

Todos os anos é a mesma coisa. Eles chegam sem avisar e podem transformar suas férias num inferno

Hóspedes do **BAR**

DANIELLE CERATI

Verão é sinônimo de sol, praia e calor. E também de formigas, pernilongos e baratas. É justamente nos meses quentes que eles mais se reproduzem e atacam, sem a menor cerimônia, quando a fome aperta. Isso acontece porque há um aumento das chuvas e, conseqüentemente, maior acúmulo de água em recipientes que servem como ninhos reprodutores para pequenos terroristas, como moscas e pernilongos. Depois dos atentados, muitos deles são responsáveis por picadas que coçam, doem e provocam alergias. Saber o que fazer para se livrar deles e de uma picada dolorida é o melhor para acabar com esse tormento.

DÊ FIM ÀS FORMIGAS

Pequenas, mas terríveis, as formigas são capazes de dar picadas dolorosas. Para livrar-se dessas pequeninas:

- Mantenha a casa limpa e as embalagens de alimentos bem fechadas.
- Tente descobrir sua trilha. Depois, feche o buraco por onde saem e entram para atacar sua casa.
- Se seu jardim tem formigueiros, jogue sobre eles água fervendo com detergente.

URRGGH, BARATAS!!

Baratas geralmente causam aversão, até porque todo mundo sabe que elas vivem em esgotos e depois vão passear em nossas cozinhas. Trazem



ULHO

tantos microorganismos em suas patas que são capazes de causar desde uma simples indisposição intestinal até hanseníase (lepra) e hepatite. Para evitar essa verdadeira praga:

- Não acumule lixo nem papéis. As baratas são loucas por eles. Se não for possível, mantenha-os em lugar apropriado e fechado.
- Vede todas as frestas que possam servir de esconderijo.
- Não deixe ralos abertos. As baratas, muitas vezes, chegam até nós por esse caminho.
- Utilize inseticidas em aerossol, aplicando embaixo de móveis e frestas da casa, ou do tipo isca, espalhando pelos cantos, próximo aos armários onde são mantidos os alimentos.

ZUUMMMM.....

Por trás do rótulo de inofensivos, pernilongos e moscas podem causar

doenças como dengue, malária, febre amarela, alergias e viroses. Por isso, atenção: todas essas pestes se reproduzem na água. Daí a importância de não deixar água parada em pneus, vasos e piscinas. Já as moscas e mosquitos aparecem em dias muito quentes. Existem dois tipos comuns de moscas: as domésticas, que pousam em fezes, lixo e voam em direção aos alimentos expostos, e as varejeiras, que se alimentam de matéria em decomposição, encontradas em locais onde não existe saneamento básico. Essas são as mais perigosas, pois podem depositar seus ovos nos ouvidos das vítimas, provocando distúrbios no sistema nervoso. Para combater esses vilões voadores, basta que você:

- Mantenha o lixo em lugares fechados, evitando o contato com o solo.
- Não deixe alimentos expostos ao tempo e à temperatura. Só coloque o

lixo para ser recolhido uma hora antes de os coletores passarem.

SENSÍVEIS DEMAIS

Para algumas pessoas, uma única picada é suficiente para provocar forte reação, com bolhas, coceira incontrolável, ardência e até febre e mal-estar. Nesse caso, algumas "armas" atóxicas podem ser uma boa opção.

COMPLEXO B - As vitaminas do complexo B produzem excelentes resultados. Na forma de comprimido ou injetável, elas são absorvidas pelo organismo e fixadas na pele, exalando um cheirinho desagradável para os insetos. Mas atenção: os efeitos desta vitamina só serão sentidos depois de um período de sete dias. Portanto, para se prevenir, é preciso começar o tratamento antes de sair em viagem. Outra opção é misturar uma ampola de complexo B num frasco com 100 ml de óleo de bebê e passar sobre a pele. Funciona bem para picadas de borrachudos. Quando estiver em contato com ele, evite tomar sol para não ganhar manchas.

ÓLEO - Óleo de eucalipto ou de cozinha funcionam como uma espécie de escorregador para os insetos. Assim, eles derrapam na pele engorçada e ficam sem firmeza para enfiar o ferrão.

EXTRATO DE CITRONELA - Uma gotinha dele é capaz de espantar os insetos à volta. Por ter um aroma forte, não é necessário aplicar em grandes quantidades. Pequenas gotas nos punhos ou pescoço são suficientes para mantê-los à distância. Já para evitar invasões noturnas, aplique em um pedaço de papel algumas gotas desse extrato e sua casa estará livre dos esquadrões voadores.

PRAGAS REBELDES

O rato transmite leptospirose, o pombo, a toxoplasmose, e por aí vai... Mas não são só esses animais que fazem mal à saúde. Estão na mira da vigilância sanitária os escorpiões, as aranhas e as cobras. Para contribuir com os vigilantes sanitários:

- Conserve o lixo fechado para não atraí-los.
- Evite acúmulo de entulho, tijolos e madeiras, que favorecem seu aparecimento.

Se tiver dúvidas, você pode obter informações no Departamento de Vigilância à Saúde de sua cidade.

Santo André: 4990-5256

São Bernardo: 4339-4211 ou 4330-4466

São Caetano: 4233-7458

Mauá: 7633-2441 ou 7633-2700

Ribeirão Pires: 4827-4586

São José dos Campos: (0XX12) 3947-8199

Tatui: (0XX15) 251-1999

Consultoria: Dr. João Francisco Colombo, Médico Veterinário do Departamento de Vigilância à Saúde em Santo André; Maria de Lourdes Santos, Educadora em Saúde Pública de Santo André; Jonilda de Souza, Diretor de Desenvolvimento de Negócios da SPCA Brasil, gerenciadora do site Pragas On-Line; Marcos Roberto Potenza, Engenheiro Agrônomo e Pesquisador Científico do Instituto Biológico; Centro de Referência Ambiental - Parque Municipal Milton Marinho de Mavim.
Sites: www.icoma.com.br; www.sabido.com.br; www.estadim.com.br; www.pragas.com.br

Revista Saúde ano 9 - Nº 11

■ danielle@escritacom.com.br