



Prevenção
de acidentes

no dia a dia

APRESENTAÇÃO

O bem-estar diário de uma criança é algo fundamental na vida de pais, mães, avós, cuidadores e responsáveis. Pensando nisso, a Criança Segura desenvolveu um curso detalhando as diversas formas de prevenir acidentes no dia a dia de crianças e adolescentes.

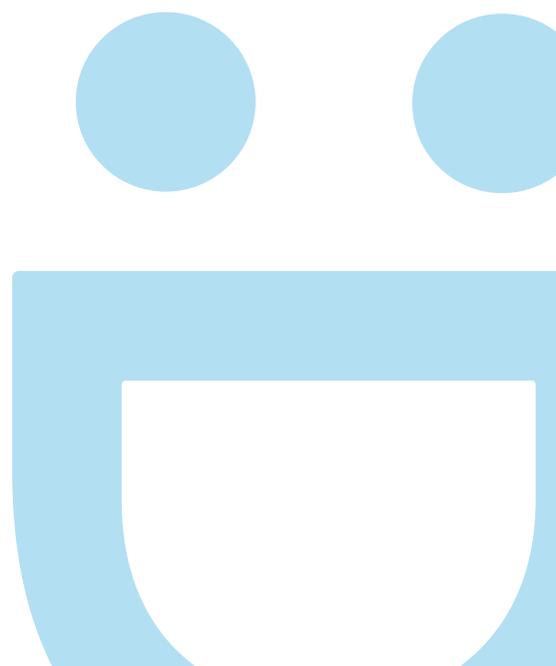
O curso **Prevenção de acidentes no dia a dia, cuidados na infância e adolescência** ajudará você a prevenir e evitar acidentes com seus filhos, sobrinhos, netos, alunos e demais crianças da sua convivência. Ele foi estruturado em cinco temáticas diferentes, que abrangem os cuidados necessários quando se tem uma criança ou adolescente por perto. Tudo isso para tornar a aventura da infância de quem amamos ainda mais feliz, segura e tranquila.

Ótimo curso!



SUMÁRIO

| | |
|--|-----------|
| 1 – Cenário dos acidentes: suscetibilidade das crianças..... | 04 |
| 2 – Acidentes comuns: sufocações, acidentes com armas de fogo e afogamentos..... | 13 |
| 3 – Acidentes comuns: queimaduras, intoxicações e quedas..... | 25 |
| 4 – Criança segura no trânsito: cadeirinha..... | 41 |
| 5 – Criança segura no trânsito: mobilidade ativa..... | 59 |
| 6 – Nossas crianças seguras: mobilizando a comunidade..... | 74 |





Aula 1

CENÁRIO DOS ACIDENTES: suscetibilidade das crianças

Por que este assunto é importante

Apesar de sabermos que 90% dos acidentes com crianças podem ser evitados com medidas de prevenção, eles ainda são a principal causa de morte de meninos e meninas de um a 14 anos no Brasil.

Diante disso, o que podemos fazer para mudarmos essa triste realidade?

Pais, familiares e responsáveis têm um papel fundamental nessa missão. Entender quais são os acidentes mais comuns na infância e quais são as características em cada faixa etária é fundamental para garantir que crianças e adolescentes possam crescer e se desenvolver de forma feliz, saudável e segura.

Veja a seguir os acidentes mais comuns na infância e adolescência:



Dados sobre acidentes

Os acidentes representam a principal causa de morte entre crianças e adolescentes de um a 14 anos de idade no Brasil. Em 2018 mais de 3,3 mil crianças morreram e cerca de 112 mil foram hospitalizadas em 2019 por esse motivo, segundo dados do Ministério da Saúde. Já os dados mundiais mostram que os acidentes provocam a morte de aproximadamente um milhão de crianças por ano.

Fique por dentro

A Criança Segura monitora regularmente os dados relacionados a acidentes com crianças no país. Para isso, usamos a plataforma de dados do Ministério da Saúde, o [DATASUS](#).

Os números mais atualizados sempre estão no site da [Criança Segura](#). Vale a pena ir lá conferir se quiser saber mais.



Ao analisar a taxa de mortes por acidentes no Brasil, percebemos que acontecem 7,2 casos fatais a cada 100 mil crianças de até 14 anos. Porém, quando olhamos individualmente a faixa etária de até quatro anos, notamos que são 12,34 óbitos. Por outro lado, ao analisar a mesma taxa por 100 mil habitantes para as internações por acidentes em nosso país, observamos um movimento inverso: na faixa etária de até 14 anos, são 247,47 hospitalizações; já na faixa de até quatro anos, são 235,88. Veja:

| Taxa por 100 mil habitantes |  0 a 4 anos |  0 a 14 anos |
|-----------------------------|---|--|
| Casos fatais | 12,34 | 7,2 |
| Internações | 235,88 | 247,47 |

Esses dados mostram que, no universo de acidentes na infância e adolescência, há maior concentração de mortalidade entre as crianças menores.

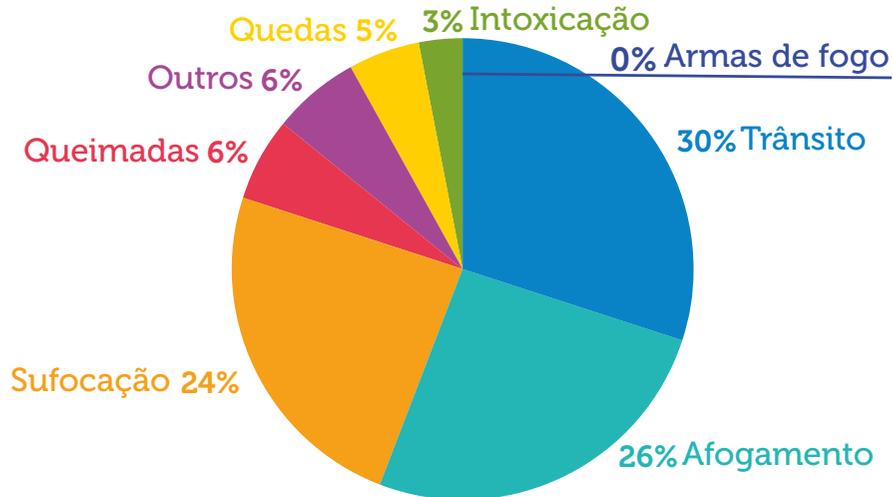
Atenção!

Esses indicadores podem sinalizar que os acidentes na primeira infância têm maior gravidade e maior chance de letalidade.

Você entenderá melhor a realidade dos acidentes na infância ao analisar as principais informações e estatísticas sobre os tipos de acidente que mais acontecem, a mortalidade e as hospitalizações associadas a cada um deles. Veja os índices.

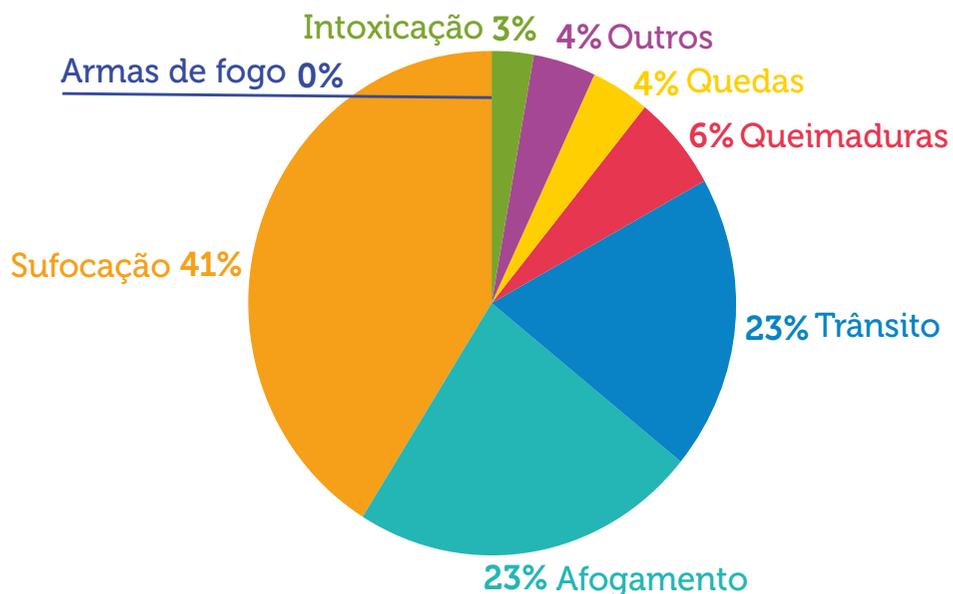
Mortalidade

Observe no gráfico a seguir as principais causas de mortalidade de crianças de zero a 14 anos por acidentes, de acordo com os dados do Ministério da Saúde, DATASUS (2018).

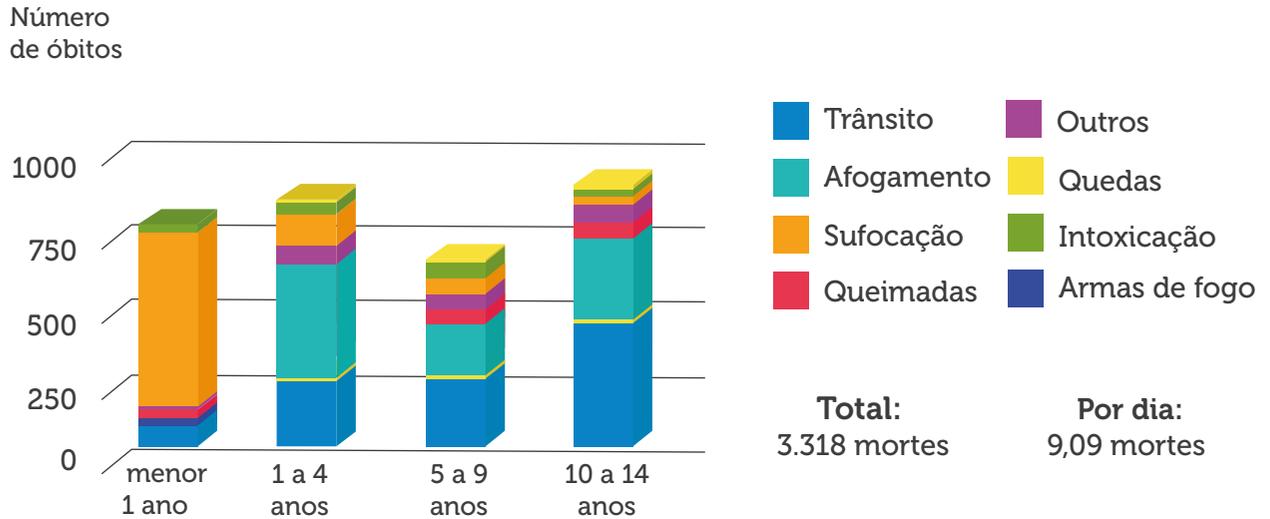


Verifique que o **trânsito** é a principal causa, representando 30% das mortes. Na sequência vêm o afogamento, com 26% dos casos, e sufocação, com 24%.

Já no caso das crianças menores, entre zero e quatro anos, quando analisamos as mortes no Brasil (Ministério da Saúde – DATASUS, 2018), as principais causas de acidentes mudam consideravelmente, e a **sufocação** passa a ser a principal causa, seguida de afogamento e trânsito. Acompanhe no gráfico a seguir.



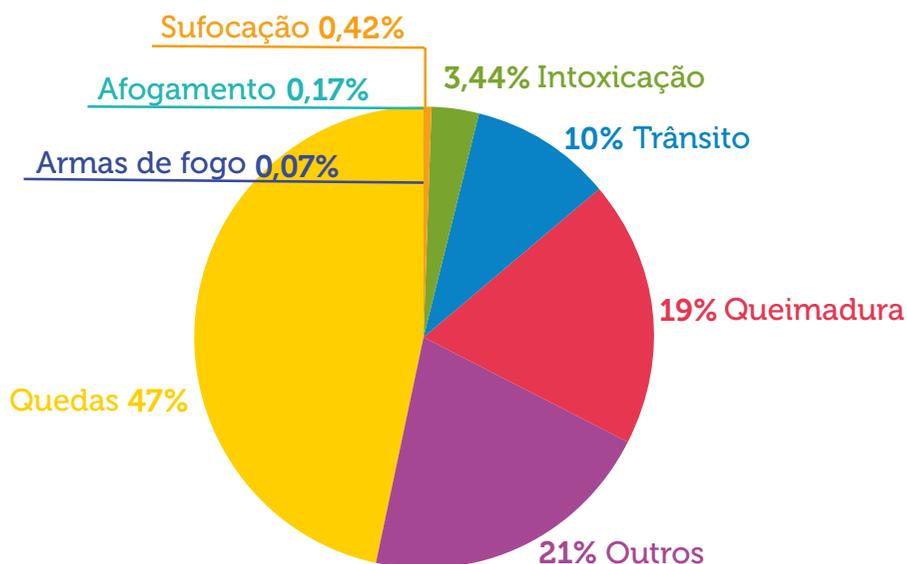
É importante também observar a relação entre o tipo de acidente e a faixa etária das vítimas fatais, como mostra o gráfico a seguir, com base nos dados apresentados nos gráficos anteriores.



