



## Doenças respiratórias em crianças e adolescentes: quando e como usar as bombinhas de alívio

Nessa época do ano em que se inicia a floração, combinado ao ar seco e à fumaça produzida pelas queimadas, as doenças respiratórias como a asma se agravam. Na infância, a asma representa a doença respiratória crônica mais prevalente, juntamente com a rinite alérgica e a doença pulmonar obstrutiva crônica. A asma possui morbidade elevada, gera absentismo escolar e no trabalho, altos gastos com medicamentos e fica entre as três primeiras causas de internação hospitalar.

A asma é uma doença inflamatória crônica das vias aéreas. O processo inflamatório, presente mesmo fora dos períodos de exacerbação da doença, causa crises recorrentes de sibilância (chiados), dispneia (falta de ar ou dificuldade de respirar) e tosse associadas a uma obstrução variável ao fluxo aéreo, que será reversível, espontaneamente ou com tratamento.

Geralmente a crise se inicia com uma tosse seca, seguida de traquidispneia, chiados e tiragem. Com o agravamento do quadro, ocorre a diminuição da frequência respiratória, cianose (coloração azulada na pele) de extremidades e lábios e alterações no estado de consciência. Em casos graves, a parada cardiorrespiratória é precedida pela respiração agônica (quando uma pessoa sente dificuldade em respirar, ofegando para a obtenção de ar) e desaparecimento dos sibilos.

Em caso de uma crise asmática em crianças, é essencial agir rapidamente para aliviar os sintomas. Algumas condutas que devem ser tomadas em casa durante uma crise asmática:

1. Acalme-se e tranquilize a criança. O pânico pode piorar a situação, por isso é importante transmitir segurança e calma.

2. Quando houver prescrição médica, use a bombinha de alívio imediato, que se trata de um dispositivo para levar a medicação até o pulmão (Figura 1):



Figura 1. Bombinha (nebulímetro ou inalador dosimetrado)

• Espaçador: se possível, use um espaçador para garantir que a criança receba a dose correta do medicamento (Figura 2).



Figura 2. Espaçador

3. Verifique a Respiração:

• Observe os sintomas: veja se a respiração da criança melhora após o uso da bombinha. Os sinais de melhora incluem menos chiado, menos tosse e uma respiração mais fácil.

• Repita se necessário: se os sintomas não melhorarem em 5 a 10 minutos, pode ser necessário repetir a dose de 2 a 4 inalações.

• Se perceber que os lábios ou as unhas estão ficando azulados, ou se a criança estiver extremamente cansada ou não conseguir falar, procure ajuda médica imediatamente.

4. Mantenha a criança em uma posição confortável:

5. Procure ajuda médica se necessário:

• Emergência: se a crise não melhorar após 10 minutos, ou se os sintomas piorarem, ligue para o 192 ou vá imediatamente para o hospital mais próximo.

6. Acompanhe a recuperação:

• Continue monitorando: Mesmo que a crise passe, continue observando a criança para garantir que os sintomas não voltem.

• Consulta médica: Marque uma consulta com o médico para revisar o plano de tratamento da asma e garantir que a medicação esteja adequada.

Além da asma, outras condições que podem requerer o uso da bombinha para controle e prevenção da obstrução das vias respiratórias são bronquite, enfisema e outras doenças inflamatórias ou alérgicas do sistema respiratório. Dentre as medicações usadas com a bombinha estão broncodilatadores e anti-inflamatórios da classe dos corticoides.

### INSTRUÇÕES SOBRE COMO UTILIZAR A BOMBINHA ASMÁTICA:

1. Lave as mãos com água e sabão antes de iniciar. Isso ajuda a manter a bombinha limpa e livre de germes.

2. Prepare a Bombinha:

• Antes de usar, agite a bombinha várias vezes. Isso mistura o medicamento.

• Coloque a bombinha no espaçador: se você usa um espaçador (um tubo que ajuda a levar o remédio até os pulmões), coloque a bombinha na ponta dele.

3. Posicione a Bombinha:

• Sente-se ou fique em pé: Fique numa posição confortável, sentado ou em pé.

• Coloque o bocal na boca: se não usa espaçador, coloque o bocal da bombinha diretamente na boca, fechando bem os lábios ao redor dele. Se usar espaçador, coloque a boca na outra ponta do espaçador onde está acoplada a máscara.

