



Por que virose em crianças é tão comum?

Com a volta às aulas, sintomas respiratórios reaparecem e cuidados preventivos são necessários durante socialização dos pequenos



Embora muito utilizado, o termo “virose”, na prática, é muito abrangente. Em um conceito geral, quaisquer doenças causadas por um vírus poderiam ser classificadas por essa palavra. Bebês e crianças possuem um sistema imunológico ainda em formação e, diferentemente dos adultos, as respostas a um eventual ataque infeccioso também são diversas. Pensando nisso, o que podemos fazer para evitar que as crianças contraiam doenças?

“Esse termo ficou muito popular na pediatria, pois é a principal causa dos atendimentos pediátricos. Essas doenças, como vômitos, diarreias e resfriados são extremamente comuns, principalmente na faixa etária das crianças de até dois anos”, destaca o Dr. Eduardo Cavalheiro Simões, Coordenador da Pediatria e Cardiologista Pediátrico pelo

São Cristóvão Saúde. De acordo com o especialista, dentre os sintomas mais frequentes, estão: febre por até 3 dias; coriza; tosse; secreção nos olhos; vômitos e diarreias.

Nesses casos, “devemos tomar cuidado com a hidratação das crianças, pois elas desidratam facilmente”, enfatiza o médico. “Além disso, algumas medidas de conforto para os pequenos são essenciais, como repouso, comidas leves, remédios para conter os sintomas de vômitos e controlar a febre”, explica Dr. Eduardo Simões.

Para evitar infecções por vírus, desde cedo ensine a criança a lavar bem as mãos, principalmente antes das refeições, com água e sabão. Ao preparar um alimento, certifique-se de higienizar cada ingrediente e de seu estado de conservação. Sempre que houver contato com superfícies tocadas por muitas pessoas, como no transporte público, esse hábito também é recomendado, além do uso de álcool em gel.

Somadas a uma boa higiene, outras formas simples de prevenir doenças respiratórias são recomendadas pelo Dr. Eduardo Simões: “Manter ambientes bem arejados, evitar contato com pessoas que possam estar doentes e não compartilhar objetos são as principais medidas para evitarem as viroses típicas”, comenta.

Por fim, lembre-se de procurar o atendimento com pediatra sempre que julgar necessário e fique atento a todos os sinais e quaisquer evolução dos quadros. “Os sintomas deixam os pais bem preocupados, mas, na maioria das vezes, com as medidas adequadas, eles são autolimitados e cessam nos primeiros dias”, finaliza o Coordenador da Pediatria do São Cristóvão Saúde.