



Como a falta de saneamento prejudica a primeira infância



O Marco Legal do Saneamento Básico foi sancionado em 15 de julho de 2020 com a meta de universalização do serviço em 2033. Isso significa que, até lá, o país deverá oferecer a todos os cidadãos, por meio de empresas públicas ou concessionárias privadas, água tratada e coleta de esgoto e lixo nas áreas urbanas.

Segundo dados de 2020 do Instituto Trata Brasil, uma organização da sociedade civil de interesse público, quase 35 milhões de brasileiros, equivalente a 16% da população do país, não tinham acesso à água potável e cerca de 100 milhões, ou 47% dos brasileiros, não tinham serviço de esgoto.

A falta de um acesso universal ao saneamento básico tem influência direta na saúde pública, com prejuízos especialmente nos primeiros anos de vida das crianças, que ficam expostas a infecções, verminoses, gastroenterites, desidratação, hepatite A e doenças respiratórias, com efeitos também em seu desenvolvimento cognitivo e emocional.

“Pessoas que não têm saneamento básico em casa adoecem mais. Então se elas adoecem mais, elas vão internar mais e também vão ter um maior número de óbitos decorrentes de inúmeras doenças causadas por ingestão de água contaminada ou o contato da pele e mucosas com lixo, dejetos ou solo infectado” comenta Giliate Coelho, médico sanitaria e mestre em saúde coletiva. Neste texto, o Nexo explica por que o avanço do país na área de saneamento básico é tão importante para a primeira infância, período que vai de 0 aos 6 anos de idade, e traz exemplos de iniciativas locais que ajudaram a superar o problema.

O impacto na saúde das crianças

A falta de acesso ao saneamento básico gerou mais de 270 mil internações no país em 2019, segundo dados do Instituto Trata Brasil. A região Nordeste registrou 113,8 mil casos, o maior número registrado no país desse tipo de internação. No Sudeste, foram 61,8 mil, enquanto o Norte teve 42 mil internações. O Norte possui, porém, uma média de 23 internações por 10 mil habitantes, índice acima da média nacional, que é de 13 casos por 10 mil habitantes.

1,5 milhão de crianças morrem de diarreia a cada ano em todo o mundo, segundo dados levantados pelo Unicef (Fundo das Nações Unidas para a Infância) em 2015. 90% dessas mortes estão ligadas à água contaminada, falta de saneamento e hábitos de higiene, segundo o Unicef. [...]

Continuar lendo em: <https://www.nexojournal.com.br/expresso/2022/01/24/Como-a-falta-de-saneamento-prejudica-a-primeira-inf%C3%A2ncia>

PARA DEBATER!

1. O que mais chamou a sua atenção do texto? Já estava ciente desse problema?
2. Em sua opinião, por que algumas comunidades são menos favorecidas, e sofrem mais com a desigualdade do que outras?
3. Quais seriam outros problemas causados pela falta de saneamento além daqueles que repercutem na infância?
4. O lugar onde você vive sofre com problemas semelhantes? Quais são as causas?
5. Que outras políticas públicas poderiam ser pensadas a fim de ajudar, ou amenizar, em relação às consequências da falta de saneamento?
6. Faça uma breve pesquisa sobre os países latino-americanos que mais sofrem com a falta de saneamento, e as políticas que seus governos estão implementando. Depois, compartilhe com seu/sua colega.

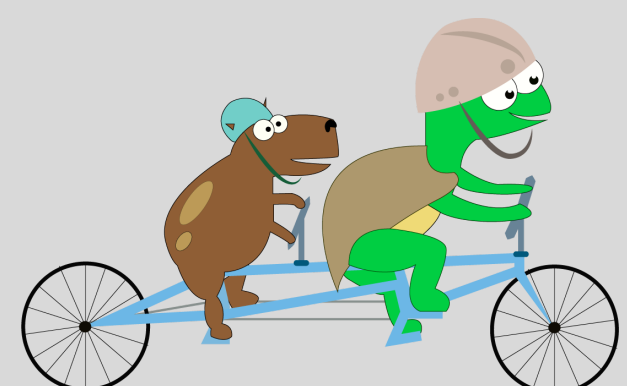
Refletindo sobre a nossa língua...

