

O PAPEL DA LAVAGEM DAS MÃOS NA PREVENÇÃO DE DOENÇAS TRANSMISSÍVEIS- GRIPE H1N1

DEBORAH KATHARINA MARTINS RODRIGUES¹; GIOVANA DUZZO GAMARO²;
REJANE GIACOMELLI TAVARES³

¹Universidade Federal de Pelotas – debyka.kmf@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas– ggamaro@yahoo.com.br

³Universidade Federal de Pelotas – tavares.rejane@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

A gripe é uma doença causada pelo vírus influenza. O influenza apresenta três sorotipos, sendo eles: influenza A, influenza B e influenza C. Dentre estes, o mais falado atualmente é o do tipo A (H1N1), que é resultante da combinação de partes dos genes do vírus da gripe humana, vírus da gripe aviária e do vírus da gripe suína. O vírus H1N1 é capaz de infectar diferentes organismos, como por exemplo, o homem, as aves, os suínos e os equinos e devido a esta característica, se torna um vírus mais perigoso. A capacidade de infectar diferentes seres, possibilita ao vírus, incorporar material genético desses organismos ao seu próprio, sofrendo assim, uma mutação e gerando um novo vírus (LEVINSON, 2011). A mutação do vírus também pode ocorrer por alterações das suas proteínas da camada externa, a hemaglutinina e a neuraminidase, formando sorotipos diferentes, por exemplo H1N1, H3N2. Com o surgimento de um novo vírus, grande parte da população fica suscetível, podendo resultar em pandemias, como ocorreu em 2009. A pandemia de 2009/2010 gerou bastante preocupação na população mundial, com cancelamento de aulas e de eventos com grande número de pessoas, na tentativa de impedir contaminações massivas (OMS, 2009).

O período atual, desde o controle da pandemia é chamado de pós-pandemia, onde a maior parte das pessoas já foram expostas ao vírus e desenvolveram imunidade à ele. O objetivo deste período é que os Estados utilizem medidas preventivas para evitar novos surtos da doença, sendo a principal delas a vacinação dos grupos de risco. Passaram-se já dez anos da última pandemia, e consequentemente, o vírus H1N1 adquiriu, ao longo desse tempo, características de sazonalidade. É reconhecido que ele apresenta uma maior taxa de mortalidade quando comparado aos outros sorotipos da vacina, mas já não é mais tão emergencial quanto foi em 2009 (OMS, 2010).

Dito isso, salienta-se que é importante a procura pela vacina todos os anos, devido às mutações que ocorrem nas cepas do vírus influenza. Entretanto, como na rede pública de saúde a vacina é disponibilizada apenas ao grupos de risco (gestantes, idosos, crianças maiores de 6 meses e menores de 5 anos e portadores de algumas doenças crônicas), outras formas de prevenção devem ser adotadas pela população saudável em geral. O vírus da influenza encontra-se nas vias aéreas, sendo expelido por aerossóis (tosse, espirro). Visto isso, é perceptível que

ambientes com maior aglomeração de pessoas e pouca circulação de ar, aumentam consideravelmente a taxa de disseminação do vírus. De certa forma, não é possível evitar completamente estes ambientes e, portanto, é necessário adotar-se métodos de higiene que ajudem na prevenção da contaminação ou transmissão do vírus. Dentre os hábitos de higiene importantes na prevenção de doenças, destaca-se a lavagem das mãos que, segundo a OMS, é capaz de reduzir em até 40% a transmissão de algumas doenças, tais como gripes, resfriados e diarreias (ANVISA, 2017).

Nas séries iniciais encontramos crianças que podem ainda não ter adquirido bons hábitos de higiene, muitas vezes pelo desconhecimento de sua importância pela própria família. Entretanto, é principalmente nessa idade que o cérebro tem grande capacidade de se modificar com base na experiência, fenômeno este conhecido como plasticidade cerebral. Estas modificações são desenvolvidas com base nos aspectos genéticos e nas experiências ambientais que cada indivíduo vivencia (BITENCOURT; ROTTA; 2018). Sabendo-se disso, o projeto de extensão **PROMOVENDO EDUCAÇÃO EM SAÚDE: DA LAVAGEM DAS MÃOS À PREVENÇÃO DE DOENÇAS TRANSMISSÍVEIS** teve como objetivo promover o conhecimento das formas de transmissão do vírus H1N1, através de uma abordagem lúdica de virologia aplicada, bem como estimular a criação de hábitos saudáveis, buscando promover a diminuição da incidência de casos de gripe entre crianças do ensino fundamental. A extensão é a oportunidade do extensionista e da universidade de levar o conhecimento a comunidade, sensibilizados pelas necessidades alheias e abrindo os horizontes para fora dos muros da instituição. (KLEIN, SCHEIDEMANTEL E TEIXEIRA, 2004).

2. METODOLOGIA

Ao longo do ano são desenvolvidas atividades lúdicas com as turmas para que sejam inseridos os conceitos de higiene e doenças virais, com foco na gripe H1N1. Neste ano, as atividades estão sendo realizadas na Escola Margarida Gastal, do município Capão do Leão, com as turmas de primeiro e segundo ano.

