais saudável possível, os pais devem redobrar a atenção com a saúde dos filhos. Entre as medidas para proteger as crianças das doenças que podem chegar com a primavera, os especialistas são unânimes em falar da importância da vacinação. “A cobertura vacinal está muito ruim e, por conta disso, podemos ter a emergência de infecções que não estávamos vendo com tanta frequência, como o sarampo.

É fundamental que a gente trabalhe na retomada da vacinação neste ano”, ressalta Otsuka. Alimentação saudável e hidratação também são atitudes preventivas. Para completar, vale destacar o cuidado com os ambientes da moradia. Mantenha a casa higienizada, optando pelo uso de aspirador de pó e pano úmido em vez de vassouras, que levantam a poeira. Também deixe os cômodos arejados e lave as roupas de cama com mais frequência se precisar. Com os devidos cuidados, podemos voltar a respirar aliviados na estação mais florida do ano. ●

### Como minimizar os riscos

Atitudes simples podem proteger a saúde das crianças em casa e na rua

- Deixe o ambiente bem ventilado e arejado
- Limpe a casa com pano úmido em vez de vassoura
- Em locais com baixa umidade do ar, mantenha o ambiente úmido
- Evite travesseiro com enchimento de origem animal
- Deixe bichinhos de pelúcia no armário, e não na cama
- Evite deixar as crianças em ambientes com fumaça de cigarro
- Ofereça uma alimentação saudável com frutas e legumes
- Mantenha os pequenos muito bem hidratados
- Atualize a carteirinha de vacinação
- Troque a máscara a cada duas horas, especialmente as de tecido

# Os males da vez

Especialistas apontam quais patologias ficam em evidência com a chegada da primavera

## CONJUNTIVITE ALÉRGICA

**O que é?** Inflamação da conjuntiva, membrana que recobre a parte branca do olho.

**Sinais** Olhos vermelhos, lacrimejando, coceira na região e sensibilidade à luz.

**Tratamento** Evite agentes que levem à alergia. Certos colírios aliviam os sintomas.

## ASMA

**O que é?** Inflamação crônica das vias aéreas. Exposição a pólen, poeira, fumaça de cigarro e odores fortes pode levar a crises.

**Sinais** Falta de ar, tosse, cansaço e chiado no peito.

**Tratamento** Os cuidados variam conforme a intensidade dos sintomas e vão de broncodilatadores, anti-inflamatórios, corticoides a imunobiológicos.

## SARAMPO

**O que é?** Doença infecciosa aguda, viral e contagiosa. Transmissão se dá por tosse, espirros, fala ou respiração.

**Sinais** Tosse persistente, irritação nos olhos e nariz, febre, manchas vermelhas no corpo.

**Tratamento** Medicamentos aliviam os incômodos. Evitar o contato direto com doentes e tomar a vacina tríplice viral ou dupla viral são ações preventivas.



## CAXUMBA

**O que é?** Doença viral que afeta as glândulas parótidas, que produzem a saliva, e até outros órgãos e sistemas. A transmissão se dá pelo contato com gotículas de saliva da pessoa infectada.

**Sinais** Febre, fraqueza, calafrios e dores musculares.

**Tratamento** Repouso, hidratação e boa alimentação ajudam o organismo a combater o vírus.

## ESCARLATINA

**O que é?** Infectocontagiosa, dá-se a partir da mesma bactéria responsável pela amigdalite, com a diferença de ter uma toxina que produz manchas vermelhas na pele. A transmissão acontece na fase inicial da doença por meio de secreções respiratórias.

**Sinais** Dor de garganta, febre alta e erupções vermelhas na pele.

**Tratamento** Antibióticos à base de penicilina agem contra a bactéria.

## RINITE ALÉRGICA

**O que é?** Inflamação da mucosa nasal causada pela reação excessiva do sistema imunológico contra partículas alérgicas.

**Sinais** Coriza, espirro, coceira no nariz, nos olhos e na garganta.

**Tratamento** Deve-se eliminar os fatores que desencadeiam o quadro, como manter o ambiente limpo e arejado.

## VARICELA

**O que é?** Conhecida como catapora, é causada por um vírus que é transmitido pelo contato com o doente através de tosse ou espirro.

**Sinais** Febre, dor de cabeça, falta de apetite e aparecimento de bolhas ou lesões na pele.

**Tratamento** Antitérmicos e analgésicos podem amenizar os desconfortos.

## ROSÉOLA

**O que é?** A infecção se dá principalmente pelo vírus do herpes humano.

**Sinais** Febre alta entre 38 °C e 40 °C e manchas vermelhas pelo corpo que somem tão logo a febre passa.

**Tratamento** Autolimitada, se cura após uma semana do início da febre.