Além das ocorrências de morte por acidentes, é preciso considerar milhares de crianças e adolescentes feridos, que tiveram seu desenvolvimento, sua saúde e/ou suas atividades comprometidas.

Internações

No caso das internações, percebemos que as quedas são o tipo de acidente mais representativo, com 47% dos casos. Essas quedas podem ocorrer de altura, por exemplo de móveis, escadas, janelas ou lajes, ou no mesmo nível, como quedas ao correr e tropeçar. O gráfico a seguir apresenta os dados do Ministério da Saúde relacionados às internações por acidentes registradas em 2019.



É curioso observar que as causas mais significativas de mortes quase não aparecem nas internações, por exemplo:



Trânsito



Afogamento



Sufocação

Isso indica que em geral esses acidentes são mais graves e fatais, portanto merecem cuidado redobrado. Essas ocorrências poderiam ser evitadas com medidas preventivas e educativas.

Fique de olho!

Em acidentes com crianças transportadas em veículos, por exemplo, o uso do dispositivo de retenção (bebê-conforto, cadeirinha e assento de elevação) reduz as chances de lesões graves e de morte, no caso de uma colisão.

Estudos norte-americanos demonstram que as cadeiras de segurança para crianças, quando instaladas e usadas corretamente, diminuem em até 71% o risco de morte por acidente.

Fique por dentro

Outros dados mais específicos e as atualizações das estatísticas de acidentes podem ser encontrados no site da Criança Segura: www.criancasegura.org.br. Esse espaço é atualizado regularmente, a partir das estatísticas divulgadas pelo Ministério da Saúde.

Antes de conhecer as orientações de prevenção dos acidentes que você viu nas estatísticas aqui apresentadas, é importante saber quais são as características físicas e comportamentais das crianças que contribuem para os acidentes.



Quais são as características da criança que favorecem acidentes?

Durante o desenvolvimento da criança, algumas características físicas e comportamentais aumentam os riscos de acidentes. Veja a seguir quais são elas.



De 0 a 4 anos

- Têm estrutura física em desenvolvimento (frágil).
- Não reconhecem os perigos.
- Apresentam coordenação ainda em desenvolvimento.
- Contam com habilidade limitada para reagir ao perigo.
- Têm desejo natural de explorar pela boca.
- São de tamanho pequeno.
- Convivem com forte presença do lúdico.



De 5 a 14 anos

- Têm interesse por velocidade, aventura e ousadia.
- Distraem-se facilmente.
- Podem ser persuadidas.
- Têm crescente independência.
- Imitam o comportamento do adulto.
- Apreciam experimentar novas coisas.
- Aderem às regras do grupo.
- Assumem tarefas de adultos.
- O crescimento na altura supera a coordenação e a maturidade.

Você reconheceu seu(sua) filho(a) ou a criança que você cuida em uma dessas características? Então fique atento(a)! Para os filhos, todos os pais são verdadeiros super-heróis, sempre preocupados em protegê-los. Para aumentar seus “superpoderes”, acompanhe as principais orientações para prevenção de sufocações, afogamentos e acidentes com armas de fogo.



Aula 2

ACIDENTES COMUNS: sufocações, acidentes com armas de fogo e afogamentos

Por que este assunto é importante

Entre os diferentes tipos de acidentes que podem ocorrer com uma criança ou adolescente no dia a dia, alguns ocorrem com maior frequência. Assim, você precisa saber quais são e principalmente aprender como evitar que eles aconteçam em sua família. Agora você vai aprender sobre: **sufocações, acidentes com armas de fogo e afogamentos.**

Sufocações

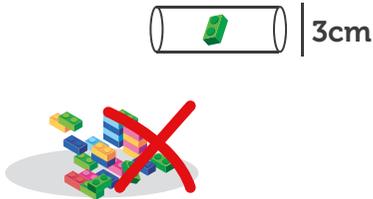
A sufocação é a principal causa de morte acidental na primeira infância. Apesar de ser recorrente até os quatro anos de idade, **83% dos casos** acontecem com bebês de até um ano, de acordo com o Ministério da Saúde (2018). Nessa fase é comum que a criança leve tudo à boca, o que favorece a sufocação por objetos pequenos.

Existem ainda os riscos envolvidos com o momento de dormir e outros que veremos mais adiante. Agora é hora de conhecer e adotar algumas medidas para evitar que esses acidentes aconteçam. Vamos lá?



Fique de olho!

A sufocação ocorre quando há obstrução da passagem de ar para os pulmões. Apenas quatro a seis minutos nessa situação são suficientes para resultar em graves lesões cerebrais ou até mesmo morte.



● Brinquedos pequenos

Teste sempre as pequenas peças dos brinquedos verificando se elas representam perigo à criança. Como dica, utilize um tubo com três centímetros de diâmetro como referência – se a peça couber dentro desse tubinho, significa que poderá obstruir a garganta da criança.



● Balões e bexigas

Não permita que as crianças pequenas encham balões de látex (bexigas). Supervisione atentamente as brincadeiras com bexigas, guarde-as vazias e fora do alcance das crianças e tenha muito cuidado com pedaços de bexigas estouradas, que são ainda mais perigosos. A Criança Segura recomenda evitar o uso de bexigas.



● Moedas e objetos pequenos

Guarde e esconda todo tipo de objeto pequeno, como moedas, botões, tachinhas, colares de conchas, bolas de gude etc. Também fique atento para que o chão esteja sempre livre de pequenos objetos.



● Risco de estrangulamento

- Evite brinquedos com correntes, tiras e cordas com mais de 15 cm.
- Prefira cortinas e persianas sem cordas ou tiras.
- Tire cachecóis e lenços do pescoço das crianças na hora das brincadeiras, principalmente em parquinhos.



● Atenção com os alimentos

Crianças menores de quatro anos possuem pouca experiência em mastigar e engolir. Além disso, seus dentes têm proporção menor que os de adultos, o que dificulta a mastigação apropriada dos alimentos. Por isso, além de os alimentos terem de ser cortados em pedaços pequenos, é importante que não sejam oferecidos às crianças dessa faixa etária castanhas, amendoim, pipoca, balas e chicletes. Além disso, é recomendado que os alimentos arredondados e lisos, como uva, tomate cereja e ovo de codorna, sejam cortados ao meio antes de serem ofertados às crianças.

Sufocamentos podem acontecer principalmente com os bebês, por isso conheça a seguir como proceder para evitá-los.

Cuidados especiais com bebês

Apesar de a indicação do bebê ficar no mesmo cômodo, em hipótese alguma o bebê deve estar na mesma cama que os pais. Confira algumas orientações para evitar esse tipo de acidente.

- Os bebês devem dormir de barriga para cima. Nessa posição, a criança tende a tossir caso se engasgue, chamando a atenção dos pais.
- O berço deve estar livre de objetos que possam dificultar a respiração, como almofadas, travesseiros, brinquedos, bichos de pelúcias, protetores de berço ou aqueles paninhos ou “cheirinhos” que algumas crianças usam para dormir.
- Na hora de dormir, fique atento às roupas e cobertas do bebê. Evite excesso de roupas e fraldas que dificultem os movimentos ou que possam superaquecer o bebê. Cubra-o somente até a altura do peito, deixando seus braços livres, pois isso evita que ele deslize na cama e fique com a cabeça embaixo das cobertas.
- Observe o bebê, ele não deve parecer quente ao toque. A temperatura do ambiente estará ideal para o bebê quando estiver agradável também para um adulto vestindo roupas leves.
- O colchão do bebê deve ser firme, estar bem preso ao berço e sem embalagens plásticas. É inadequado colocar o bebê para dormir em colchões muito macios ou de água, sofás ou poltronas.
- O espaço entre as grades do berço não pode ser maior do que seis centímetros de largura.
- Evite móveis com cordas ou tiras sobre o berço.



Fique de olho!

Crianças estão particularmente mais vulneráveis a acidentes envolvendo sufocação e engasgamento devido ao pequeno tamanho de suas vias aéreas superiores (boca, garganta, esôfago e traqueia), e a sua inexperiência em mastigar e engolir, além da sua tendência natural de colocar objetos na boca.

A falta de habilidade do bebê de levantar a cabeça ou se livrar de lugares apertados os coloca em grande risco, por isso redobre os cuidados durante o seu sono.

Afogamento

Os afogamentos são a segunda maior causa de morte de crianças e adolescentes de zero a 14 anos, depois do trânsito, e a primeira causa de morte de crianças de um a quatro anos de idade. Sabemos que mares, rios, piscinas, lagos e represas são ambientes de risco de afogamento para todas as idades, mas muita gente desconhece o perigo de deixar recipientes com água rasa ao alcance das crianças.



Fique de olho!

Uma criança pode se afogar em apenas 2,5 cm de profundidade de água, por exemplo, em baldes, banheiras, piscinas infantis e até mesmo no vaso sanitário de sua casa. Toda atenção é pouca. **Afogamentos não acontecem apenas no mar, no rio, na piscina!**

Por que as crianças estão em risco?

O afogamento normalmente ocorre de maneira rápida e silenciosa. Pode acontecer em um breve momento em que a criança está sem supervisão de um adulto. Veja por quê.



- Até quatro anos de idade a cabeça da criança corresponde a 25% do peso de seu corpo, enquanto a de um adulto corresponde a 6% do seu peso total. Essa característica física favorece que a criança se desequilibre e caia. Por isso, em caso de queda ou desequilíbrio, elas podem se afogar até mesmo em recipientes com apenas 2,5 cm de água.



- Uma criança submersa pode perder a consciência em apenas dois minutos. Nessa condição, bastam de quatro a seis minutos para causar danos cerebrais.

Assim, nunca deixe crianças sozinhas quando estiverem dentro ou próximas da água, nem por um segundo. Nessas situações, garanta que um adulto esteja o tempo todo de olho, supervisionando-as.

- Ensine as crianças que nadar sozinhas, sem ninguém por perto, é perigoso.
- O colete salva-vidas é o equipamento mais seguro para evitar afogamentos. Boias e outros equipamentos infláveis passam uma falsa segurança, pois podem estourar, esvaziar, sair do braço ou virar a qualquer momento. Além disso, podem atrapalhar a mobilidade caso a criança coloque a cabeça dentro da água.
- Não se deve correr, empurrar, pular em outras crianças ou simular que estão se afogando quando estiverem em piscina, lago, rio ou mar.



Conseguiu perceber como uma piscina, praia ou rio podem ser perigosos para uma criança e até para um adolescente? O que você pode fazer para prevenir ainda mais é garantir que a criança aprenda a nadar.



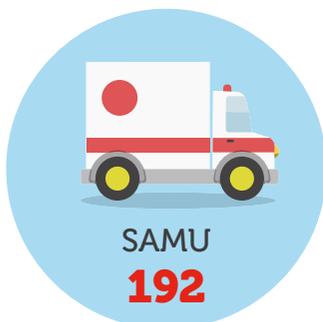
Natação como forma de prevenção

As crianças devem aprender a nadar com instrutores qualificados ou em escolas de natação especializadas. Se os pais ou responsáveis não sabem nadar, é importante que também aprendam para aumentar a segurança dos pequenos.

Lembre: **saber nadar não é garantia para evitar acidentes na água!** Muitos casos de afogamento acontecem com pessoas que acham que sabem nadar. Não superestime a habilidade de crianças e adolescentes.



Esteja preparado(a)! Estabeleça a seguinte conduta após acidentes: aprenda primeiros socorros e tenha os telefones de emergência sempre visíveis em casa ou anotados no celular.



