

Influências na formação de hábitos e de comportamentos sobre cuidados

A pandemia de uma nova síndrome respiratória, denominada Covid19, que vivenciamos no Brasil desde março de 2020, com impactos na vida pessoal e profissional também pode, como em outras crises enfrentadas pela humanidade desde a antiguidade, nos ensinar sobre o cuidado de si, do outro e do ambiente. A humanidade construiu conhecimentos e desenvolveu novas técnicas corporais para se defender das intempéries, dos animais selvagens, bem como para lidar com suas próprias excreções corporais como a urina, fezes, catarro. Aprendeu também a escolher, limpar, preparar, cozinhar e servir-se de diversos alimentos, adequar ambientes para sono e repouso alternados com atividades diárias, assim como evitar acidentes, doenças e intoxicações na sua convivência com a natureza e com outros humanos.

Esse processo se construiu a partir de conhecimentos acumulados pela humanidade e transmitidos de geração para geração, sendo ou não, confirmados por pesquisas científicas.

Assim, no processo de aprendizagem desde a infância ouvimos dos adultos responsáveis pelo nosso cuidado e educação, recomendações que posteriormente repetimos para nossos filhos, sobrinhos e para alunos, no caso dos professores. Mas será que tudo que nossa avó nos recomendou ainda seria válido para o contexto contemporâneo?

Sem dúvida aprendemos com a experiência, mas conforme a ciência ressignifica fenômenos, é preciso ressignificar também os conhecimentos que são transmitidos às crianças. Afinal *nem tudo que reluz é ouro*, como diria minha mãe. Os métodos científicos servem ao estudo e ressignificação daquilo que foi aprendido empiricamente, ou seja, pelo senso comum ou o chamado “bom senso”. Mas como sabemos se o senso comum é realmente bom no sentido de ser verdade a ser seguida pelas novas gerações?

*“Olha aí meu bem
Prudência e dinheiro no bolso
Canja de galinha não faz mal a ninguém
Cuidado para não cair
Da bicicleta
Cuidado para não esquecer
O guarda-chuva”*
Jorge Bem Jor – Engenho de dentro



Ilustração do artigo “Com que roupa eu vou para a chuva?” Revista Lá Avisa lá no. 64

Os seres humanos desenvolveram conhecimentos e tecnologia para sobreviver frente a todos os riscos que enfrentaram ao longo das gerações. E isto inclui o surgimento de algumas profissões como a medicina, que também foi sendo aprimorada com o tempo, conforme sua origem, como a medicina tradicional de origem asiática, que difere da ocidental e de vertentes como a homeopatia. Mas a medicina considerada com base científica, reconhecida em todo mundo é a alopata, embasada em constantes pesquisas que são publicadas em periódicos científicos.

A enfermagem também surgiu como ciência do cuidado durante a guerra na Criméia, quando uma inglesa, Florence Nightingal, ao cuidar dos soldados desenvolveu atitudes e técnicas que constituíram a ciência e arte do cuidado humano.

Assim o cuidado não pode ser baseado apenas nas aprendizagens que construímos ao sermos cuidados por nossos familiares, de forma empírica ou pelas aprendizagens intergeracionais, que acabam por nos influenciar a ter determinados comportamentos limitantes e sem explicação científica como, por exemplo, andar descalço e tomar vento nas costas te deixa doente ou tomar água com açúcar para se acalmar ou, ainda, apertar uma faca na testa para diminuir um galo...

O cuidado humano possui uma epistemologia que o orienta como arte e ciência do cuidado. A ciência evolui e possibilita aos profissionais de qualquer área, como a pedagogia, atualizarem-se com base em resultados dos estudos científicos. Este processo, que muitas vezes ressignifica inclusive aquilo que foi considerado verdade em determinada época, mas não se sustenta mais frente a novas pesquisas, é relatado, por exemplo, na obra *O ovário de Eva* que descreve como a humanidade foi reconstruindo os conhecimentos sobre a reprodução humana.

Nesse processo que é contínuo, alguns termos continuam em nossa linguagem oficial mesmo após terem sido ressignificados com base em estudos científicos e não correspondam mais ao seu significado original, como no caso dos termos “resfriado”, “gripe ou influenza”, “constipação”, “quarentena”, que continuam sendo empregados, mas não com seu significado etimológico original.

Se refletirmos sobre o sentido da palavra “resfriado”, por exemplo, em português ou “cold” em inglês, perceberemos que ela está associada à baixa temperatura, ao resfriar, à exposição ao frio, mas essa visão foi revista. Sabemos que o que provoca resfriado não é o frio,

mas é causado, na maioria das vezes, por rinovírus. Seus primeiros sinais costumam ser coceira no nariz, irritação na garganta, espirros e secreções nasais, portanto, o resfriado é transmitido de pessoa contaminada para outra pessoa da mesma forma que a covid, pelas vias aéreas

Também podemos usar o termo “constipação” que significa sintomas de obstrução nasal pelas secreções que “congestionam as vias respiratórias”. Também podemos usar o termo “resfriado” como sinônimo de “gripe”, mas, na realidade, são doenças causadas por vírus diferentes, sendo a gripe ou influenza mais grave que o resfriado e com risco de complicações como as Síndromes Respiratórias Graves e Pneumonias.



