

PASSAPORTE PARA A SEGURANÇA

Fique por perto.



Acidentes são evitáveis.

**Prevenção
de Acidentes
na Infância e
Adolescência.**

**de 3 anos
a 12 anos**

Ministério
da Saúde



Informações úteis

Nome da criança:

Nome dos pais:

Médico Pediatra

Dr.

Fone:

Endereço:

Pronto-socorro Infantil

Nome:

Fone:

Endereço:

Telefones Importantes (colocar nomes)

Pai:

Fone:

Mãe:

Fone:

Vizinho:

Fone:

Corpo de Bombeiros

Fone:

Polícia

Fone:

Proteção de 3 a 5 anos

Comece a ensinar a sua criança a estar segura

A criança explora a vizinhança, corre, escala, anda de velocípede, aprende a andar de bicicleta, brinca com outras crianças, atravessa a rua e esses movimentos precisam ser feitos com vigilância. Durante esses anos, as crianças podem aceitar e responder aos ensinamentos, porém, elas ainda necessitam de proteção.

Áreas perigosas de brinquedo:

Verifique as atividades da criança freqüentemente. As áreas de brinquedo devem ser examinadas quanto a perigos "atraentes": ferros-velhos, escavações, alagados, mangues, construções, montes de lixo, carros abandonados, prédios abandonados.



Mordidas de animais:

De preferência não tenha animais. lembre-se: os animais são irracionais. Não permita que seu filho acaricie cachorro e animais estranhos. Ensine seu filho a nunca provocar um animal. Não permita que sua criança retire alimentos ou brinque com um animal enquanto ele está comendo.



Segurança no tráfego:



Não permita que a criança ande de bicicleta na rua. Ela deve andar sempre no banco traseiro em cadeira apropriada ou com almofada dura para elevá-la. Use cintos de segurança no carro, em crianças com mais de 20 kg. Correias de ombros não devem ser usadas se a criança tem menos de 1,35m de altura.

Objetos perigosos e venenos:

Guarde remédios, álcool, gasolina, querosene, detergentes e fósforos fora do alcance da criança. Mantenha os remédios em suas caixas. Armazene equipamentos e instrumentos perigosos em local seguro. Mantenha distante da criança equipamentos elétricos.

Instrução:

Ensine modos seguros de manusear instrumentos, equipamentos de cozinha e produtos de limpeza e polimento. Ensine o perigo da água. Inicie aulas de natação. Ensine as regras e os perigos do tráfego. As crianças devem aprender a obedecer às regras de trânsito. Ensine ao seu filho o andar corretamente de bicicleta (use equipamento de proteção).



Proteção de 6 a 12 anos Cuidando parcialmente de si mesmo

Disciplina e orientação são essenciais, seu filho está longe de casa, por vezes durante horas. A escola e grupos comunitários partilham da responsabilidade por sua segurança. Seus filhos estão participando de equipes esportivas, fazem parte de um grupo e tentarão algo mais. Podem idolatrar e querer imitar heróis infantis ou uma pessoa mais velha que viva perigosamente. Crianças nessa idade devem assumir alguma responsabilidade por sua própria segurança, porém é aconselhável andar acompanhada até 11 anos.

Segurança no tráfego:

Bicicletas

As bicicletas devem ser sempre de tamanho apropriado. Deve-se ensinar o uso de proteção apropriada, principalmente capacete e protetor nas mãos e pés. Só andar em ciclovias. Se a bicicleta é usada à noite deve estar equipada com luzes e espelhos. A criança deve compreender que é fundamental obedecer às regras de trânsito, ser prudente e atenta.



Armas de fogo:

De preferência, não tenha armas de fogo. Esconda. Não guarde nunca carregada. Guarde a munição separadamente.



Sufocação:

Não permita que seu filho brinque nas escavações.



Esportes e recreação:

Supervisione. Assegure-se de que o equipamento de proteção, que esteja sendo usado, seja adequado e esteja em bom estado de conservação.



Fogo:

Ensine os perigos do manuseio de gasolina e outros derivados de petróleo perigosos.



Afogamento:

Proporcione supervisão por adultos e ensine a nadar e a boiar. Continue a ensinar a sua criança regras de segurança, tanto pelos exemplos, como por palavras.



Acima de 12 anos

A grande maioria dos acidentes na infância e adolescência são evitáveis.

A prevenção de acidentes é mais eficiente quando se pratica o diálogo e o bom relacionamento no seio familiar. Acidentes e atos de violência podem parecer distantes, mas, na verdade, acontecem com qualquer um de nós e com os nossos filhos.

Os adolescentes apresentam características próprias da idade, como o desejo de testar seus próprios limites, o sentimento de que “comigo nada acontece”, a grande curiosidade pelas coisas novas e o hábito de tomar atitudes impulsivas sem pensar nas conseqüências de seus atos.

Os adolescentes que sofreram muitos acidentes durante a infância precisam de uma atenção maior dos pais.

Entre os adolescentes, os acidentes mais comuns estão relacionados a quedas em geral, acidentes de trânsito, ferimentos com arma de fogo e arma branca.

O consumo de drogas está relacionado a atos de violência e acidentes.

Acidentes de trânsito:

Encorajar o uso de cinto de segurança.

Destacar a importância de álcool e outras drogas nos acidentes com veículos motorizados.

