



# — ACIDENTES — NA INFÂNCIA

*Cursos para gestantes*

Enfermeira Thais Pereira Candido

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.

**Unimed**   
Bauru

Acidentes com crianças são mais comuns do que os pais gostariam. *Porém 90% podem ser evitados com a adoção de medidas de prevenção.* A seguir vamos abordar os principais acidentes na infância e como preveni-los.

# Acidentes de trânsito

É a causa líder de mortes por acidentes na faixa etária de 0 a 14 anos no Brasil.

As crianças são um dos grupos mais vulneráveis a acidentes no trânsito. Seus corpos são mais frágeis e ainda estão em desenvolvimento.

Por isso, é fundamental utilizar o dispositivo de retenção veicular adequado à altura, peso e idade da criança, pois é a única forma de transportá-la de forma segura. É fundamental que utilizem o manual de instrução para instalar o dispositivo.

O uso correto dos equipamentos aumenta em até 71% a chance de sobrevivência a um acidente de carro.

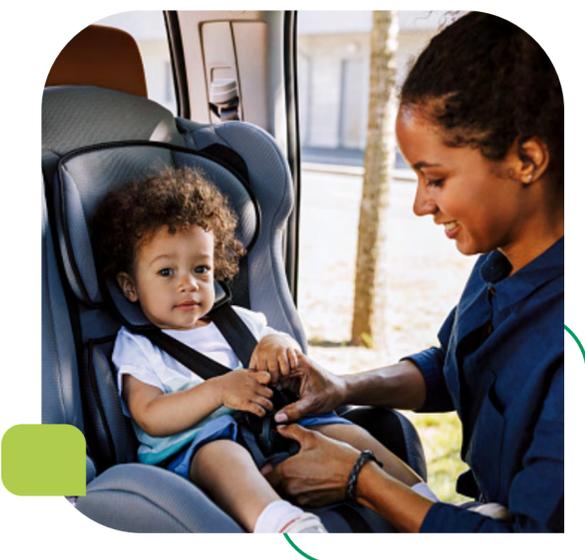
## Bebê conforto

Previne a expulsão da criança em caso de colisão ou freada brusca, com cintos que passam nas partes fortes do corpo do bebê; distribui a força da colisão por toda a área do corpo; ajuda o corpo a desacelerar no momento da colisão; protege a cabeça e a coluna vertebral da criança.



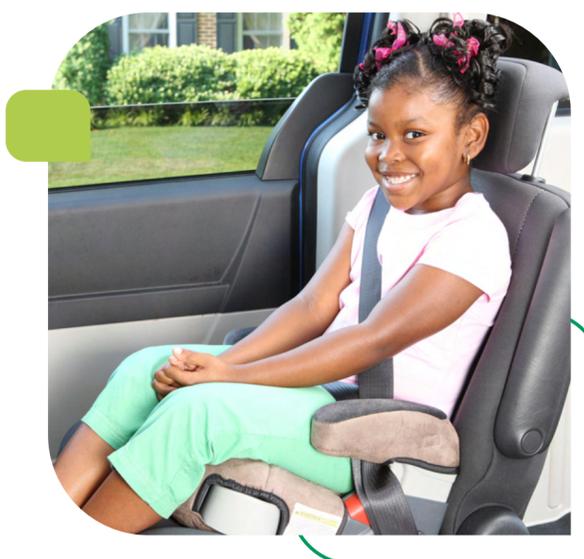
## Cadeirinha

Possui um sistema de retenção de cinco pontos, como nos cintos de segurança de veículos de corrida profissional, distribuindo melhor a energia do impacto em caso de colisão e aumentando a chance de sobrevivência.



## Assento de elevação

O equipamento serve para que a criança, sentada, fique mais alta. Assim, o cinto de segurança do carro passará nas partes do corpo que são capazes de suportar o impacto de uma colisão ou freada brusca (quadril, centro do peito e meio do ombro).



*Lembrete:*

Crianças de até 14 anos não conseguem lidar de forma segura com o trânsito e precisam de auxílio para atravessar a rua.