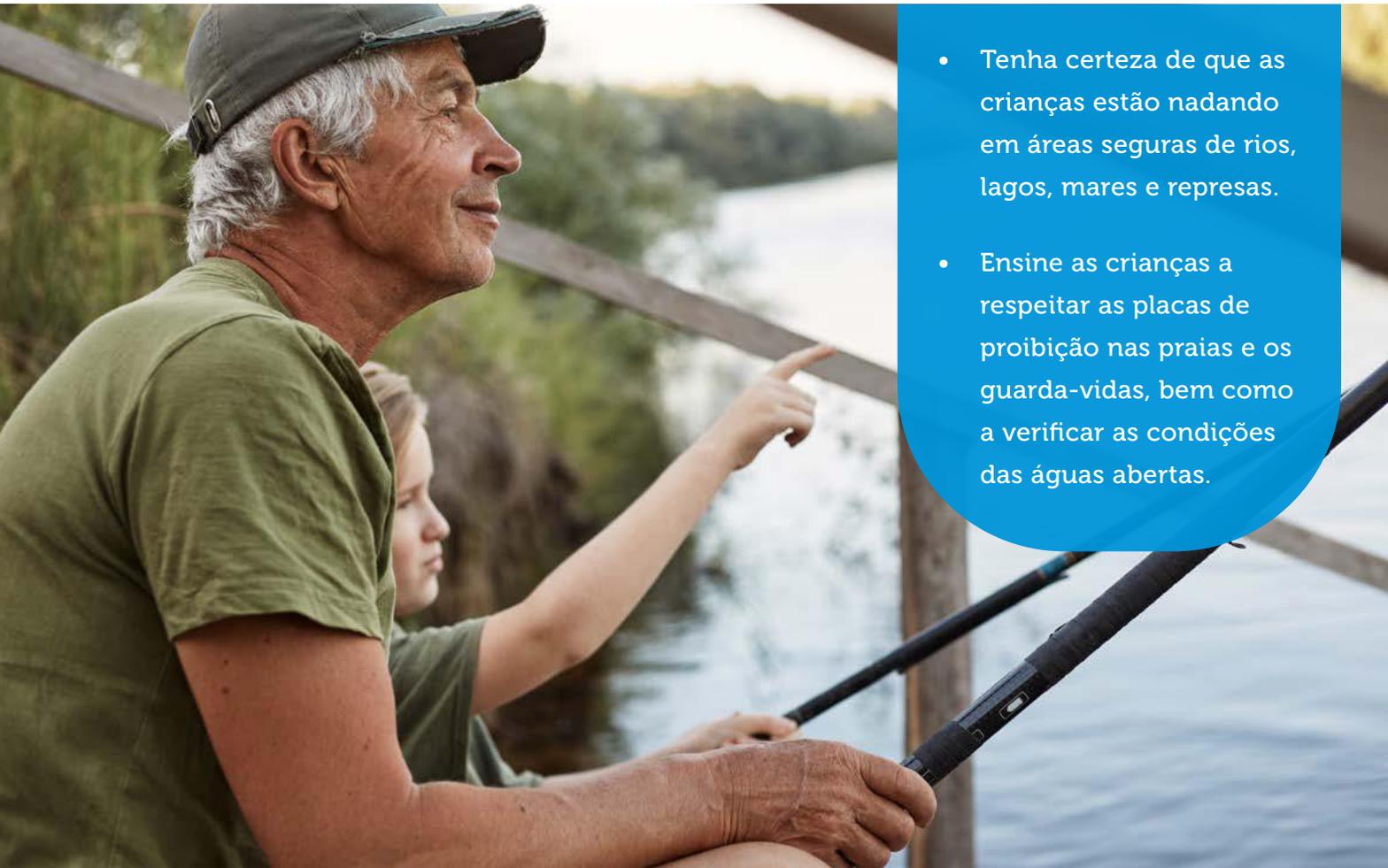
A seguir veja algumas orientações específicas na prevenção de afogamentos em cada situação.

Em piscinas:

- Proteja a piscina com cercas de no mínimo 1,5 m de altura e portões com cadeados ou travas de segurança.
- Os alarmes e as capas de piscina garantem mais proteção, mas não eliminam o risco de acidentes. Assim, use junto com as cercas.
- Evite o acúmulo de água em cima das capas de piscinas e supervise as crianças mesmo quando a piscina estiver coberta.
- Evite deixar brinquedos e outros atrativos próximos à piscina e reservatórios de água.
- Verifique se há proteção nos ralos da piscina, de modo a evitar que a criança fique presa pela força de sucção.



Em águas naturais:



- Tenha certeza de que as crianças estão nadando em áreas seguras de rios, lagos, mares e represas.
- Ensine as crianças a respeitar as placas de proibição nas praias e os guarda-vidas, bem como a verificar as condições das águas abertas.

Em ambiente doméstico:



- Após o uso de baldes, bacias, banheiras e piscinas infantis, mantenha esses objetos virados para baixo e fora do alcance das crianças.



- Sempre deixe a porta do banheiro e da lavanderia fechada ou trancada por fora.



- Mantenha a tampa do vaso sanitário abaixada (se possível, lacrada com um dispositivo de segurança) e as cisternas, tonéis, poços e outros reservatórios domésticos sempre trancados.

Armas de fogo

Crianças normalmente são curiosas, e muitas vezes pais e responsáveis subestimam a capacidade de julgamento e habilidade delas. Muitas pessoas não sabem, mas crianças de três anos de idade já possuem força suficiente para puxar o gatilho de muitos revólveres.

Fique de olho!

A maioria dos casos relacionados a disparos acidentais envolvendo crianças e armas de fogo acontece porque estas não estavam guardadas descarregadas e em locais trancados. Crianças podem encontrar armas escondidas ou colocadas embaixo da cama, em armários ou despensas.

Além disso, se as crianças têm o hábito de assistir à TV ou possuem armas de brinquedo, elas já estão familiarizadas com esses objetos. É importante destacar que:



até 8 anos

- Elas ainda não conseguem distinguir entre armas reais e de brinquedo ou entender completamente as consequências de suas ações.



até 10 anos

- Elas não entendem as consequências de um disparo em outra pessoa, não têm plena capacidade de julgamento dos riscos e das regras de segurança sobre a manipulação de armas.

Arma não é brinquedo! Crianças devem ficar longe delas e orientadas a nunca tocar em uma. Acompanhe a seguir as orientações para prevenir acidentes nesses casos.

Orientações de prevenção contra armas de fogo

A melhor orientação sobre isso é: de preferência, não tenha armas.

Desarme-se!

Mas, caso a sua profissão exija esse tipo de equipamento e você possua uma arma, entenda o risco que está correndo e informe-se sobre as medidas de segurança necessárias para evitar problemas sérios. Sempre mantenha-as longe das crianças, seguindo as orientações:

-  Guarde as armas de fogo descarregadas, travadas e fora do alcance das crianças.
-  Guarde as munições também em local trancado, separado da arma e longe do alcance das crianças.
-  Mantenha as chaves e as combinações da tranca ou cadeado escondidas em lugares separados das armas e munições.
-  Faça um curso de uso, manutenção e armazenamento seguro de armas.
-  Enfatize o perigo das armas para as crianças e explique que elas não são brinquedos.

Ensine as crianças a nunca tocar uma arma e, caso encontrem alguma ou vejam outra criança com esse equipamento, informar um adulto imediatamente.



Aula 3

ACIDENTES COMUNS: queimaduras, intoxicações e quedas

Por que este assunto é importante

Vamos conhecer mais algumas temáticas de acidentes recorrentes: as medidas de prevenção de **queimaduras, intoxicações** (envenenamentos) e **quedas**.

Como pais, familiares e responsáveis, queremos estar presentes em todos os momentos do desenvolvimento das crianças, protegendo-as constantemente.

Atenção!

Mas lembre-se: cuidar e evitar o perigo não significa reprimir a criança ou impedir sua autonomia e expressão. Brincar, experimentar e descobrir o mundo fazem parte de um crescimento saudável.

Daí a importância de interferirmos positivamente em situações de risco, observando sempre quatro elementos-chave:



diálogo



limites



apoio e confiança



respeito

Queimaduras

A cozinha é o lugar de maior risco para as crianças se queimarem, principalmente por causa do fogão e do forno. Por isso, a primeira dica é manter os pequenos longe desse ambiente. Confira a seguir mais atitudes que podem prevenir queimaduras.



- Enquanto estiver cozinhando, deixe as panelas com o cabo voltado para dentro do fogão.
- Não guarde alimentos como doces e biscoitos em prateleiras ou armários sobre o fogão.
- Guarde fósforos, isqueiros, velas, recipientes com álcool e outros produtos inflamáveis em armários trancados e longe do alcance das crianças.
- Mantenha comidas e líquidos quentes fora do alcance das crianças.
- Nunca segure líquidos quentes nem fume quando estiver com um bebê muito próximo ou no seu colo.
- Evite usar toalha comprida na mesa, pois uma criança pode puxá-la, causar um acidente e se queimar com utensílios e comidas ainda quentes.
- Antes do banho da criança, teste a temperatura da água movendo a mão por toda a banheira, para ter certeza de que não há nenhum ponto muito quente.

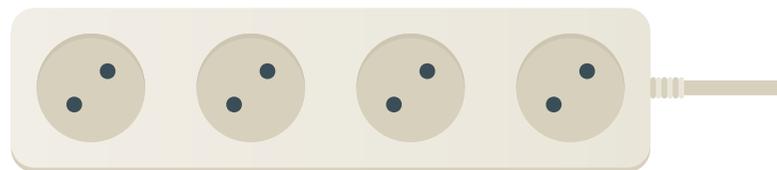


- Mantenha longe das crianças eletrodomésticos como aquecedores, ferro de passar roupa e secador de cabelo, entre outros, seja na hora de usar ou de guardar.
- Guarde-os sempre em locais em que as crianças não possam alcançá-los.
- Não sobrecarregue uma tomada ligando vários aparelhos ao mesmo tempo.
- Não permita que crianças manuseiem ou brinquem com bombinhas e fogos de artifícios, pois elas podem se queimar gravemente e até perder partes do seu corpo.

- Nunca deixe uma criança perto de velas, churrasqueiras e fogueiras.
- Cuidado com as velas! As velas em uso devem ficar dentro de recipientes não inflamáveis e que as mantenham em pé e firmes.
- Não deixe velas acesas perto de tecidos, móveis e estruturas de madeira.
- Apague as velas ao sair de casa.
- Procure substituir velas e candeieiros por lanternas.

Para evitar queimaduras infantis por choque elétrico, é preciso:

- Ter cuidado com instalações elétricas improvisadas e fios desencapados.



- Proteger ou encobrir as tomadas, de modo que os pequenos não possam acessá-las.
- Ensinar as crianças a brincar com pipas longe de postes e fios elétricos de alta tensão.

O perigo do álcool líquido

O álcool líquido faz o fogo se espalhar rapidamente e causa queimaduras gravíssimas, além do risco de explosão. Para evitar esses perigos, use álcool em gel.

Tome nota



Dê preferência para produtos mais seguros e que garantam a



limpeza e ação desinfetante, como detergente, sabão e outros.

Atenção, não use álcool líquido para acender fogo ou mesmo como produto de limpeza!

Prevenção de incêndios

É importante fazer inspeções periódicas em sua casa ou trabalho para eliminar potenciais riscos de incêndio, como problemas nas instalações elétricas. Ensine às crianças os perigos de um incêndio e como escapar dele. Algumas atitudes podem salvar vidas, como:



Designar uma saída de emergência.



Instalar detectores de fumaça e testá-los mensalmente para comprovar seu bom funcionamento.

Para escapar de um incêndio, as principais orientações são:



Arraste-se embaixo da fumaça para evitar intoxicação.



Para se livrar de chamas ou ultrapassá-las, caia no chão e role de um lado para outro.



Toque nas portas antes de abri-las – se estiverem quentes, use uma saída alternativa.



Nunca volte para um ambiente em chamas.

Intoxicações



A exploração do espaço é uma atividade importante para o desenvolvimento infantil, e o risco de intoxicação está ligado a esse reconhecimento do ambiente. Nos seus primeiros anos de vida, o local que a criança passa a maior parte do seu tempo é o ambiente doméstico, e justamente nele que ocorrem os acidentes mais frequentes.

Para prevenir acidentes

- Não deixe remédios e produtos tóxicos de higiene ou limpeza à vista ou ao alcance das crianças – esses produtos devem sempre ficar em locais altos e trancados à chave.
- Não crie novas soluções de limpeza misturando diferentes produtos designados para outro fim – esse tipo de mistura pode ser ainda mais nociva à criança.
- Não use produtos tóxicos perto das crianças.



- Não guarde nenhum produto químico fora da embalagem original, para evitar confusão. Imagine o estrago que pode causar uma garrafa de refrigerante cheia de alvejante.
- Dê preferência a embalagens com tampas de segurança, que sejam mais difíceis de a criança abrir.



- Sempre leia atentamente os rótulos e bulas, seguindo corretamente as instruções para dar remédios às crianças.
- Evite tomar medicamentos na frente das crianças, pois elas tendem a imitar os adultos.
- Jogue fora medicamentos com data de validade vencida e outros venenos potenciais.



Atenção!

Outro ponto importante é, ao adquirir um brinquedo para a criança, certificar-se de que ele é atóxico, ou seja, que não contém componentes tóxicos.



A intoxicação também pode ocorrer por meio de:



Animais



Plantas

Em razão disso, verifique se as plantas da sua casa podem ser tóxicas. Confira a lista completa no site da [Fiocruz](#).

Em 2019, grande parte das crianças internadas por intoxicação teve contato com animais peçonhentos e plantas venenosas. Por isso:

- ☹️ Ensine a criança a nunca colocar na boca folhas, caule, casca, nozes ou sementes de qualquer planta.

- ü Conheça as substâncias e plantas tóxicas mais comuns e confira onde elas estão presentes (se houver alguma planta venenosa em casa, remova-a ou deixe-a inacessível para as crianças).
- ü Procure vedar as portas de casa com rodinhos ou borrachas, além de manter ralos vedados ou telados, pois isso impede a entrada de animais peçonhentos em casa.
- ü Coloque o lixo para fora próximo ao horário de coleta e procure evitar que o lixo seja despejado e acumulado em locais inadequados, pois isso evita o surgimento de baratas, um dos principais alimentos de escorpiões.

Se você mora em área rural, verifique periodicamente dentro de sapatos, armários e embaixo de móveis se há cobras, escorpiões e aranhas.