4. Respire o remédio:

• Pressione e inspire: aperte a bombinha uma vez enquanto inspira (puxa o ar) devagar e profundamente.

• Segure o ar: depois de inspirar, segure o ar por 10 segundos. Se não conseguir, segure o máximo que puder.

5. Exale devagar: solte o ar devagar pela boca. Agora o remédio está nos pulmões, ajudando a respirar melhor.

6. Repita se precisar: se for preciso usar mais de uma dose, espere um minutinho e repita os passos.

7. Limpe a bombinha: depois de usar, limpe o bocal da bombinha com um paninho seco e guarde-a num lugar seguro. Não empreste sua bombinha para ninguém, ela é só sua!



# Queijo Colonial Produzido com Leite de Vacas Jersey Alimentadas com Óleos Essenciais de Menta e Eucalipto

**Autores: Cristina Bachmann da Silva\*<sup>1</sup>, Aline Luiza do Nascimento<sup>1</sup>, Lucas Bavaresco<sup>1</sup>, Ana Luiza Bachmann Schogor<sup>2</sup>, Aline Zampar<sup>2</sup>**

**1 Mestrandos do Programa de Pós-graduação em Zootecnia, da Universidade do Estado de Santa Catarina, Chapecó-SC**

**2 Professores do Programa de Pós-graduação em Zootecnia, da Universidade do Estado de Santa Catarina, Chapecó-SC**

**\*Autor correspondente: cristinabachmann5@gmail.com**

A produção de leite é uma atividade de grande importância econômica e social no Brasil, gerando empregos no campo, nas indústrias, e na comercialização de produtos. No entanto, a falta de padronização no processo produtivo do queijo colonial artesanal ainda é um desafio.

Realizamos uma pesquisa para investigar o uso de óleos essenciais (OE) de menta e eucalipto na alimentação de vacas Jersey para avaliar seus efeitos na qualidade do leite e no queijo colonial produzido. Os óleos essenciais de menta e eucalipto são extratos naturais obtidos das plantas *Mentha piperita* e *Eucalyptus globulus*, respectivamente. Na produção animal, esses óleos são utilizados devido às suas propriedades benéficas para a saúde e bem-estar dos animais. O óleo essencial de menta é conhecido por suas propriedades refrescantes e pode ajudar a reduzir o estresse por calor em animais, além de melhorar a digestão e o consumo. Já o óleo essencial de eucalipto possui propriedades antimicrobianas e anti-inflamatórias, sendo eficaz na prevenção de doenças

respiratórias e na melhoria da saúde geral dos animais. Ambos os óleos podem contribuir para um sistema imunológico mais robusto, melhorando a resistência dos animais a doenças e, conseqüentemente, a qualidade dos produtos derivados, como leite e carne.

O estudo envolveu a suplementação de vacas Jersey com os OE sobre a produção de queijo colonial. Uma foto do processo de fabricação dos queijos é demonstrado na Figura 1. O objetivo foi gerar dados relevantes sobre os efeitos dos OE na qualidade do queijo e na caracterização do microbioma do queijo colonial artesanal.

A pesquisa focou na caracterização do processo de produção do queijo colonial, um produto significativo no estado de Santa Catarina, tanto economicamente quanto culturalmente. Esta produção de queijo colonial, realizada em propriedades familiares no sul do Brasil é vital para a economia regional, gerando renda e preservando tradições culturais que fortalecem a identidade local. A tipificação dos microrganismos presentes no

queijo é crucial, pois eles podem influenciar a maturação, sabor, aroma e até mesmo conferir propriedades probióticas ao queijo.

Os resultados mostram que a inclusão de OE de menta e eucalipto na dieta das vacas não alterou os parâmetros físico-químicos, microbiológicos ou sensoriais do queijo, como teor de proteína, gordura, cor, textura e sabor. No entanto, o queijo produzido com leite de vacas suplementadas apresentou menor presença de microrganismos patogênicos em comparação ao queijo produzido com leite de vacas não suplementadas.