# Afogamentos

Os afogamentos são a 2ª causa de morte e a 7ª de hospitalização. A morte por afogamento acontece de maneira rápida e silenciosa. Não só isso: uma criança submersa na banheira ou piscina entre 4 e 6 minutos pode ficar com danos permanentes no cérebro.

## Como evitar afogamentos:

- » Nunca deixe crianças sozinhas quando estiverem dentro ou próximas da água, nem por um segundo.
- » 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, mas podem estourar ou virar a qualquer momento.
- » Tenha um telefone próximo à área de lazer e o número do atendimento de emergência sempre visível (SOS Unimed; SAMU: 192; Corpo de Bombeiros: 193).



- » Muitos casos de afogamentos acontecem com pessoas que acham que sabem nadar. Não superestime a habilidade de crianças e adolescentes.
- » Ensine as crianças a não correr, empurrar, pular em outras crianças ou simular que estão se afogando quando estiverem na piscina, lago, rio ou mar.
- » Piscinas devem ser protegidas com cercas de no mínimo 1,5 m de altura e portões com cadeados ou trava de segurança.
- » Evite deixar brinquedos e outros atrativos próximos à piscina e reservatórios de água.
- » Depois do uso, mantenha vazios, virados para baixo e fora do alcance das crianças baldes, bacias, banheiras e piscinas infantis.
- » Deixe a porta do banheiro e da lavanderia fechada ou trancada por fora e mantenha a tampa do vaso sanitário abaixada (se possível, lacrada com um dispositivo de segurança).
- » Fique atento! Crianças pequenas podem se afogar em qualquer recipiente com mais de 2,5cm de água ou outros líquidos, seja uma banheira, pia, vaso sanitário, balde, piscina, praia ou rio.

# Quedas

São a principal causa de internação entre os acidentes com crianças e adolescentes de até 14 anos no Brasil. Quedas podem causar sérias lesões, como os traumatismos cranianos.

## Como evitar quedas na rua:

- » Certifique-se de que os brinquedos serão usados em ambientes seguros. Brinquedos conduzidos pela criança, como bicicleta, patins e skate, não devem ser usados próximo a escada, rua, piscina, lago, etc.
- » Ao andar de bicicleta, skate ou patins, o capacete é o equipamento fundamental. Ele pode reduzir o risco de lesões na cabeça em até 85%.
- » Crianças devem ser sempre observadas quando estiverem brincando nos parquinhos.
- » Conheça os parquinhos onde as crianças brincam. Verifique se os equipamentos estão enferrujados, quebrados ou contêm superfícies perigosas. Procure equipamentos apropriados para a idade das crianças e mostre para elas quais são os equipamentos apropriados para sua faixa etária.
- » O parquinho deve ser instalado preferencialmente em piso que absorva impacto, como um gramado, um piso emborrachado ou areia fina. Jamais deve ser instalado em piso de concreto ou pedra.
- » Ensine as crianças a não empurrar, não dar encontrões e nem se amontoar ao brincar em um parquinho.

## Como evitar quedas em casa:

- » Use portões de segurança no topo e na base das escadas e corrimão. Caso a escada seja aberta, instale redes de proteção ao longo dela.
- » Mantenha as escadas livres de objetos.
- » Instale grades ou redes de proteção nas janelas, sacadas e mezaninos. Os espaços das redes e grades devem ser de no máximo 6cm.
- » Mantenha camas, armários e outros móveis longe das janelas, pois eles podem facilitar que crianças os escalem e se debrucem para fora do prédio ou casa.
- » Cuidado com pisos escorregadios; coloque antiderrapante nos tapetes.
- » Nunca coloque o bebê conforto em lugares altos, com superfícies lisas e escorregadias, como mesas e balcões.
- » Mantenha sempre uma mão segurando o bebê durante a troca de fraldas. Nunca deixe um bebê sozinho em mesas, camas ou outros móveis, mesmo que seja por pouco tempo.
- » O uso de andadores não é aconselhado pela Sociedade Brasileira de Pediatria. Além de comprometerem o desenvolvimento saudável da criança, podem causar sérias quedas.