Substâncias tóxicas mais comuns



- **Ácidos e bases**

Ácido muriático, água sanitária, alvejante, amoníaco, cal virgem, clareador de pelos, detergente em grãos (usado em máquina lava-louça), descolorante, desinfetante, limpador de fogão, limpador de metal, removedor de calos e verrugas etc.

- **Derivados do petróleo**

Aguarrás, álcool combustível, inseticida solúvel em solvente orgânico, diluente de tinta, fluido de isqueiro, gasolina, naftalina líquida, polidor/cera de assoalho ou mobília, polidor de metal solúvel em solvente orgânico etc.



- **Plantas tóxicas**

Arruda, avelós, aroeira, bico-de-papagaio, cambará, chapéu-de-napoleão, cinamomo, confrei, coroadе-cristo, comigo-ninguém-pode, copo-de-leite etc.



- **Outras substâncias comuns**

Água oxigenada, álcool (usado em limpeza de casa), anticongelante (polietileno glicol), bebidas alcólicas (principalmente junto com outras substâncias), bituca de cigarro, caixa de palito de fósforo, detergente comum, desodorante etc.

A intoxicação (ou envenenamento) pode ser causada pela ingestão de vários tipos de produtos tóxicos, como:



Remédios



Plantas



Substâncias químicas



Agrotóxicos

Mesmo tomando todos os cuidados necessários, como agir caso aconteça? A primeira providência é buscar com urgência socorro médico e depois adotar as atitudes a seguir:



- Tente descobrir a substância ingerida, porque o melhor tratamento depende disso.
- Peça orientação por telefone ao Centro de Controle de Intoxicação (CCI) de sua cidade.

- Nunca induza o vômito na pessoa intoxicada, pois isso pode causar um desgaste desnecessário no trato digestivo da vítima, além de não resolver o problema. Vomitar pode piorar a situação, ainda mais em casos de envenenamento por produtos corrosivos (ácidos e bases) e derivados de petróleo.
- Caso haja vômito espontâneo, procure fazer com que a vítima vomite em um balde, para que o material possa ser analisado pelos médicos.



- Não permita que a vítima beba qualquer líquido, nem sequer água, leite ou azeite.
- Caso a vítima apresente convulsões, não tente imobilizá-la nem segurar sua língua, apenas garanta que ela não esbarre em algo e se machucar ainda mais.

- Em caso de parada respiratória, apresse a ida ao hospital; não adianta fazer respiração boca a boca em caso de intoxicação.
- Deite a vítima de lado, com a cabeça apoiada sobre o braço, para evitar que ela se sufoque com vômitos involuntários.
- Se a criança estiver com frio, agasalhe-a.



Preste muita atenção em cada reação da vítima, pois suas descrições serão essenciais na hora do atendimento médico – observe se está fria ou quente, se saliva, se vomita, se parece confusa ou sonolenta.

Atenção!

LEMBRE-SE! Procure levar ao médico o produto que causou envenenamento – pode ser o resto do produto, sua embalagem, sua bula, um ramo da planta tóxica etc.

Quedas

As quedas são a principal causa de hospitalizações na infância e podem causar sérias lesões, como traumatismos cranianos. Por essa razão as crianças devem brincar em locais seguros.



Veja algumas atitudes suas que podem prevenir quedas:

- ☺ Não permitir que brinquem em lugares como escadas, sacadas e lajes.
- ☹ Janelas e vãos de casas e apartamentos devem ter redes de proteção.
- ☺ Use portões de segurança no topo e no pé das escadas. Caso sua escada seja aberta, instale redes ao longo dela. Instale grades ou redes de proteção nas janelas, sacadas e mezaninos.
- ☺ Mantenha camas, armários e outros móveis longe das janelas.
- ☺ Mantenha uma mão segurando o bebê durante a troca de fraldas.
- ☹ Nunca deixe um bebê sozinho em mesas, camas ou outros móveis, mesmo por pouco tempo.
- ☺ Bebês devem dormir em seus próprios berços sozinhos, e não na cama dos pais. Além do risco de sufocação, há um alto índice de admissões hospitalares de bebês por queda da cama de adulto.
- ☺ Verifique se móveis e o tanque da lavanderia estão estáveis e fixos.
- ☺ As crianças com menos de seis anos não devem dormir em beliches. Se não tiver escolha, coloque grades nas laterais.



- ☺ Cuidado com pisos escorregadios e coloque antiderrapante nos tapetes.
- ☺ Crianças devem ser sempre observadas quando estiverem brincando nos parquinhos.
- ☺ Verifique se os brinquedos estão em boas condições e se são adequados à idade da criança.
- ☺ Não use andadores. Eles podem causar sérias quedas.

Crianças adoram andar de bicicleta, skate ou patins. Tenha atenção quanto ao uso do **capacete, que é equipamento fundamental**. Ele pode reduzir o risco de lesões na cabeça em até 85%.



Os brinquedos de playground ou parquinhos devem ter ângulos seguros e estar bem fixados sobre superfícies que reduzam o impacto de quedas, como areia fina, grama ou piso emborrachado. Quanto aos materiais, recomenda-se que sejam de:



Plástico.



Madeira tratada.



Tintura atóxica.



Aço ou ferro galvanizado (evitando-se a ferrugem).



Esses brinquedos devem ser utilizados conforme as especificações de faixa etária, entre outras indicações do fabricante.

Os balanços precisam ser cercados ou posicionados no canto do parquinho, evitando-se que as crianças passem por trás deles. Igualmente importantes são as boas condições do playground, a manutenção periódica dos brinquedos e a supervisão constante de adultos durante as brincadeiras.



Realizar brincadeiras em ambientes seguros é a melhor maneira de prevenir quedas!

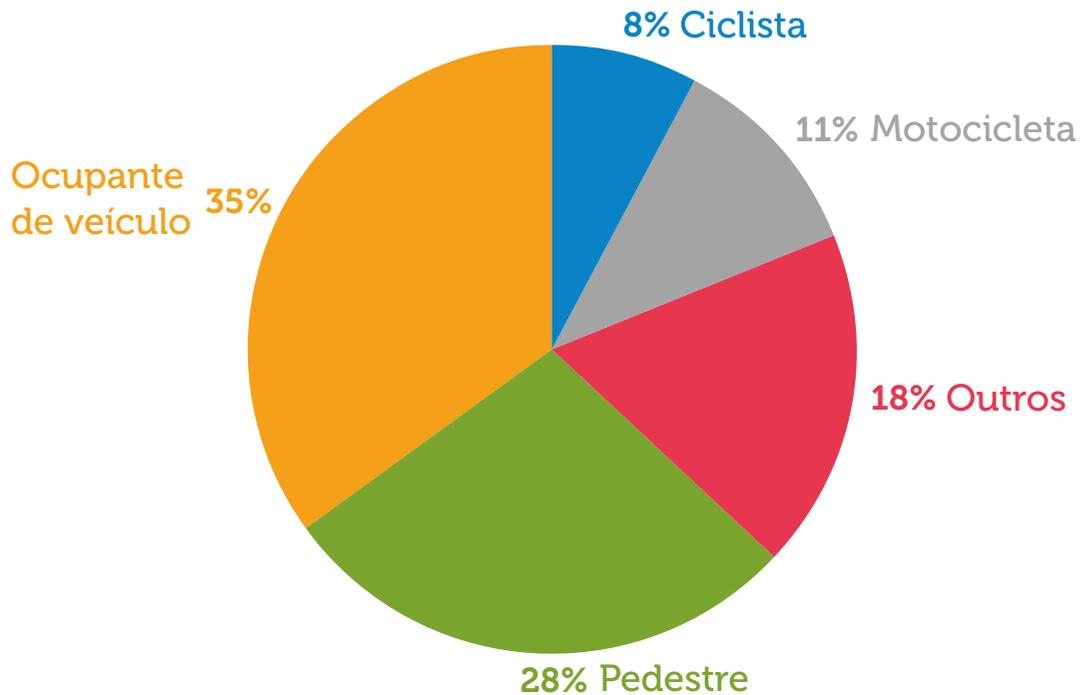


Aula 4

CRIANÇA SEGURA NO TRÂNSITO: cadeirinha

Por que este assunto é importante

Os acidentes de trânsito são a principal causa de morte acidental de crianças e adolescentes com idades de cinco a 14 anos no Brasil. A maior parte das mortes de crianças de zero a 14 anos em acidentes de trânsito acontece quando elas estão na condição de ocupantes de veículo e, em segundo lugar, devido a atropelamentos. Dados divulgados pelo Ministério da Saúde indicam as proporções apresentadas no gráfico a seguir:



Podemos mudar a realidade dos acidentes adotando comportamentos mais seguros, cuidando dos pequenos pedestres, ciclistas e passageiros, e ensinando desde cedo às crianças o comportamento adequado no trânsito.

Por que as crianças são um dos grupos mais vulneráveis a acidentes no trânsito?

- Seus corpos são mais frágeis e ainda estão em desenvolvimento.
- Devido a sua pequena estatura, elas não enxergam por cima de carros estacionados e também ficam escondidas do campo de visão dos motoristas.
- Seu campo de visão é mais estreito que o dos adultos e, por isso, muitas vezes elas não veem um carro se aproximando.





- Não avaliam corretamente a distância, a velocidade e o tempo que um veículo está em relação a elas.
- São muito distraídas e ainda não sabem reconhecer o perigo.

Vamos discutir os cuidados que devem ser tomados quando as crianças são transportadas em veículos, já que esta é a principal causa de morte no trânsito.

Atenção!

É muito perigoso uma criança andar de carro desprotegida, isto é, sem assento adequado ao seu peso e tamanho e/ou sem cinto de segurança.

As consequências podem ser graves – mesmo quando os automóveis estão andando a uma velocidade moderada.

As crianças pequenas ainda são muito frágeis e muito menos tolerantes ao impacto que nós adultos, por isso nessa fase é imprescindível ter muito zelo para escolher a cadeirinha adequada, instalá-la corretamente e não abrir mão desse equipamento nunca, nem em trajetos curtos.

Trânsito

Ao entrar no carro, provavelmente a primeira coisa que você faz é colocar o cinto de segurança. Essa é uma atitude fundamental, pois protege o motorista e seus passageiros em caso de acidente.

O cinto de segurança é projetado para adultos com no mínimo 1,45 m de altura e, por isso, não protege os menores dos traumas de um acidente. A melhor proteção para crianças no carro é o uso de cadeiras e assentos de segurança compatíveis com seu peso e altura. Mesmo que seja para ir até a esquina ou percorrer pequenas distâncias, é fundamental usar um sistema de segurança adequado, pois muitos acidentes acontecem perto de casa e a maioria das colisões ocorre em ruas com baixos limites de velocidade.

Lembre-se sempre de que a cadeirinha deve se adaptar bem ao veículo e ser instalada corretamente, **de acordo com as recomendações do fabricante**. Dê preferência às cadeiras certificadas, isto é, que apresentam selo de qualidade, pois esta é a garantia de que o produto está preparado para resistir a um acidente.



O transporte de crianças fora do dispositivo de retenção veicular adequado ao tamanho e altura dela é considerado infração gravíssima, com punição por multa e pontuação na habilitação do motorista. Mas, apesar de a obrigatoriedade e importância do uso desses equipamentos já serem muito difundidas, muitos familiares e responsáveis por crianças ainda têm dúvidas sobre o dispositivo indicado para cada faixa etária dos pequenos.

Bebê conforto

O bebê conforto é o primeiro dispositivo de retenção usado pela criança. Ele deve ser utilizado desde o nascimento, pois esse equipamento é pensado especialmente para recém-nascidos. Ele possui um formato de concha, que acomoda e protege o bebê da melhor forma possível.



Indicado para:

crianças de até 13 kg (aproximadamente um ano de idade) ou conforme instruções do fabricante.

Posição:

voltada para o vidro traseiro (isto é, de costas para o movimento), com leve inclinação, conforme instruções do fabricante. Instalar sempre no banco de trás.

Recomendações:

as tiras da cadeirinha devem ficar abaixo dos ombros da criança, ajustadas ao corpo com no máximo um dedo de folga. Se houver clipe peitoral, deve ser ajustado na altura das axilas.

Instalação:

siga as orientações do fabricante. O cinto de segurança do carro deve passar pelos locais indicados da cadeirinha, e a sua base não deve se mover mais do que 2 cm para os lados, após sua fixação.

Orientações importantes

- ü Nunca coloque nada entre a criança e a cadeira. Cuidado com roupas muito grossas ou acolchoadas, pois esses materiais podem ser comprimidos num acidente, o que deixaria o cinto de segurança frouxo, comprometendo a segurança da criança.
- ü Não use esse tipo de cadeirinha quando o carro tiver airbag frontal ou lateral. A força de um airbag em formação sobre o bebê-conforto pode resultar em ferimentos graves ou até morte. Caso o carro tenha airbags frontais e/ou laterais, é necessário desativá-los.

Se a cadeirinha tiver uma alça, consulte as orientações do fabricante

- ü sobre a posição em que a alça deve ficar durante o transporte no carro.

