Qual a importância desses hábitos?

Secretarias: Saúde
Data de Publicação: 19 de junho de 2020

A pandemia da Covid-19 veio ressaltar a importância de cultivar bons hábitos de higiene. Isso porque a transmissão do coronavírus se dá, entre outras formas, por meio do contato da mão suja com os olhos, a boca ou o nariz, principais portas de entrada para o vírus no organismo.
Como medida preventiva, o mais importante seria lavar com água e sabão as mãos e o rosto a cada contato com outras pessoas e até mesmo quando, porventura, esfregar o nariz, olhos ou passar as mãos nos lábios e boca.

➡Que problemas essa ausência traz?
A negligência com os hábitos de higiene, seja em casa ou fora dela, traz as mesmas consequências, que são contrair e disseminar doenças diversas. Ou seja, uma pessoa saudável pode ficar doente, e aquela que já é portadora de algum problema dissemina entre os demais.

No caso da Covid-19, uma pessoa pode infectar outras seis, número que poderia ser reduzido por meio da adoção desses hábitos. Podemos contrair qualquer doença viral ou bacteriana existente, que vai de uma simples gripe até mesmo uma meningite fatal, quando esses hábitos não são observados.

➡Perceba que em uma família, quando um dos membros contrai um resfriado, por exemplo, é bastante comum que outros fiquem doentes em sequência. Isso se dá pela disseminação do vírus no ambiente da casa ou pela transmissão dele de pessoa para pessoa.

➡O mesmo acontece em espaços coletivos, como estamos vendo com a Covid-19, e é por isso que a Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda o afastamento social, pois dessa forma limitamos a circulação do vírus e minimizamos novos contágios.