# Queimaduras e choques

São tipos muito intensos e perigosos de acidente, responsáveis por deixar milhares de crianças com sequelas permanentes.

## Como evitar queimaduras

- » Mantenha as crianças longe da cozinha e do fogão, principalmente durante o preparo das refeições.
- » Cozinhe nas bocas de trás do fogão e sempre com os cabos das panelas virados para dentro, para evitar que as crianças entornem os conteúdos sobre elas.
- » Evite cuidar, ficar perto ou carregar as crianças no colo enquanto mexe em panelas no fogão ou manipula líquidos quentes. Até um simples cafezinho pode provocar graves queimaduras na pele de um bebê.
- » Deixe comidas e líquidos quentes no centro da mesa, longe do alcance das crianças.
- » Não utilize toalhas de mesa compridas ou jogos americanos. As crianças podem puxar esses tecidos, causando escaldadura ou queimadura de contato.
- » Durante o banho do bebê, coloque primeiro a água fria e verifique a temperatura da banheira imergindo a mão inteira na água, espalhando os dedos e movendo a mão por toda a extensão da banheira, para ter certeza de que não há nenhum ponto muito quente.

- » Não deixe as crianças brincarem por perto quando você estiver passando roupa ou utilizando outro aparelho que produza calor, como secador de cabelo. Quando terminar de utilizá-los, desligue, tire da tomada e os guarde longe do alcance das crianças.
- » Brinquedos elétricos podem causar queimaduras. Evite brinquedos com elementos de aquecimento, como baterias e tomadas elétricas, para crianças com menos de oito anos.
- » Verifique sempre o estado das instalações elétricas. Substitua as fiações antigas e desencapadas. Os fios devem ficar isolados em locais adequados como canaletas e conduítes e longe do alcance das crianças.
- » Evite ligar vários aparelhos eletrônicos em uma mesma tomada.
- » As tomadas devem estar protegidas por tampas apropriadas, esparadrapo, fita isolante ou mesmo cobertas por móveis.



- » Só permita que as crianças empinem pipas em campos abertos, com boa visibilidade, sem a presença de fios e postes de eletricidade. Oriente-as quanto aos riscos do uso do cerol e de retirar a pipa caso enrosque na rede elétrica.
- » Guarde fósforos, isqueiros, velas e outros produtos inflamáveis em locais altos e trancados, longe do alcance das crianças.
- » Muito cuidado com o álcool: ele é responsável por um grande número de queimaduras graves em crianças.
- » Use velas e candeeiros somente em cômodos onde há a supervisão de um adulto. Garanta que elas não estejam perto de objetos inflamáveis, como isqueiros, acetona, móveis de madeira, cortina, mosquitoireiro ou colchões.
- » Só acenda velas em recipientes apropriados, como lamparina, ou em um prato fundo com água.
- » Apague velas e candeeiros quando sair de casa, mesmo que seja por poucos minutos.
- » Tire todos os aquecedores portáteis do alcance das crianças.

### *Lembrete:*

Em caso de queimadura, procure atendimento; não use pomadas (a não ser por orientação de equipe médica), manteiga, óleo, pasta de dente, borra de café ou outros nas queimaduras.

# Envenenamento e intoxicação

É a quinta causa de hospitalização por acidentes com crianças de 1 a 4 anos.

## Como evitar envenenamentos e intoxicações:

- » É a quinta causa de hospitalização por acidentes com crianças de 1 a 4 anos.
- » Guarde todos os produtos de higiene e limpeza, venenos e medicamentos trancados, em lugar alto e fora do alcance das crianças.
- » Mantenha os produtos tóxicos em suas embalagens originais para não confundir as crianças.
- » Informe-se sobre quais produtos domésticos podem ser tóxicos. Itens comuns, como, por exemplo, enxaguantes bucais, podem ser nocivos se a criança os ingerir em grande quantidade.
- » Quando adquirir um brinquedo ou qualquer outro produto para a criança, certifique-se que ele é atóxico, ou seja, que não contenha componentes tóxicos.
- » Mantenha os números dos telefones de emergência (SOS Unimed; SAMU: 192; Corpo de Bombeiros: 193) próximos aos aparelhos de telefone de sua casa.
- » Jogue fora medicamentos com data de validade vencida e outros venenos potenciais.
- » Evite ficar perto de animais peçonhentos. Sempre preste atenção antes de calçar sapatos ou usar bolsas e sacolas.