No primeiro contato com a turma foi realizado um questionário sobre conhecimentos sobre a gripe e sobre os hábitos de higiene do aluno e de sua família. A partir daí, desenvolveu-se as atividades a fim de solucionar as dúvidas e fornecer maior conhecimento com base nas partes mais críticas das respostas.

Algumas das atividades realizadas foram: a confecção de vírus da gripe em massinha após apresentação do vírus H1N1 em isopor e tamanho aumentado e debate sobre gripe A. Para os alunos foram disponibilizadas bolinhas de isopor, massinha de modelar e palitos. O saco mágico é outra atividade realizada, que consiste em um saco de tecido com objetos diversos dentro, tendo como temática, a higiene pessoal. Alguns itens do saco não farão parte da temática, propositalmente, para a discussão com a turma. Uma trilha também foi desenvolvida para as atividades do projeto, composta por perguntas dentro da temática, onde o aluno precisa acertar as perguntas para poder prosseguir a quantidade de casas que tirar no dado. A atividade de lavagem das mãos, propriamente dita também está no

cronograma de atividades do projeto, onde as crianças têm as mãos sujas de tinta e devem fazer a lavagem das mãos vendadas e depois ver o resultado. Em seguida, dá-se a explicação da forma correta de fazer a lavagem das mãos.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

No questionário inicial a maioria das crianças disse “já ter ouvido falar de gripe”, mas apresentavam ideias muito diversas sobre a forma de contaminação com a doença, bem como da importância da higiene. Quando questionados sobre o hábito de lavagem de mãos, 26,3% das crianças diz lavar as mãos apenas 1 ou 2 vezes ao dia, 36,8% lavam de 3 a 4 vezes e 31,6% lavam mais de 5 vezes.

Com o decorrer das atividades e o incentivo à melhoria das práticas de higiene, espera-se aumentar o percentual do último grupo. Nas figuras 1a, 1b e 2 pode-se observar o desenvolvimento da atividade relacionada com configuração do vírus H1N1 e sua transmissão, bem como com o jogo de Trilha, respectivamente.



Figura 1a: APRESENTAÇÃO DA
MAQUETE DO VÍRUS H1N1 EM
ISOPOR

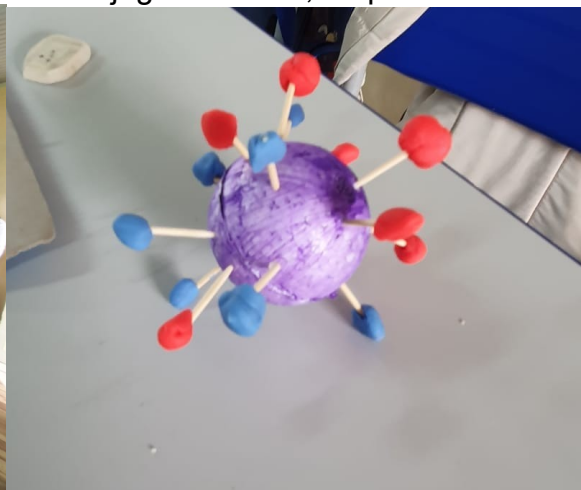


Figura 1b: VÍRUS REPRODUZIDO POR
ALUNOS EM ISOPOR E MASSINHA



Figura 2: JOGO DE TRILHA

4. CONCLUSÕES

As crianças passam a compreender a importância da higiene como prevenção da gripe, pois a partir de vivências práticas o estudo se torna significativo, visto que, enquanto brincam, produzem e realizam práticas de higiene, estas atividades vão se tornando um hábito e facilita a assimilação das informações. A extensão possibilita a troca de saberes entre o graduando e a comunidade sendo via de mão dupla, onde a academia leva conhecimento para a comunidade e o extensionista também aprende muito, a partir do momento em que observa a demanda social da comunidade inserida.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANVISA. **Você sabe lavar as mãos?**. Ascon/Anvisa, mai, 2017. Acessado em 26 ago. 2018. Disponível em: http://portal.anvisa.gov.br/noticias/-/asset_publisher/FXrpx9qY7FbU/content/voce-sabe-lavar-as-maos-/219201/pop_up?inheritRedirect=false.

BITTENCOUT, D. C.; ROTA, N. T.; Pediasuit e a plasticidade cerebral nas disfunções neuromotoras. In: ROTTA, N.T.; FILHO, C. A B.; BRIDI, F. R. S.; **Plasticidade cerebral e aprendizagem: abordagem multidisciplinar**. Porto Alegre: Artmed, 2018.

KLEIN, R.; SCHEIDEMANTEL, S.E.; TEIXEIRA, L.I. A Importância da Extensão Universitária: o Projeto Construir. **CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA**, 2. Belo Horizonte, 2004. Anais do 2º Congresso Brasileiro de Extensão.

LEVINSON, W. **Microbiologia médica e imunologia**. 10. ed. Porto Alegre: AMGH, 2011.

OMS. **H1N1 no período pós-pandemia**. Disponível em: https://www.who.int/mediacentre/news/statements/2010/h1n1_vpc_20100810/en/. Acesso em: 12/09/2019.

OMS. **Pandemic (H1N1) 2009**. Disponível em: <https://www.who.int/csr/disease/swineflu/en/>. Acesso em: 12/09/2019.