

Learning by Ear – Aprender de Ouvido

Saúde - 4º Episódio

Higiene pessoal

Texto: Hope Azeda

Redacção: Christine Harjes

Tradução: Maria Kremer

Intro:

Alô! Bem vindos à série especial do Learning by Ear – Aprender de ouvido dedicada à saúde. Hoje vão ver como a procura de um par de peúgas lança uma grande discussão sobre a higiene pessoal entre os cinco rapazes da pensão Mandela. O Juca, o Estêvão, o Suleimane, o Júlio e o Manuel vieram para a cidade porque queriam fazer o ensino secundário e não havia escolas secundárias nas suas aldeias. Mas, como vão poder ouvir, a vida longe dos pais pode ser um pouco suja, sobretudo quando se trata de lavar a roupa e tomar banho. No fim vamos dar também algumas informações sobre como proteger a saúde e assegurar que se tem cuidado com a higiene pessoal.

Música: Nii Tagoe-Bwamba-Ghana-4064587000

PRIMEIRA CENA

Suleimane, Manuel, Estêvão, Júlio e Juca, de manhã, na pensão Mandela.

SFX: *Escovando os sapatos. Os rapazes estão a preparar-se para ir para a escola, e reviram tudo do avesso.*

SFX: *Brushing shoes. The boys are getting ready for school, they turn the household inside out.*

- 1. Suleimane:** Hoje não tomo banho, a casa de banho está ocupada. Rapazes, quem é que tirou as minhas peúgas?
- 2. Manuel:** Ouve, Suleimane, não deixes que as tuas peúgas se transformem num problema para todos nós ---deixa-me acabar de escovar os sapatos. Nós temos pressão suficiente para carregar...
- 3. Suleimane:** Ah! Sim? Manuel, não estou nada surpreendido.....
- 4. Manuel:** Não comeces agora!
- 5. Suleimane:** Porquê? Sentes-te culpado ?
- 6. Estêvão:** Rapazes, vocês estão aborrecidos?
- 7. Manuel:** Estêvão, estou a falar a sério. O Suleimane acusa-me de lhe ter roubado as peúgas.
- 8. Suleimane:** Manuel, não digas que eu disse fosse o que fosse. Mas tu usaste isso tudo, por isso devias trazer as minhas peúgas.
- 9. Manuel:** Vai passear! Eu não tenho as tuas peúgas. Por que é que estás a implicar comigo hoje?
- 10. Suleimane:** Chega de uma vez por todas, Manuel. Estamos cansados de te ouvir pregar sobre a saúde, quando tu dificilmente lavas as tuas peúgas ou tomas banho!.
- 11. Júlio:** Diz tudo, irmão.....

- 12. Suleimane:** Obrigado, Júlio...honestamente falando, Manuel, quando é que tomaste banho pela última vez? Conta....há uma semana? Há um mês?
- 13. Manuel:** E o que é que isso tem a ver com peúgas?
- 14. Suleimane:** Ok, ok, volto para as peúgas: quando é que calçaste um par de peúgas lavadas pela última vez?
- 15. Manuel:** *(imitando)* Na semana passada? No mês passado? Pára com essa palermice, Suleimane.
- 16. Suleimane:** Para falar a verdade, Manuel, o cheiro das tuas peúgas está-se a tornar insuportável – é tão tóxico que, se as deitasse para o lixo, os bichos morriam fulminados.
- (os outros rapazes riem à gargalhada)*
- 17. Suleimane:** Incluindo as ratazanas.
- 18. Manuel:** Com que então vocês resolveram juntar-se contra mim? Suleimane, se continuares a deitar veneno cá para fora, há tarefa..
- 21. Estêvão:** Suleimane, deixa o Manuel em paz.
- 22. Juca:** Obrigado, Estêvão
- 23. Juca:** Suleimane, quando voltar para casa, para ir buscar o dinheiro para pagar as últimas propinas, compro-te um par de asas, de forma a poderes voar sem peúgas malcheirosas.
- 24. Suleimane:** Traz também roupa interior para o Manuel. Mas não percebo como é que tu consegues usar roupa interior durante um mês sem a lavar – até que comece a parecer estar pendurada de uma corda.
- 25. Júlio:** *(rindo)* Vocês são giríssimos, começam o período com roupa interior que lhes fica bem e ao fim de dois meses de não a tirarem, reduz-se a um fio.