Ilustração de Manuela D. Maranhão, 11 anos

Há ainda a sensibilidade às mudanças bruscas de temperatura, ou alergias respiratórias, as conhecidas rinites, que não são causadas por vírus, portanto, não devem ser confundidas com gripes ou resfriados. Fica claro também que, no caso dessa sensibilidade à mudança de temperatura, não significa falta de agasalho, atividades ao ar livre ou o contato dos pés no piso frio ou molhado, mas sim pela mudança da temperatura do ar, por exemplo ao se abrir a geladeira.

O termo “gripe” originado do francês *grippe* foi empregado a partir de 1694^[153] e em português é sinônimo de “influenza” o originada do italiano que significa “*influenza*” e que se origina do latim *influentia*, do verbo *influo*, *influere*, correr para penetrar.

Marcovecchio, em seu Dicionario etimologico storico dei termini medici, afirma que a palavra foi empregada pela primeira vez como termo médico por Matteo Villani em 1358, com base na credence popular de que se tratava de uma calamidade causada por “influência oculta dos céus” (ab occulta coeli influenza) (4). A questão linguística que se levanta é saber as razões que levaram ao emprego dessa palavra na nosografia médica. O que estaria exercendo influência no aparecimento da enfermidade? Vinda de onde e qual a sua natureza? (Wikipedia)

Talvez já se observasse naquela época que as doenças respiratórias como resfriado e gripe acometiam as pessoas em determinadas estações do ano, geralmente inverno, outono, quando o ar também está mais seco e também por causa da baixa temperatura externa, as pessoas

convivem mais em ambientes internos e fechados. Com a evolução das observações associou-se à temperatura mais fria que em italiano seria *influenza del freddo*.^[152] (*Wikipedia*)

Muitos anos depois da descoberta dos micróbios e mais tarde dos vírus, se ressignificou a origem viral da gripe e do resfriado, mas não se modificaram os nomes, nem se mudaram imediatamente as concepções ensinadas pelas diversas gerações, chegando até nossos dias, quando mães, avós e mesmo professores ainda podem alertar as crianças para não tomarem gelado, ficarem descalça ou brincarem lá fora no frio para não “resfriar”, com o significado de ficar resfriada ou gripada.

Isto nos preocupa, sobretudo, com o início do inverno no Brasil e com as curvas da pandemia de Covid19 ainda crescentes. No retorno às atividades presenciais nas escolas, a recomendação preventiva baseia-se na vacinação, que não está acessível a toda população, mas além dela, as recomendações para quem cuida das crianças neste momento são: evitar aglomeração em ambientes fechados, arejar ambientes, alternar atividades em ambientes internos e externos, higienizar as mãos e usar máscaras a partir de dois anos de idade.

Nossa inquietação é que as baixas temperaturas deste início de inverno revertam o cuidado de manter ambientes arejados e atividades em parques, praças, ou seja, áreas externas.

Reiteramos que é preciso, sim, que as crianças e adultos se agasalhem para evitar a exposição desconfortável ao frio, mas que continuem mantendo janelas e portas abertas para garantir a boa ventilação das áreas internas, assim como promover atividades em áreas externas o máximo possível , mesmo em dias frios.

Aguçando a sua curiosidade

<https://br.rbth.com/historia/83157-por-que-criancas-dormiam-frio-inverno-urss>

<https://drauziovarella.uol.com.br/drauzio/artigos/olhe-esse-vento-nas-costas-menino-artigo/>

<https://drauziovarella.uol.com.br/infectologia/andar-descalco-no-frio-cao-resfriado/>

Artigo da Revista Avisa Lá #60 de 2014:

Um assunto que ainda gera polêmica e dúvidas para pais e educadores é se as crianças podem ficar descalças na creche. Fabiana Coimbra e Maira Tangerino, em “Pés descalços na Educação Infantil?”, lidam com mitos e preconceitos há muito arraigados e demonstram que, além de rever conceitos sobre a transmissibilidade das doenças mais comuns entre as crianças, é preciso pensar a finalidade e função cultural do uso do sapato na história do homem.

Artigo da Revista Avisa Lá #64 de 2015:

“Com que roupa eu vou para a chuva?”, publicado em:

<https://ocupacaocrianca.avisala.org/blogs/post/Passei-a-ouvir-observar-e-conhecer-mais-as-criancas/>