Para saber a hora exata de tirar o bebê desse equipamento e colocar na cadeirinha, é importante considerar altura e peso, além da idade. O peso limite sempre será o indicado pelo fabricante do bebê-conforto. E a altura limite para um bebê no bebê-conforto é quando o topo de sua cabeça começa a ultrapassar o topo do equipamento.



Cadeirinha

De um até aproximadamente os quatro anos de idade – ou enquanto estiverem na faixa de peso (geralmente 9 kg a 18 kg) e altura indicada pelo fabricante, as crianças devem usar a cadeirinha. Esse equipamento é instalado de frente para o movimento na posição vertical. Apresenta sistema de retenção de cinco pontos, como nos cintos de segurança de veículos de corrida profissional, o que distribui melhor a energia do impacto em caso de colisão.

Indicado para:

crianças de 9 kg a 18 kg
(aproximadamente um a
quatro anos de idade)

Posição:

voltada para a frente,
na posição vertical, no
banco de trás.

Recomendações:

as tiras da cadeirinha
devem iniciar acima
dos ombros e estar
ajustadas ao corpo
da criança com no
máximo um dedo de
folga. Se houver clipe
peitoral, ajuste-o na
altura das axilas.

Instalação:

siga as orientações do
fabricante. O cinto de
segurança do carro
deve passar pelos locais
indicados da cadeirinha
e, após sua fixação,
ela não deve se mover
mais do que 2 cm para
os lados.

Orientações importantes

ü Use uma cadeirinha de frente para o movimento, com sistema de retenção (cinto da cadeira) de cinco pontos, na posição vertical, de acordo com as instruções do fabricante.

ü Nunca coloque nada entre a criança e a cadeira.

ü Cuidado com roupas muito grossas ou acolchoadas, pois esses materiais podem ser comprimidos num acidente, o que deixaria o cinto de segurança frouxo, comprometendo a segurança da criança.

ü Para saber a hora exata de passar a criança desse equipamento para o assento de elevação, é importante considerar altura e peso, além da idade.

O peso limite sempre será o indicado pelo fabricante da cadeirinha. A altura limite para uma criança na cadeirinha está relacionada ao momento em que a altura do olho começa a ultrapassar o topo do equipamento.



Assento de elevação (ou booster)

As crianças devem usar o assento de elevação (ou booster) dos quatro anos até atingirem 1,45 m de altura – ou enquanto estiverem na faixa de peso com o limite indicado pelo fabricante do dispositivo (geralmente de 15 kg a 36 kg).

Indicado para:

maiores de quatro anos, até atingirem 1,45 m de altura ou enquanto estiverem na faixa de peso com o limite indicado



Posição:

o cinto de segurança do carro passará nas partes do corpo capazes de suportar o impacto de uma colisão ou freada brusca (quadril, centro do peito e meio do ombro).

Instalação:

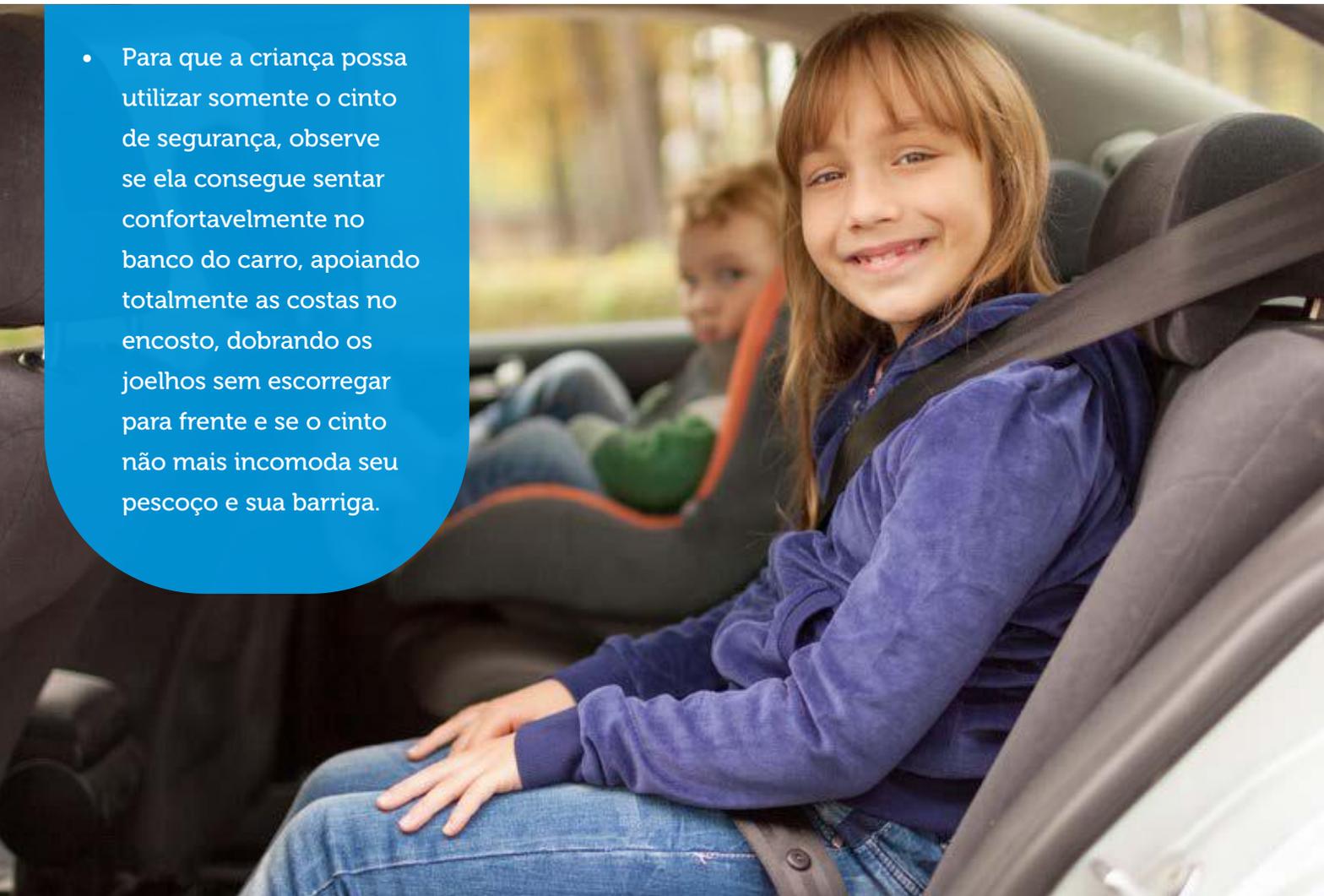
siga as orientações do fabricante.

O uso correto desses equipamentos de segurança reduz em 71% o risco de morte de crianças em acidente de trânsito. Para isso, é preciso utilizar o dispositivo adequado ao peso e altura da criança e instalá-lo corretamente, seguindo as orientações do fabricante do produto.

Quando deixar o assento de elevação (ou booster) e usar somente o cinto de segurança?

É importante observar a altura da criança. Os cintos de segurança dos carros são projetados para proteger adequadamente pessoas com mais de 1,45 m de altura. Ou seja, se a criança ainda não tem essa altura, ela ainda precisa utilizar o assento de elevação para que o cinto de segurança passe pelas partes corretas de seu corpo (quadril, centro do peito e meio do ombro).

- Para que a criança possa utilizar somente o cinto de segurança, observe se ela consegue sentar confortavelmente no banco do carro, apoiando totalmente as costas no encosto, dobrando os joelhos sem escorregar para frente e se o cinto não mais incomoda seu pescoço e sua barriga.



Fique de olho!

Jamais permita que uma criança coloque a tira transversal do cinto de segurança de três pontos sob o braço ou atrás das costas, pois assim ela não estará segura em caso de colisão ou freada brusca.

E lembre-se: só a partir dos 10 anos de idade é que a criança pode ser transportada no banco da frente do veículo. Antes dessa idade ela deve permanecer no banco de trás do automóvel.

Certificação dos equipamentos de segurança

Pais e responsáveis devem estar atentos ao selo de certificação de padrões de segurança brasileiro (selo do Inmetro), europeu ou norte-americano.

 **Modelos norte-americanos e europeus:** levam sempre o selo de certificação.

 **Modelos brasileiros:** devem necessariamente ter o selo de certificação Inmetro.

Atenção!

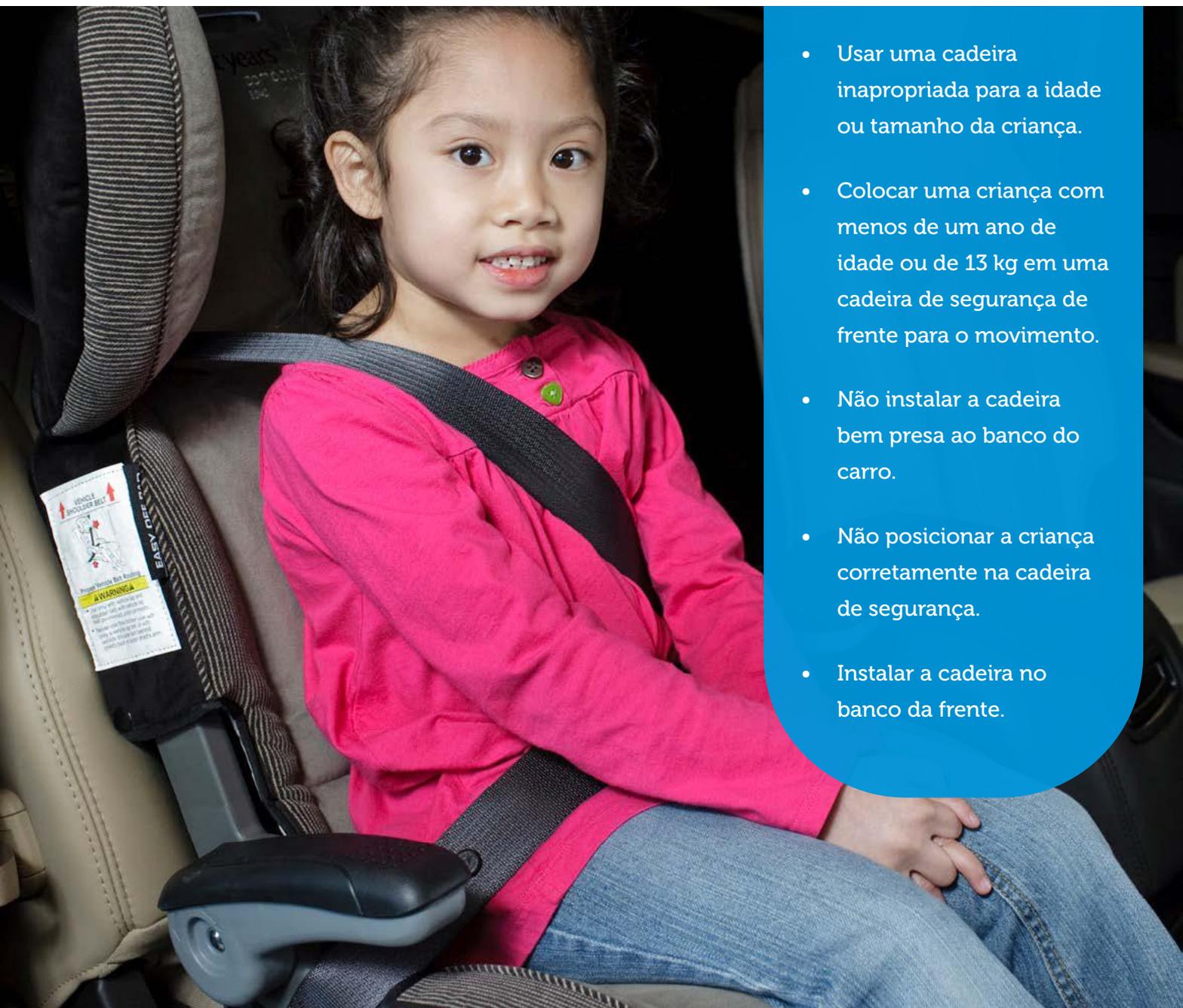
No Brasil, temos a ABNT NBR 14400, norma que estabelece os requisitos de segurança de dispositivos de retenção para criança em veículos.

Para proteção da criança, deve-se optar sempre por uma cadeira de segurança que tenha o selo de certificação. Ele é a garantia de que o equipamento foi aprovado nos testes que garantem sua eficácia no caso de colisão do veículo. Os testes são:

ü Estáticos: a cadeira é verificada quanto à resistência dos cintos, das fivelas e toxicidade dos materiais usados, entre outros itens.

ü Dinâmicos (*car crash*): a cadeira é instalada dentro de um carro que colidirá contra um muro a 50 km/h.

Os erros mais comuns no uso e instalação dos equipamentos de segurança são:



- Usar uma cadeira inapropriada para a idade ou tamanho da criança.
- Colocar uma criança com menos de um ano de idade ou de 13 kg em uma cadeira de segurança de frente para o movimento.
- Não instalar a cadeira bem presa ao banco do carro.
- Não posicionar a criança corretamente na cadeira de segurança.
- Instalar a cadeira no banco da frente.