- 28. Suleimane:** Júlio, isto não é para rir, podes imaginar quantos piolhos vivem com o Estêvão e o Juca? Onde é que vocês vão buscar coragem para falar com miúdas?
- 29. Estêvão:** Nem abras esse capítulo, as miúdas não se podem sentir atraídas por rapazes que dão demasiada atenção às peúgas ou a outros detalhes, como seja a roupa interior, que se cuidam a cem por cento.
- 30. Suleimane:** Ah, Estêvão, espera até te transformares num centro de atracção para as moscas...
- 31. Manuel:** Estêvão....rapazes.....não aguento isto....vou para a escola, mas saio pela janela. Não me está a apetecer discutir a questão da renda outra vez com a nossa senhoria.....

SFX: *passos para o baú de metal para saltar pela janela*
SFX: *steps on to a metallic trunk to climb out of the window*

- 32. Suleimane:** Onde é que tu pensas que vais com as minhas peúgas, Manuel?
- 33. Manuel:** Pára de me puxar a perna, Suleimane, posso cair.
- 34. Suleimane:** Dá-me as minhas peúgas! Olhem, rapazes, não são as minhas peúgas? Se não as tivesse visto por baixo das calças quando subiste para a janela nunca teria visto que eram as minhas peúgas!.
- 35. Manuel:** Pára com isso, Suleimane (*há risadas no quarto*) vais-me fazer cair.

SFX: *(Pumba! O Manuel cai por cima do baú e bate na cabeça do Júlio com as mãos)*

SFX: *(Bang! Manuel falls on the trunk and his hand slaps Jimmy's head)*

- 36. Júlio:** (*cheio de dores*) au! Manuel...bateste-me na cabeça....

- 37. Manuel:** Foi o Suleimane,
- 38. Suleimane:** Manuel, foste tu!
- 39. Júlio:** Se não pararem com essa barulheira, a senhoria ainda aí vem....Suleimane, toma, podes levar as minhas peúgas, só as calcei três vezes.
- 40. Suleimane:** Está bem, vou parar, mas penso que está na altura de começarmos a prestar mais atenção ao nosso corpo. Se não transformamo-nos num paraíso para tinhas, piolhos, e todo o tipo de parasitas.
- 41. Manuel:** Olhem, vamos juntar o nosso dinheiro, comprar sabão e lavar a roupa.
- 42. Suleimane:** Antes de comprarmos sabão temos de vender a nossa preguiça.
- 43. Juca:** Manuel e Suleimane, por favor, párem com isso. Vocês sabem que vou a casa buscar o dinheiro das propinas, vou de certeza trazer sabão quando voltar.

Música: Nii Tagoe-Bwamba-Ghana-4064587000

SEGUNDA CENA

Juca e a mãe em casa, na aldeia

- 44. SFX:** *É noite, ouve-se o som dos amendoins a serem esmagados, de vez em quando ouve-se uma cabra, algumas galinhas combatem....*
- 44. SFX:** *It is evening, sound of pounding groundnuts, once in a while a goat is heard, some chickens fight...*
- 45. A mãe de Juca:** Oh Juca, o que aconteceu? Estava à tua espera ontem!
- 46. Juca:** Tinha um jogo de basquetbal, por isso, cancelei a viagem e fui ao jogo.

47. A mãe de Juca: Isso é muito estranho, sabes. Quer dizer que este ano em vez de fazer exames, andas a jogar na equipa?

48. SFX: *Pára de pilar.*

48. SFX: *Stops pounding.*

49. Juca: Não é bem assim mas, a mãe não percebe, o desporto é mesmo muito importante na escola.

50. A mãe de Juca: *(ri-se)* É melhor você sentar.

51. SFX: *uma velha cadeira de madeira range.*

51. SFX: *Cracking old wooden chair*

52. A mãe de Juca: Bem, então vais-me contar todas as coisas que eu não percebo. Toma lá alguns amendoins e come.

53. SFX: *Comendo amendoins – ouve-se uma palmada*

53. SFX: *Eating nuts -- a soft slap is heard*

54. A mãe de Juca: *(rindo)* E volto a bater-te na mão se comeres sem lavar as mãos primeiro – leva o sabão daí, dessa pedra e lava as mãos.