Você sabia que...

- o que diferencia o verbo “ter” na 3ª pessoa do singular e plural é o acento circunflexo?
Ex: - Essa região tem saneamento básico? - Não, mas as demais têm.

Comente os significados e contextos de uso de:

- criança / criação
- país / pais





Los beneficios de tomar sol para el corazón, el ánimo y el sistema inmune (y durante cuánto tiempo se recomienda hacerlo)



Todo el mundo sabe de la importancia del protector solar. Pero la verdad es que nuestros cuerpos necesitan sol. La luz solar puede mejorar nuestro estado de ánimo, disminuir la presión arterial, fortalecer nuestros huesos, músculos e incluso nuestro sistema inmunológico. Y una breve exposición es suficiente para cosechar todos estos beneficios.

El poder del sol

Básicamente, sin la luz solar directa, nuestros cuerpos no pueden producir vitamina D, una sustancia que realiza una serie de funciones importantes en nuestros cuerpos. Cuando la luz del sol acaricia nuestra piel, el cuerpo la absorbe y la convierte en este poderoso nutriente.

"Cuando el sol brilla sobre la piel, la radiación alcanza una molécula de 7-dehidrocolesterol. Convierte el 7-dehidrocolesterol en previtamina D. Después, la previtamina D tarda varios minutos en convertirse en vitamina D. Es la temperatura de tu cuerpo la que hace esta segunda transformación", explica Ann Webb, profesora de radiación atmosférica en la Universidad de Mánchester, Reino Unido.

Necesitamos vitamina D, por ejemplo, para que nuestro cuerpo absorba el calcio y el fósforo de los alimentos; ambos minerales son vitales para tener huesos, dientes y músculos sanos. Y no importa tu edad.

Un estudio reciente incluso mostró que tomar vitamina D mejoró la fuerza muscular en los atletas, posiblemente al estimular el crecimiento de las células musculares. Pero los beneficios de la vitamina D van más allá de fortalecer nuestros huesos y músculos.

"Parece haber alguna evidencia de que contribuye al sistema inmunológico, además de ayudar a proteger contra algunas formas de cáncer y enfermedades autoinmunes como la esclerosis múltiple", agrega Webb.

Investigaciones también muestran que las personas con niveles muy bajos de vitamina D tienen un mayor riesgo de padecer enfermedades cardíacas, diabetes y demencia. La vitamina D es tan esencial para nuestra supervivencia que puede ayudar a explicar la apariencia de la piel clara. [...]

Continuar leyendo en: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-59929094>

¡A DEBATIR!

1. Qué fue lo que más te llamó la atención del texto? ¿Conocías los beneficios que nos proporciona la luz solar?
2. ¿Cuánto tiempo al día en promedio te expones al sol? ¿Crees que es el adecuado para tu tipo de piel?
3. Comenta con tu compañero(a) los cambios que sientes en tu salud y/o estado de ánimo al exponerte a la luz solar.
4. La fotosensibilidad es una respuesta anormal de nuestro organismo a la luz, en general a la luz solar, que se manifiesta tiempo después de la exposición y puede permanecer durante un tiempo.
¿Alguna vez has sufrido de fotosensibilidad o conoces alguna persona que haya pasado por eso?
5. ¿En tus comidas diarias incluyes alimentos que te proporcionan vitamina D? ¿Con qué frecuencia los consumes?
6. ¿Qué tipos de productos usas para cuidar tu piel del exceso de luz solar? ¿Alguna vez has sentido una reacción alérgica?

Reflexionando sobre nuestra lengua...

¿Sabías que...

- en español es muy común la diptongación? ¡Seguro lo sabías y lo utilizas muy a menudo!
Algunos ejemplos: dientes - convierte - crecimiento - apariencia - pueden - huesos - cuerpos - nuestra - fuerza
- los usos de “e / y” varían de acuerdo a la palabra siguiente?
Ejemplo: La cultura y el arte / Él estudia portugués e inglés / Quiero un vaso con limón y hielo