Cadeirinha instalada, criança corretamente posicionada, é hora de curtir o passeio! Mas antes dê atenção às seguintes orientações:

- Em veículos de quatro portas, trave as portas traseiras, impedindo a criança de abri-las internamente.
- Mantenha os bancos traseiros travados para impedir que a criança entre no porta-malas por dentro do carro.
- Nunca deixe a criança sozinha dentro de um automóvel.
- O carro nunca pode ficar estacionado aberto, pois a criança pode entrar e não conseguir sair.
- Não deixe a criança brincar dentro ou perto de automóveis.



Toda atenção é pouca, por isso, depois de trancar o carro, certifique-se de que as chaves estão com você e deixe-as longe do alcance da criança.

Segurança no transporte escolar

Sabemos que muitos pais e mães não podem levar seus filhos pessoalmente à escola. Nesses casos, uma opção é a contratação de um serviço especializado de transporte escolar. A seguir, veremos como verificar se o serviço escolhido é realmente uma opção segura para sua família.

Atenção!

Os veículos autorizados para o transporte escolar são ônibus, vans, kombis e embarcações (barcos). Motocicletas, carros de passeio e caminhões **NÃO** são recomendados para esse tipo de transporte.

Eventualmente, o Departamento Estadual de Trânsito (Detran) local pode autorizar o transporte em camionetes ou até em carros menores, desde que sejam adaptados para a segurança das crianças – esse tipo de autorização só costuma acontecer em municípios com estradas precárias.

Todo veículo de transporte escolar deve estar em boas condições e receber uma autorização especial, expedida pela Divisão de Fiscalização de Veículos e Condutores do Detran ou pela Circunscrição Regional de Trânsito (Ciretran).

A autorização deve ser fixada na parte interna do veículo, ficando bem visível. Além das vistorias normais no Detran, o veículo precisa fazer mais duas vistorias específicas (uma em janeiro e outra em julho) para verificação dos equipamentos de segurança.





Veja, a seguir, um *checklist* com os detalhes que você deve conferir na hora de contratar um serviço de transporte escolar.

Os ônibus, vans e kombis devem ter:

- Cintos de segurança em boas condições e para todos os passageiros.
- Grade separando as crianças da parte em que fica o motor.
- Seguro contra acidentes.
- Tacógrafo (aparelho instalado no painel que vai registrando a velocidade e as paradas do veículo em um disco de papel) – os discos devem ser trocados todos os dias e guardados pelo período de seis meses, para fiscalização do Detran.
- Apresentação diferenciada, com pintura de faixa horizontal, em cor amarela, nas laterais e traseira do veículo, com a palavra ESCOLAR escrita em cor preta.

O motorista de ônibus, vans e kombis escolares deve:

- Ser maior de 21 anos e habilitado para a categoria D.
- Ter sido submetido a exame psicotécnico, com aprovação especial para transporte de escolares.
- Ter realizado curso de Formação de Conductor de Transporte Escolar.
- Possuir matrícula específica no Detran.
- Não ter cometido falta grave ou gravíssima de trânsito nos últimos 12 meses.

As embarcações escolares devem:

- Ter coletes salva-vidas para todos os passageiros – todas as crianças devem usá-lo, mesmo as que sabem nadar.
- Estar em boas condições de uso e tráfego.
- Ser devidamente registradas na Capitania dos Portos.
- Fixar em local visível sua autorização para trafegar.
- Possuir cobertura para proteção contra o sol e a chuva.
- Ter grades laterais para proteção contra quedas.
- Possuir cobertura do motor para evitar acidentes.

O condutor de embarcação escolar deve:

- Ser maior de 21 anos e habilitado na Capitania dos Portos.
- Ter sido submetido a exame psicotécnico, com aprovação especial para transporte de alunos.
- Ter realizado curso de Formação de Condutor de Transporte Escolar.
- Possuir matrícula específica na Capitania dos Portos.

Oriente as crianças

As crianças que utilizam transporte escolar devem ser especialmente educadas sobre como se comportar durante o trajeto, pois algumas atitudes podem atrapalhar o motorista e aumentar o risco de acidente.

Mesmo que os pequenos ainda não sejam conscientes do perigo nem capazes de compreender as regras de segurança, é importante começar a trabalhar essas orientações desde cedo, enfatizando que:

- Todos devem permanecer sentados enquanto o veículo estiver trafegando.
- É importante afivelar o cinto de segurança ou colete salva-vidas.
- Não se deve ficar conversando com o condutor do veículo enquanto ele estiver dirigindo.
- É fundamental respeitar o monitor do veículo.
- Todos devem contar aos pais o que acontece durante a viagem.
- Só se pode descer do veículo depois que ele parar totalmente.



Orientações gerais

- ü Antes de contratar um prestador de serviço, verifique as condições do veículo e a documentação pessoal do motorista.
- ü Busque referências sobre o prestador de serviço na escola, com outros pais, no sindicato dos motoristas ou no Detran.
- ü Exija que o embarque e desembarque das crianças sejam feitos com um monitor que as acompanha dentro da van e sempre pelo lado da calçada.
- ü Tenha certeza de que as crianças são deixadas em frente à escola, sem necessidade de atravessar ruas.
- ü Verifique as condições de higiene do carro e o número de cintos de segurança. Toda criança transportada deve usar, individualmente, o cinto de segurança.
- ü Ensine a criança a ficar sentada enquanto o veículo estiver em movimento; sempre afivelar o cinto de segurança; não falar com o motorista enquanto ele estiver dirigindo; respeitar o monitor do veículo; descer do veículo somente depois que ele parar totalmente.

Sempre converse com a criança sobre o que acontece durante a viagem para avaliar se todas as medidas de segurança estão sendo realizadas!



Aula 5

CRIANÇA SEGURA NO TRÂNSITO: mobilidade ativa

Por que este assunto é importante

Na iniciação da criança como pedestre é muito importante incentivar a autonomia, pois é fundamental para o seu desenvolvimento cognitivo e social. Se desde cedo são estimuladas a realizar tarefas por si só, quando adultos apresentam maior capacidade de resolução de problemas, avaliação de risco, independência, segurança e iniciativa.

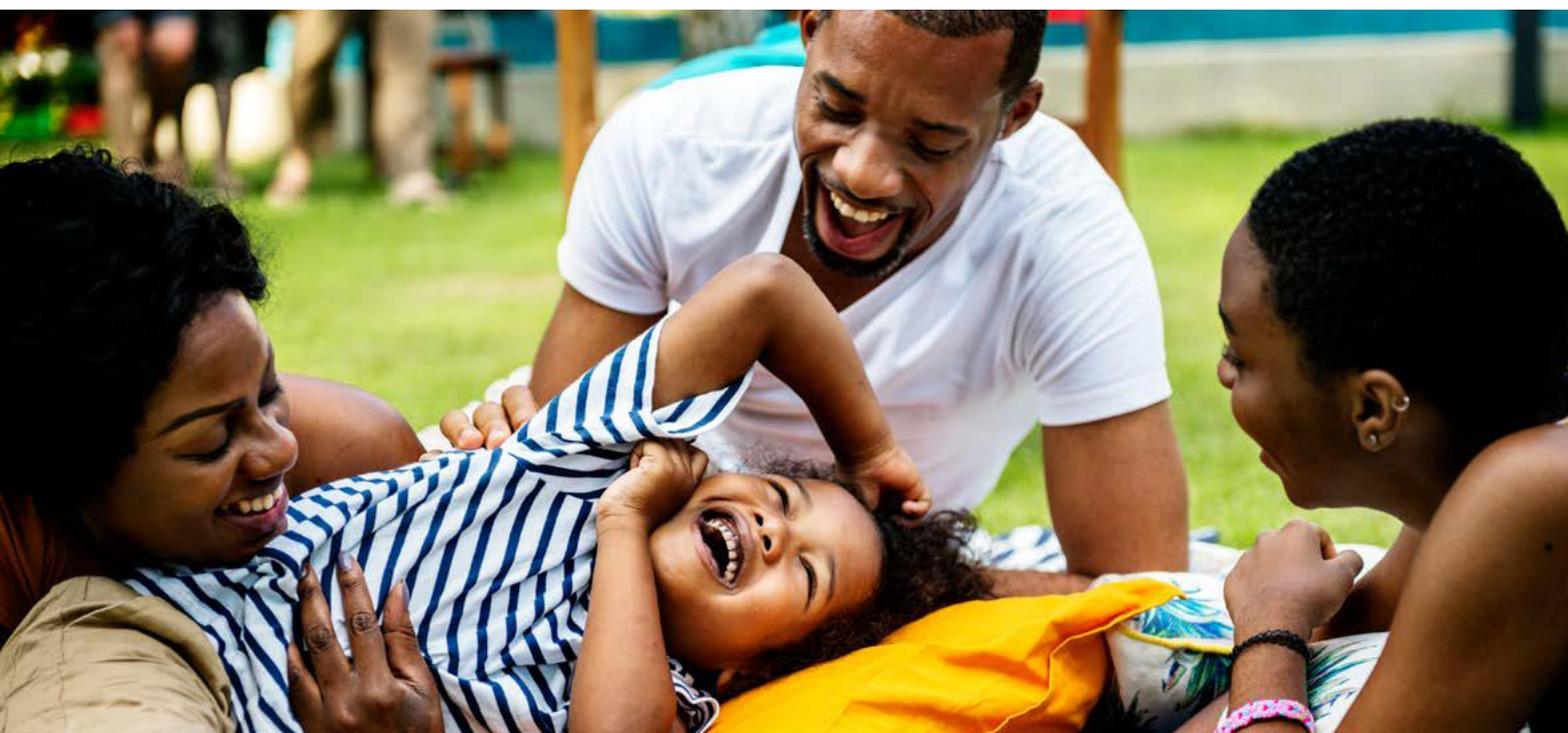
A construção da autonomia infantil é um processo que avança gradualmente conforme o pequeno demonstra ter adquirido novas habilidades para lidar com determinadas situações. Cabe aos pais, familiares, responsáveis, cuidadores e educadores observar, supervisionar e orientar as crianças para garantir que elas consigam realizar as tarefas sozinhas de forma satisfatória e segura.

Atenção!

Decidir a hora certa de permitir que crianças e adolescentes transitem pelas ruas sozinhos – seja para ir à padaria da esquina, à escola ou ao parque perto de casa – é um passo importante no processo de conquista da autonomia de garotos e garotas.

Nesse momento, muitas dúvidas surgem na cabeça dos pais e responsáveis. Afinal, **como saber se a criança ou o adolescente está preparado para encarar um trajeto sem estar acompanhado por um adulto?**

A Criança Segura recomenda que somente a partir dos **10 anos de idade** as crianças possam andar desacompanhadas de adultos. Isso porque em geral até essa idade elas ainda não desenvolveram plenamente diversas capacidades cognitivas, físicas e emocionais necessárias para se manterem seguras no trânsito.



Diante disso, cabe aos pais, familiares, responsáveis e cuidadores desde cedo dar o exemplo de como se comportar de forma segura, explicar os conceitos de segurança no trânsito para os pequenos e observar as crianças durante os trajetos para perceber se elas já estão preparadas para andarem sozinhas na rua com segurança.

Entenda algumas das características que tornam as crianças mais frágeis no trânsito:



- **Corpo**

O corpo da criança é mais frágil que de um adulto. Seus ossos e músculos ainda estão em desenvolvimento e, devido ao seu tamanho menor, são menos tolerantes a um impacto. Em caso de acidentes, isso aumenta a possibilidade de lesões mais graves.



- **Baixa estatura**

O tamanho pequeno das crianças, além de tornar mais difícil para um motorista enxergar quando estão atrás de uma árvore ou carro estacionado, também aumenta o risco de lesão grave em caso de acidente. Isso porque, em um atropelamento, o automóvel atingiria as regiões da cabeça e abdômen, que são as partes mais frágeis do corpo humano.



- **Visão**

Crianças não têm a mesma amplitude de visão periférica que uma pessoa adulta. Devido a isso, os pequenos praticamente só enxergam o que está à frente deles, tendo menor percepção do que está acontecendo ao seu lado.



- **Percepção tempo x velocidade x espaço**
Até por volta dos 10 anos, ainda não desenvolveram plenamente o discernimento preciso sobre distância, velocidade e posição dos veículos no trânsito. Por isso, quando vão atravessar a rua podem ter dificuldade para calcular o tempo de que precisam para concluir a travessia em segurança.



- **Audição**
Crianças têm mais dificuldade em detectar bem de onde provêm os sons, e os ruídos da vida cotidiana as distraem, fazendo com que elas prestem atenção apenas nos barulhos que lhes interessam (algum colega a chamando, por exemplo).



- **Relação causa-efeito**
A criança não compreende muito bem a relação causa-efeito. Com isso, ela acha que o automóvel pode parar imediatamente assim que o motorista frear. Para ela, é incompreensível o conceito de que é preciso uma distância e um tempo para um veículo parar completamente após o motorista pisar no freio.