Além disso, a pesquisa destacou a importância de métodos independentes de cultura, como o sequenciamento de alto rendimento, para avaliar a microbiota do queijo. Esses métodos são mais adequados para identificar bactérias não cultiváveis, proporcionando uma visão mais completa da microbiota presente no produto. Os dados obtidos podem servir como base para futuras pesquisas e práticas na indústria de laticínios, contribuindo para a melhoria da qualidade e

segurança dos produtos lácteos. A utilização de óleos essenciais na alimentação animal pode se tornar uma prática comum, visando não apenas o bem-estar dos animais, mas também a qualidade dos produtos derivados.

Por fim, a pesquisa reforça a necessidade de mais estudos técnico-científicos sobre o uso de óleos essenciais na produção de leite e derivados, incentivando a inovação e a sustentabilidade na cadeia produtiva do leite. Aqui, destacamos o papel da FAPESC (TR 2030), que apoiou esta pesquisa junto à UDESC, e à CIDADASC. A adoção de práticas baseadas em evidências pode trazer benefícios significativos para produtores, indústria e consumidores.

A produção de queijo colonial artesanal é uma tradição que remonta a gerações, especialmente no sul do Brasil. Este tipo de queijo é conhecido por seu sabor único e textura diferenciada, características que são altamente valorizadas tanto no mercado interno quanto externo. A preservação dessas tradições não só mantém viva a cultura local, mas

também oferece uma fonte de renda estável para muitas famílias de agricultores.

A utilização de práticas agrícolas sustentáveis, como a alimentação de vacas com óleos essenciais, pode reduzir a necessidade de antibióticos e outros produtos químicos, promovendo uma produção mais natural e ecológica. Isso pode refletir também em uma maior qualidade de derivados, como o próprio queijo colonial. Isso é particularmente importante em um momento em que os consumidores estão cada vez mais conscientes sobre a origem e os métodos de produção dos alimentos que consomem.

Em resumo, a pesquisa sobre o uso de óleos essenciais na alimentação de vacas Jersey e seus efeitos na produção de queijo colonial artesanal oferece insights valiosos que podem beneficiar toda a cadeia produtiva do leite. Ao melhorar a saúde e o bem-estar dos animais, garantir a qualidade dos produtos lácteos e preservar as tradições culturais, essa prática tem o potencial de transformar positivamente a indústria de laticínios no Brasil.



**Figura 1. Fabricação do Queijo Colonial pela equipe do projeto da pesquisa. Fonte: os autores.**

# Vestibular de Verão 2025 da UDESC:

## Inscrições Abertas até 15 de Janeiro

A UDESC tem excelência no Ensino Superior atuando nas áreas de ensino, pesquisa, extensão e inovação com 55 cursos de graduação e 58 cursos de pós-graduação, somando 14 mil estudantes. A sua estrutura conta com 13 Centros de Ensino distribuídos em 10 cidades em todas as regiões catarinenses, além de 30 polos de Educação a Distância (EaD).

A UDESC oferece o Auxílio

Financeiro e bolsas remuneradas para auxiliar na permanência estudantil, sendo auxílio alimentação, auxílio moradia, auxílio transporte, inclusão digital, subsídio refeição e auxílio emergencial. As bolsas remuneradas incluem apoio discente, bolsas de ensino, bolsas de pesquisa, bolsas de extensão, e bolsas de intercâmbio internacional.

Na UDESC Oeste são oferecidos os cursos de Graduação em Enfermagem, Zootecnia com “ênfase em Produção Animal Sustentável”, ambos realizados em Chapecó, e os Cursos de Graduação em Engenharia de Alimentos e Engenharia Química, ambos em Pinhalzinho.

As inscrições para o Vestibular de Verão 2025 por meio do HISTÓRICO ESCOLAR estão abertas até o dia 15/01.

**Inscreva-se pelo site <https://www.udesc.br/vestibular>**

**Ensino público, gratuito, de qualidade, com auxílio permanência e bolsas remuneradas é na UDESC!**

**Venha! Estamos esperando você!**



## Expediente

Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC

Centro de Educação Superior do Oeste – CEO

Endereço: Rua Beloni Trombeta Zanin 680E - Bairro Santo Antônio - Chapecó - SC, CEP: 89.815-630

Organização: Profa Ana Luiza Bachmann Schogor; Prof. Pedro Del Bianco Benedeti

Email: [sbrural.ceo@udesc.br](mailto:sbrural.ceo@udesc.br)

Jornalista responsável: Juliana Stela Schneider REG. SC 01955JP

Impressão Jornal Sul Brasil

As matérias são de responsabilidade dos autores