55.SFX: *A água corre da cabaça e lava-se as mãos*

55.SFX: *Water pouring from calabash and washing hands*

56. A mãe de Juca: Ei! Juca, que insecto é esse a passar na tua camisola?

57. Juca: *(comendo amendoins)* Qual insecto?

58. A mãe de Juca: Meu Deus, é um piolho, Juca! Mas tu andas a dormir no mato?

59. Juca: Não, porquê?

- 63. A mãe de Juca:** Parece que não tens andado a tomar conta de ti. Olha para a cor do teu uniforme, não era para ser branco em vez de castanho? Meu Deus, olha, mais piolhos no teu cabelo, deixa-me ver o pescoço...
- 64. Juca:** Mãe, mal me sentei e já me estás a acusar de....
- 65. A mãe de Juca: (*zangada*)** Cala-te, Juca, olha para o teu pescoço – as tinhas já desenharam o mapa-mundo em cima dele e as tuas unhas parecem as do galo velho que o pai tem....isto não pode ser.
- 66. Juca:** Mamã, por favor, não me vais envergonhar aqui, os nossos vizinhos vão....
- 67. A mãe de Juca:** Cala-te, é bom que ouçam! Tu é que me estás a envergonhar – toda a gente aqui da aldeia sabe que o meu filho anda numa escola na cidade. Se agora te encontrassem assim, iam te confundir com o bode velho do pai!
- 68. SFX:** *Ruídos de animais domésticos, cabras, porcos....*
- 68. SFX:** *Domestic animal sounds goats, pigs...*
- 69. A mãe de Juca:** Anda, traz os amendoins e vai tomar um banho decente e mudar de roupa. E sabes uma coisa? Ao que parece não sabes tomar conta de ti – e eu não te vou dar o dinheiro para as propinas. Ficas aqui a trabalhar na horta.
- 70. Juca:** Mamã, por favor, escuta...
- 71. A mãe de Juca:** O quê? Não te dei sabão para levares para a cidade?
- 72. Juca:** Deste, mãe, mas não chegou, se me deres sabão que chegue prometo-te que lavo a roupa sempre.
- 73. A mãe de Juca:** Não é só a tua roupa que tens de lavar, é o teu corpo também.
- 74. Juca:** Eu, sei! Tudo, Mamã, da cabeça aos pés.

75. A mãe de Juca: Se da próxima vez não te apresentares como um rapaz que frequenta a escola na cidade, prometo-te que ficas aqui a cavar na horta. É melhor cumprires a tua promessa!

77. SFX: *Começa a comer os amendoins*

77. SFX: *Begins to chew his nuts*

78. Juca: Hem, Mamã, foi um acolhimento quente!

79. A mãe de Juca: (ri-se) Não há dúvidas que precisas de um banho quente e de um acolhimento quente!

Fim da segunda cena

Música: Música: Nii Tagoe-Bwamba-Ghana-4064587000

(2 locutores/um para os títulos, outro para o resto)

Sabia que?

Higiene pessoal significa fazer todos os possíveis por manter-se saudável e limpo. Um corpo limpo não atrai parasitas.

Parasitas

Um parasita é um organismo que vive num outro organismo, chamado hospedeiro, e ao qual causa dano. O parasita é mais pequeno que o hospedeiro e de uma espécie diferente. Os parasitas dependem parcial ou totalmente do hospedeiro para se alimentarem. Os piolhos são uma espécie de parasitas. Eles põem os ovos nas dobras do material (roupas ou roupa de cama) e por vezes agarram-se aos pêlos do corpo. Os piolhos podem também transmitir doenças.

As doenças

Os piolhos transmitem epidemias mortais como o tifo e a febre recorrente. Estas epidemias podem deflagrar, por exemplo, no seguimento de uma catástrofe natural. Podem surgir sobretudo se as pessoas vivem sem condições de higiene e num espaço pequeno.

Prevenção

Os piolhos propagam-se, quer seja através do contacto directo com alguém que tenha piolhos ou indirectamente através de roupas, roupa de cama ou toalhas usadas por várias pessoas. Se te lavares regularmente terás grandes hipóteses de evitar piolhos ou outros parasitas. Toma banho ou duche regularmente e usa sabão. Lava as tuas peças de vestuário e a roupa da cama com frequência. Lava sempre as mãos depois de teres feito as necessidades [urinado ou evacuado]. Também deves lavar as mãos antes de comer e depois de ter tocado em animais.

Música: Música: Nii Tagoe-Bwamba-Ghana-4064587000

Outro:

E é tudo por hoje, terminámos mais um episódio da série especial do Learning by Ear – Aprender de Ouvido dedicada à saúde. Este episódio é da autoria de Hope Azeda. Lembrem-se que podem continuar com saúde se fizerem um pequeno esforço.

Se quiserem voltar a ouvir esta emissão, podem entrar na nossa página da internet: www.dw-world.de/lbe

Gostaram deste programa? Enviem um email para afriportug@dw-world.de

Até à próxima!