Fatores de risco que devem ser observados:

Vias com alto fluxo de veículos: ruas e avenidas muito movimentadas geralmente têm uma dinâmica mais complexa de trânsito, o que torna o processo de mobilidade para as crianças mais complicado. Por isso, quando a criança ou o adolescente estiver começando a ter autonomia para se locomover sem a companhia de um adulto, o mais indicado é orientá-los a usar ruas menos movimentadas. Assim, eles podem desenvolver suas habilidades para entenderem e se manterem seguros no trânsito com mais tranquilidade.



Vias com alta velocidade: o excesso de velocidade é uma das principais causas de acidentes de trânsito. Quanto maior é a velocidade de um veículo, mais tempo ele precisa para parar totalmente após o motorista acionar o freio. Além disso, quanto maior a velocidade, maior é o impacto em caso de colisão. Devido a isso, a Organização Mundial de Saúde (OMS) recomenda que o limite máximo de velocidade em vias urbanas seja de 50 km/h. De acordo com estudos, um pedestre atropelado por um veículo que circula até essa velocidade tem menos de 20% de chance de morrer em caso de atropelamento. Quando os automóveis circulam a 80 km/h, a probabilidade de óbito é de quase 60%.



Faixa de pedestre e outras sinalizações: faixa de pedestre, semáforo para pedestre, semáforo para veículos, lombadas, placas de pare, aviso de área escolar e outros. Tudo isso ajuda a tornar o trânsito mais organizado e, conseqüentemente, mais seguro para todos, especialmente para as crianças. Em seus trajetos cotidianos, devem sempre dar preferência a vias bem sinalizadas em vez das com pouca ou nenhuma sinalização.



Calçada: na condição de pedestres, crianças e adolescentes devem sempre dar preferência por transitarem em vias com calçadas adequadas, de boa qualidade, não muito estreitas e sem obstáculos que impeçam a circulação de pessoas. Porém, em casos em que não há outra alternativa e a única via de acesso não possui calçada, devem andar o mais distante possível do local em que os carros transitam e no sentido oposto ao fluxo de veículos.

Ciclovias e ciclofaixas: ao se locomoverem de bicicleta, patins, skate ou patinete, garotas e garotos devem dar preferência às rotas com ciclovias ou ciclofaixas.

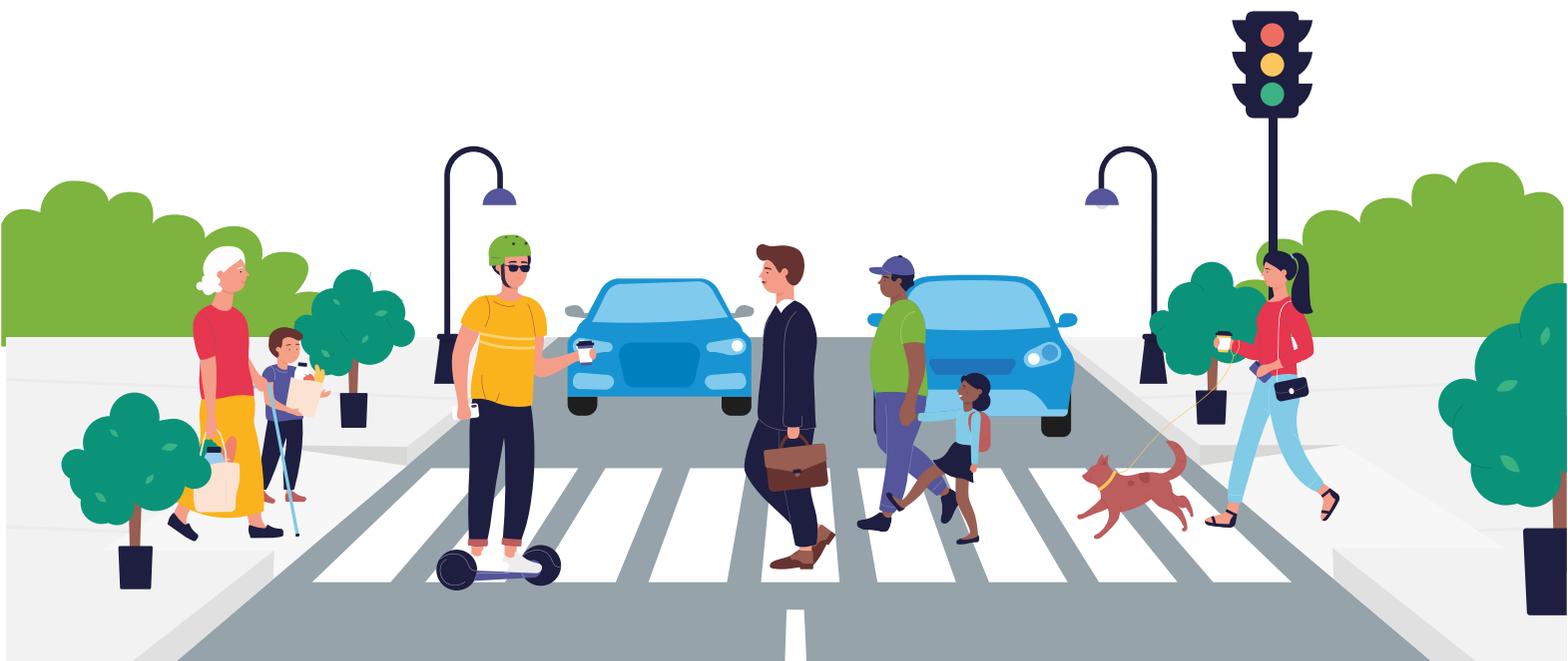


Ruas escuras: a pouca iluminação dificulta a dinâmica de ver e ser visto no trânsito, o que aumenta o risco de acidentes. Por isso, é importante que garotas e garotos deem preferência a ruas bem iluminadas ao se locomoverem. Caso precisem transitar por ruas com menos iluminação ou até mesmo em períodos com pouca luz (amanhecer, fim de tarde e noite), é indicado que usem roupas claras ou até mesmo materiais reflexivos em mochilas, calçados, bicicleta, skate, patins etc.

Região de consumo de álcool: ao transitarem de forma autônoma, crianças e adolescentes devem evitar áreas em que ocorre alto consumo de álcool, como regiões com muitos bares, por exemplo. O uso de álcool é um dos principais fatores que aumentam os índices de acidentes de trânsito.

Saiba quais são as referências de um bom pedestre que você pode mostrar:

- Respeitar a sinalização de trânsito.
- Utilizar sempre faixas de segurança e locais com semáforos para atravessar a rua e, quando não houver, priorizar a travessia nas esquinas, em que será visto mais facilmente.
- Evitar atravessar no meio dos quarteirões, cruzamentos e rotatórias – locais perigosos devido ao tráfego em mais de um sentido.
- Antes de atravessar, confirmar que está sendo visto pelos motoristas/condutores, comunicando-se por meio do olhar e de gestos.
- Olhar sempre para os dois lados da via, antes e durante sua travessia, mesmo quando em pistas de sentido único – inesperadamente pode surgir um veículo em sentido diferenciado.
- Sempre andar pelas calçadas e, na falta delas, ir no sentido contrário ao dos veículos para fazer contato visual.
- Nunca atravessar a rua olhando para o celular ou utilizando fones de ouvido.
- Desembarcar do veículo sempre para o lado da calçada.
- Se você estiver circulando com mais de uma criança pela rua, coloque-as para andar em fila única, em vez de lado a lado.



Atropelamentos e acidentes envolvendo bicicletas

A promoção da saúde e da qualidade de vida depende tanto de programas e práticas educativas quanto da participação de cada cidadão. No que diz respeito à prevenção de atropelamentos e acidentes envolvendo bicicletas, as atitudes adotadas por cada pedestre em relação ao trânsito, no seu cotidiano, interferem na redução do número de acidentes. Por isso é tão importante que pais adotem um comportamento seguro, servindo de exemplo para as crianças e difundindo práticas seguras.

Crianças pequenas ainda não sabem fazer uma leitura adequada do trânsito. Muitas vezes pensam que tanto os carros quanto as bicicletas podem parar instantaneamente ou que, se elas podem ver o motorista/conduzidor, ele também é capaz de vê-las.



Atropelamentos

O ambiente em que as crianças transitam apresenta um grande potencial de risco e poucas condições de segurança para os pedestres. Entre outros fatores que causam o atropelamento, estão: a ausência de uma campanha educativa para motoristas e pedestres, desrespeito aos limites de velocidade, falta de calçadas, sinalização ineficiente, vias e rodovias projetadas sem os devidos cuidados para pedestres e falta da cultura do respeito às leis. Além disso, as crianças são mais vulneráveis ao acidente por atropelamento porque estão expostas às condições de tráfego que superam sua capacidade de percepção do risco que estão correndo. Por isso, a recomendação da Criança Segura é que a criança só possa andar sozinha a partir dos 10 anos de idade.



Atenção!

Para prevenir esse acidente, os responsáveis DEVEM supervisionar sempre até que a criança demonstre habilidades e capacidade de julgamento do trânsito, segurar sempre a mão da criança, firme, pelo pulso, enquanto estiver caminhando na rua, NÃO permitir a brincadeira em locais que não são adequados, como entradas de garagens, quintais sem cerca, ruas ou estacionamentos, e acompanhar a criança para identificar o caminho mais seguro e ensinar a completá-lo de forma segura e cuidadosa.

Os responsáveis, além de dar o bom exemplo, também devem ensinar a criança a olhar para os dois lados, várias vezes, antes de atravessar a rua, nunca correr para a rua para pegar uma bola, o cachorro ou por qualquer outra razão sem antes parar e olhar se vem carro, utilizar a faixa de pedestres sempre que disponível, obedecer aos sinais de trânsito, não atravessar a rua por trás de carros, ônibus, árvores e postes, esperar que o veículo pare totalmente ao desembarcar do ônibus e aguardar que ele se afaste para atravessar a rua, entre outros.

Criança ciclista

Pelo Código de Trânsito Brasileiro (CTB) a bicicleta é um veículo, mas para a criança sempre será um brinquedo. Andar de bicicleta, especialmente no trânsito, exige responsabilidade, por isso a criança deve fazê-lo somente em locais seguros, como ciclovias, praças e parques, sempre acompanhada de um adulto.



Ao andar de bicicleta um dos maiores perigos são as lesões na cabeça, que podem levar à morte ou deixar sequelas permanentes. O uso do capacete é fundamental para reduzir as lesões na cabeça, inclusive traumatismo craniano, além do uso de joelheiras e cotoveleiras.

Orientações ao atravessar a rua

ü Explique que nunca devem correr para a rua sem antes parar e olhar se vem carro – seja para pegar uma bola, o cachorro ou por qualquer outra razão. Correr precipitadamente para a rua é a causa da maioria dos atropelamentos fatais com crianças.

ü Em estradas ou vias sem calçadas, diga às crianças para caminharem de frente para o tráfego (no sentido contrário ao dos veículos). Assim, elas podem ver e ser vistas mais facilmente.

Peça para os pequenos terem atenção especial com carro que estão virando em uma rua ou dando ré.

ü Ao desembarcar do ônibus, diga para as crianças esperarem que o veículo pare totalmente para descer e aguardem que ele se afaste para atravessar a rua.



Atenção às garagens

Crianças pequenas são vítimas fáceis de atropelamento com morte ou lesão em entradas de garagem, principalmente quando o veículo está dando ré. Não deixe uma criança brincar ou andar de bicicleta, skate e patins em frente a portões eletrônicos e entradas de garagens, quintais sem cerca, estacionamentos, nas vias de trânsito de veículos ou mesmo junto ao meio-fio.

Fique de olho!

Muitas vezes elas podem não ser vistas, devido ao seu tamanho pequeno. As áreas mais seguras para brincar são parques, praças, áreas livres cercadas e quadras desportivas.



Bicicleta, patins, skate e patinete

Andar a pé, de bicicleta, patins, skate ou patinete é uma excelente forma de praticar atividade física. Pesquisas comprovam que crianças e adolescentes que realizam mais atividades físicas têm maior desenvolvimento das capacidades motoras, sociais e emocionais. Essas características, aliadas à adoção de ações de prevenção, resultam em crianças mais bem preparadas e capazes de tomar decisões mais rápidas para reconhecer e evitar possíveis riscos de sofrer um acidente.

Apesar do amplo conhecimento sobre a importância da prática de atividades físicas na infância, as crianças brasileiras não fazem a quantidade de exercícios necessária para obter os benefícios de curto e longo prazo que essa prática lhes oferece.

Atenção!

É recomendado que crianças se exercitem por 60 minutos diariamente. Ao ir e voltar para a escola utilizando um meio de transporte ativo, por exemplo, estão praticando mais alguns minutos de atividades físicas diariamente, o que é muito bom para a saúde.



Concentração

Um estudo realizado na Dinamarca com 20 mil crianças e adolescentes entre cinco e 19 anos mostrou que quem ia para a escola de bicicleta ou a pé tinha melhor desempenho em tarefas que exigiam concentração do que quem realizava o trajeto de carro ou transporte público. Ou seja, incentivar a mobilidade ativa da garotada – além de ser uma ótima atividade física – também é excelente para o desenvolvimento cognitivo dos pequenos.