Encorajar o uso de protetores (capacete e outros) quando andar de bicicleta ou motos.

Andar de bicicleta somente nos lugares apropriados, evitando ruas de movimento.

Prestar a máxima atenção ao atravessar ruas, avenidas e vias expressas.

Denunciar às autoridades de trânsito os locais onde os acidentes e atropelamentos são freqüentes.



Afogamentos:

Destacar os males do álcool e outras drogas nas ocorrências de afogamento, tanto em piscinas quanto no mar.

Desenvolver práticas de natação.

Prática de esportes:

As contusões que podem ocorrer durante a prática de esportes, como quedas, fraturas e diversos traumatismos, podem ser evitadas. Apropriado condicionamento físico é fundamental para a prática desportiva.

O esporte é um prazer, mas deve ser praticado com equipamentos adequados.

Acidentes com arma de fogo e arma branca:

Não ter arma de fogo em casa.

Caso tenha, mantê-la em local seguro, guardando a munição em outro lugar.

Informar as crianças e adolescentes, em diálogo franco e permanente, dos perigos do uso de armas de fogo.

Previna envenenamentos:

A faixa de maior risco é a compreendida entre 1 e 5 anos. Crianças nessa idade podem pôr qualquer coisa em suas bocas (isso faz parte da sua aprendizagem). Muitos produtos comumente encontrados em casa podem ser venenosos se não usados apropriadamente.

REGRAS DE SEGURANÇA:

- * Mantenha qualquer produto perigoso fora da visão e alcance da criança.
- * Tome cuidados extras quando alguém da família estiver em tratamento, usando vários remédios.
- * Nunca diga que remédio é doce.
- * Compre produtos domésticos em embalagem resistente para a criança e guarde-os em lugar seguro.
- * Nunca deixe bebidas alcoólicas ao alcance da criança.
- * Procure ajuda médica, se seu filho ingerir uma substância não alimentar.
- * Anote os seguintes números de telefone:
 - de seu pediatra;
 - do seu hospital;
 - do seu Centro de Controle de Intoxicação.
- * Peça orientações a seu médico sobre primeiros socorros, envenenamento ou intoxicações.
- * Mantenha todo e qualquer produto em seus recipientes originais.
- * Nunca ponha produtos não comestíveis em embalagens de alimentos ou bebidas.
- * Sempre leia os rótulos cuidadosamente antes do uso de qualquer produto.
- * Ensine as crianças a não beber ou comer qualquer substância, a menos que seja dado por adultos conhecidos seus.
- * As crianças tendem a imitar os adultos. Não tome remédios na presença de crianças pequenas.
- * Realize faxinas domésticas periodicamente. Remédios velhos cujos prazos estejam vencidos ou que denotem perda de suas características devem ser jogados no lixo.

Conversa com os pais

Este guia de prevenção de acidentes enfoca os imprevistos mais freqüentes de uma maneira geral.

No entanto, é muito importante que você pense levando em consideração não só o que está proposto, mas também o dia-a-dia da sua criança, lembrando dos locais onde fica, da escola e de quem possa porventura cuidar dela também.

Olhe para dentro da sua casa e procure locais onde sua criança pode se acidentar. Mantenha a casa bonita para a criança e não para as visitas. Olhe no sorriso dela, pois quanto mais espaço seguro ela tiver mais vai se desenvolver, e você precisará dizer menos não e menos cansado(a) você vai ficar quando estiver tomando conta.

Visite a creche/escola da sua criança e pergunte sobre normas de prevenção de acidentes e observe possíveis locais onde eles possam ocorrer. Existe um programa chamado ESCOLA SEGURA.

Converse com as pessoas que ajudam a cuidar da sua criança. Fiscalize as praças e reivindique que o trânsito fique longe ou que sejam cercadas. Exija pisos macios e brinquedos bem conservados.

Freqüentemente, as orientações são repetitivas porque muitos acidentes são comuns em diversas faixas de idade.

Tenha sempre à disposição o telefone do centro de intoxicações da sua localidade.

Conversa com os pediatras

Este guia tem por finalidade facilitar a sua atuação em prevenção de acidentes na infância e adolescência.

É fundamental que em toda consulta você utilize como rotina a prática de prevenção de acidentes, uma vez que junto com a violência é a principal causa de mortalidade e morbidade na infância e na adolescência.

Cada criança necessita de um tipo de prevenção de acidentes, de acordo com alguns fatores que podem interferir:

- tipo de casa e localização;
- cercanias da casa;
- nível socioeconômico;
- com quem fica a criança;
- o trajeto da criança para a escola;
- como é a escola da criança.

Esses fatores devem sempre constar das suas orientações. Introduza na sua prática uma visão epidemiológica.



EDITORA MS

Coordenação-Geral de Documentação e Informação/SAA/SE
MINISTÉRIO DA SAÚDE

(Revisão, editoração, impressão, acabamento e expedição)

SIA, Trecho 4, Lotes 540/610 – CEP: 71200-040

Telefone: (61) 233-2020 Fax: (61) 233-9558

E-mail: editora.ms@saude.gov.br

Home page: <http://www.saude.gov.br/editora>

Brasília – DF, agosto de 2003

OS 1035/2003

Fique por perto.



Acidentes são evitáveis.

Ministério
da Saúde