Meio ambiente

Ao utilizar um meio de transporte ativo, adultos e as crianças colaboram com o meio ambiente, uma vez que não emitem poluentes para se locomover. Além disso, é possível aproveitar o momento do trajeto para conversar sobre a importância para o futuro de toda a humanidade de se preservar a natureza. Assim, a criança entende que até mesmo pequenas escolhas individuais – como o meio de transporte a ser utilizado – têm reflexo no cuidado com todo o planeta.



Orientações de segurança

- ü Quando andar de bicicleta, skate e patins, a criança deve estar com capacete. Lembre-se de que isso também implica: a escolha adequada do capacete, conforme o tamanho da criança e a qualidade e o conforto do produto; o uso adequado do capacete, que deve estar centrado em cima da cabeça e com suas tiras corretamente ajustadas sob o queixo, sem ficar solto, frouxo ou mesmo apertado demais.
- ü Durante as brincadeiras com bicicleta, skate ou patins, um dos maiores perigos são as lesões na cabeça. Elas podem levar à morte ou deixar sequelas permanentes. O uso do capacete é a maneira mais efetiva de reduzir esse problema, podendo evitar a morte em 85% dos casos, quando colocado corretamente e tendo o tamanho adequado.
- ü Escolha uma bicicleta adequada à faixa etária da criança. Lembre-se de que os pés da criança devem alcançar o chão quando ela senta na sua bicicleta. Não permita que uma criança ande de bicicleta, skate ou patins à noite, sem o uso de roupas e acessórios luminosos. Além disso, é recomendável utilizar os equipamentos de segurança, como joelheiras e cotoveleiras.
- ü Se estiver carregando uma criança em uma bicicleta, é importante também buscar uma cadeirinha de transporte segura e que tenha cintos. Eles devem estar sempre bem afivelados para garantir a segurança no passeio. E, lembre-se, na cadeirinha o capacete também é obrigatório!





Aula 6

NOSSAS CRIANÇAS SEGURAS: mobilizando a comunidade

Nós da Criança Segura apoiamos e incentivamos ações mobilizadoras que promovam o propósito maior de nossa causa: **salvar vidas**. Não importa o tamanho da ação, mas o movimento que essas mobilizações promovem, levando o tema para discussão, conscientizando e prevenindo acidentes nas comunidades.

Há 19 anos a Criança Segura trabalha chamando a atenção para a prevenção de acidentes com crianças e adolescentes. Não medimos esforços para construir hoje um amanhã muito melhor, renovando nossas certezas de que educar para a prevenção é o caminho mais assertivo e o primeiro passo para a redução de acidentes

Segundo dados do Ministério da Saúde, **os acidentes são hoje a principal causa de morte de crianças de um a 14 anos em todo o Brasil**, matando mais que violência por exemplo. Mais da metade das mortes por acidentes acontece com crianças de zero a quatro anos, evidenciando que a primeira infância está em risco.

Para mudar essa realidade, temos atuado em todo o Brasil por meio de formações presenciais e a distância, ações de promoção de políticas públicas e comunicação. Trabalhamos a cultura de prevenção de forma sensibilizadora, promovendo uma educação que valorize o cuidado de si e dos outros. Com isso, nosso objetivo é empoderar e engajar as pessoas para que elas promovam mudanças em suas comunidades e tornem seu entorno mais seguro para as crianças.



Mobilizar: O que é, como fazer e por que fazer?

Segundo o educador colombiano Bernardo Toro, a mobilização ocorre quando um grupo de pessoas, uma comunidade ou uma sociedade decide e age com um objetivo comum, buscando cotidianamente resultados decididos e desejados por todos. Um dos papéis de quem está mobilizando é prover um repertório de possíveis ações e decisões que tragam uma contribuição efetiva.

Para conseguir ter apoio e criar ações cheias de sentido, é fundamental sensibilizar as pessoas! Participar ou não de um processo de mobilização é uma escolha, e essa decisão depende essencialmente de as pessoas se enxergarem como responsáveis e capazes de provocar e construir mudanças. Cabe a você sensibilizá-las.

A mobilização requer uma dedicação contínua e produz resultados cotidianamente. O primeiro passo para transformar o ambiente em que vivemos é conhecer seus desafios e as suas potencialidades.

Podemos dizer que a mobilização acontece em sete passos:

1. Incômodo.
2. Necessidade ou desejo de mudança, propósito.
3. Diagnóstico do problema.
4. Definição de objetivos claros.
5. Planejamento das ações que levarão à concretização.
6. Parcerias.
7. Mobilização.

Mobilização na prática

Um programa de prevenção de acidentes com crianças pode ser desenvolvido por organizações ou agentes comunitários, como moradores, pais, professores, cuidadores, profissionais da área de saúde, assistência social e trânsito, entre outras pessoas interessadas em reduzir os acidentes com crianças e adolescentes de um até 14 anos. Você pode ser um desses agentes!

Veja alguns exemplos do que você pode fazer de prevenção, no **condomínio**, em **templos religiosos**, na **escola**, ou adaptar essas ações para outros espaços na sua comunidade.

No condomínio

Em seu condomínio, convoque uma assembleia com os moradores para conversar sobre a importância da prevenção de acidentes com crianças e sensibilizar outros pais e responsáveis sobre o tema.

No nosso canal do [YouTube](#) há vários vídeos de sensibilização que podem ajudá-lo, pois nunca sabemos quando um acidente acontecerá e quais serão suas consequências.

Conheça as histórias de vida do Gabriel e do Giovane e perceba como em um segundo a vida de seu filho pode mudar.

História do Gabriel



História do Giovane



Você pode compartilhar na assembleia ou relatar os casos e na sequência propor aos presentes que pensem em atividades que possam ser realizadas nas áreas comuns, até mesmo com as crianças, para identificar pontos de atenção. Por exemplo:



- As piscinas ficam trancadas?
- Existe alguma regra que só permite que crianças frequentem a piscina quando acompanhadas de adultos?
- O piso do playground absorve impacto?
- Está em condições adequadas para as crianças?

Assim você consegue mobilizar várias pessoas para promover mudanças positivas em seu condomínio!

Em templos religiosos

Converse com outros pais e responsáveis que frequentam o local sobre o tema e proponha algumas ações de prevenção. Você pode imprimir os folhetos da Criança Segura e distribuir para os interessados, promover rodas de conversa e levantar algumas questões pertinentes, por exemplo:

- Durante a missa, culto, onde as crianças ficam? Existe algum adulto responsável pela supervisão delas?
- O local em que elas costumam brincar é seguro?
- O que vocês podem fazer para garantir a segurança delas?



Na escola

Que tal levar o debate sobre a segurança do entorno escolar na próxima reunião de pais e mestres?

A área de entrada e saída da escola está sempre com crianças desatentas e apressadas para entrar na aula ou voltar para casa. Por isso, é fundamental que o entorno escolar seja muito bem sinalizado, com:



Velocidade máxima de circulação de veículos.



Iluminação.



Faixas de pedestres.



Boas calçadas.

Mas como garantir todos esses detalhes? Vocês podem pedir uma reunião com a secretaria responsável pelo trânsito da cidade e apresentar as mudanças necessárias.

Nas redes da Criança Segura você pode encontrar diversos materiais sobre como garantir um trânsito seguro.



Ideias para realizar mobilizações

Mobilização presencial

Intervenções urbanas e coletivas são uma atividade de muita eficácia. Esse tipo de mobilização visa criar impacto local, informando a população sobre os fatores de risco para as crianças no dia a dia. Criar condições para realização desse tipo de ação mobilizadora demanda estar bem informado, por isso é importante multiplicar todo o conhecimento que você acessou em nossa formação. Passar com os mobilizadores as principais causas de acidente com crianças é fundamental para identificar os problemas e sensibilizar as pessoas para a causa.

No site da Criança Segura você pode encontrar diversas informações que podem contribuir para sua ação mobilizadora em áreas externas, nas seguintes matérias:

Dicas de prevenção de acidentes em áreas externas



Dicas para prevenir acidentes



Mobilização online

Muitas vezes não é possível realizar ações mobilizadoras com a presença de diversas pessoas juntas, mas isso não é motivo para não multiplicar os conhecimentos adquiridos no curso!

Que tal criar um grupo no **WhatsApp** ou **Facebook** ensinando pais, familiares e responsáveis a passar um pente fino em casa para identificar potenciais riscos à segurança dos pequenos? Você pode indicar pontos de destaque e abrir um espaço para discussão e trocas de experiência. Assim, mesmo que de forma remota, você vai conseguir alcançar outras pessoas e garantir a segurança de ainda mais crianças pelo Brasil!

Confira algumas ferramentas que podem ajudar nisso.



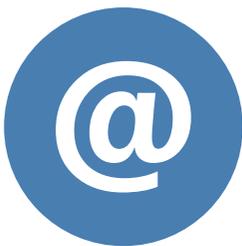
Facebook

Por esse canal é possível criar muitas ações: mediar grupos de estudo, disponibilizar conteúdos diários, provocar a reflexão por meio de histórias reais e acontecimentos no território, promover discussões a partir de um tema, compartilhar dicas de prevenção, criar um calendário de eventos futuros, como convites para palestras on-line, que poderão ser realizadas em lives no próprio Facebook.

Rede social voltada principalmente para o compartilhamento de imagens e vídeos rápidos. É possível criar uma vitrine de dicas objetivas para a prevenção, provocar nas pessoas a memória de locais que precisam de um olhar cuidadoso para a segurança, criar lives para compartilhar conhecimento e postar pequenos vídeos caseiros que você mesmo pode gravar sobre os conteúdos que aprendeu no curso.



Instagram



E-mail

Pode ser utilizado para promover uma aproximação com o público e distribuir materiais e conteúdos sobre a prevenção. Se você tem uma lista de e-mails que chegue a seu público-alvo, poderá trabalhar por esse canal a partir da disseminação de conteúdos utilizando materiais produzidos pela Criança Segura. No site www.criancasegura.org.br vocês acessam todos os nossos materiais digitais, além dos folders e vídeos produzidos para a campanha “De Olho na Infância”:

Canal muito utilizado e que pode ser grande aliado na disseminação de informações. Muitas escolas, educadores, instituições utilizam o WhatsApp para comunicação rápida e eficaz. É possível criar um programa para compartilhar com o público, por meio de uma lista de transmissão, pílulas de conhecimento diárias sobre prevenção. Que tal pensar nos temas, criar a abordagem e compartilhar nos grupos da escola, dos professores, da família, do condomínio etc.? No site www.criancasegura.org.br/deolhonainfancia/ você poderá acessar folders que trazem dicas curtinhas e eficazes, além de vídeos educativos.



Whatsapp



Blog

O blog é uma ferramenta importante para tratar de assuntos que demandam constância. Pensar em atividades de investigação na comunidade e trazer as impressões de crianças e adolescentes para o blog é algo que se torna divertido e ao mesmo tempo educativo. Se você tem criança ou adolescente em casa ou manteve o contato com seus alunos a distância, é legal produzir conteúdo com pequenas reportagens, dicas de prevenção, entrevistas com moradores ou com autoridades da cidade. Se a instituição em que você atua já tem um canal de blog, pode aproveitá-lo!

O forte desse canal é a produção audiovisual. Diferentemente das outras redes sociais, o YouTube foca apenas em vídeos, um formato interessante e que atrai muito a atenção das pessoas por ser fácil de pesquisar e ter um viés educativo. No YouTube é possível transmitir um vídeo ao vivo, gravar videoaulas e criar conteúdo audiovisual para o público escolhido.



YouTube



Sites de petições e abaixo-assinados. Plataformas online para iniciar campanhas em nível local, nacional e internacional. Pessoas do mundo todo fazem mobilizações, conseguem apoio e convencem quem decide a partir de uma causa.



Agora é sua vez!

Você pode ser um multiplicador da causa e acreditamos que juntos podemos prevenir muitos acidentes. Conte sempre conosco, com nossos conteúdos e formações, pois nós contamos muito com você!

Bora mobilizar e fazer mais e melhor?

Nosso canal para mobilizadores é pelo e-mail: contato@criancasegura.org.br



REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Datasus**: indicadores e dados básicos. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2020. Disponível em: <https://datasus.saude.gov.br/>. Acesso em: 4 jul. 2020.

CRIANÇA SEGURA. Disponível em: www.criancasegura.org.br. Acesso em: 18 jul. 2020.

TORO, José Bernardo; WERNECK, Nísia Maria Duarte Furquim. **Mobilização social**: um modo de construir a democracia e a participação. São Paulo: Autêntica, 2007.

FICHA TÉCNICA

Criança Segura

Revisão e edição

Camila Alvarenga, Eduarda Marsili e Vania Schoemberner

Equipe de apoio

Luciana Silva e Paula Bueno

Designa Design Instrucional

Projeto e design instrucional

Cíntia Costa e Delma Morari

Projeto gráfico e diagramação

Mariana Carpenedo e Paulo Coimbra

Revisão ortográfica

Daniel Mendonça

Ilustrações e imagens:

Freepik e Pexels

CR:ANÇA SEGURA BRASIL

Acesse:

www.criancasegura.org.br