- » Sempre leia os rótulos e bulas e siga corretamente as instruções ao dar remédios às crianças, baseando-se em seu peso e idade. Use apenas o medidor que acompanha as embalagens de medicamentos infantis.
- » Nunca se refira a um medicamento como “doce”. Isso pode levar a criança a pensar que o remédio não é perigoso ou que é agradável de comer. Como as crianças tendem a imitar os adultos, evite tomar medicamentos na frente delas.
- » Mantenha plantas caseiras longe do alcance das crianças.
- » Supervisione as crianças se elas estiverem em algum lugar que as plantas não puderem ser removidas.
- » Ensine as crianças que elas não podem comer nada a menos que os pais ou quem estiver cuidando delas dê a elas.
- » Saiba quais plantas dentro e ao redor de sua casa são venenosas. Remova-as ou deixe-as inacessíveis para as crianças.

## O que fazer em caso de intoxicação e envenenamento:

Procure serviço médico imediatamente (se necessário, contate o serviço de atendimento móvel de urgência: SAMU ou SOS Unimed). Se possível, tenha a embalagem do produto consigo para orientar o atendimento.

Nunca use produtos como antídotos sem que esses tenham sido recomendados pelo Centro de Assistência Toxicológica (CEATOX) ou pela equipe de saúde assistente.

---

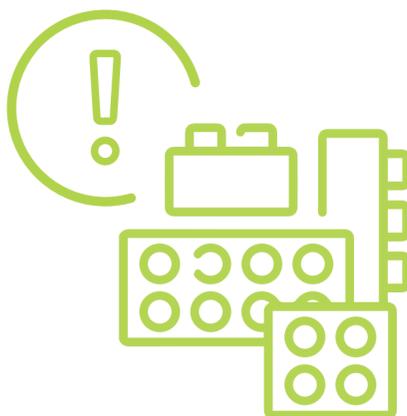
*Veja mais:* Plantas tóxicas mais comuns: <https://sinitox.iciet.fiocruz.br/plantas-toxicas>  
Animais peçonhentos mais comuns: <https://sinitox.iciet.fiocruz.br/animais-peconhentos>

# Sufocamento

O sufocamento é a 1ª causa de morte entre os acidentes de bebês até 1 ano de idade. Até os 4 anos, a criança fica muito exposta a este tipo de risco pois é nesta fase que inicia a exploração do mundo ao seu redor por meio dos sentidos.

## Como evitar sufocamentos

- » Corte os alimentos em pedaços bem pequenos na hora de alimentar a criança.
- » Não dê alimentos redondos e duros, como uvas, pipoca, cenoura crua e nozes para crianças.
- » Ensine a criança a comer sentada e com a boca fechada. Isso ajudará a prevenir que a criança tente falar e comer ao mesmo tempo.
- » Use berços certificados pelo Inmetro e que sigam as normas de segurança da ABNT (Associação Brasileira de Normas Técnicas).
- » Verifique se as grades de proteção do berço estão fixas e se a distância entre elas não é maior do que 6 cm.
- » Bebês devem dormir em colchão firme, de barriga para cima, cobertos até a altura do peito com lençol ou manta presos embaixo do colchão e com os bracinhos para fora. O colchão deve estar bem preso ao berço (não mais que dois dedos de espaço entre o berço e o colchão) e sem qualquer embalagem plástica.
- » Remova do berço todos os brinquedos, travesseiros, cobertores, protetores de berço e qualquer outro objeto macio quando o bebê estiver dormindo. Isso ajuda a reduzir o risco de asfixia.



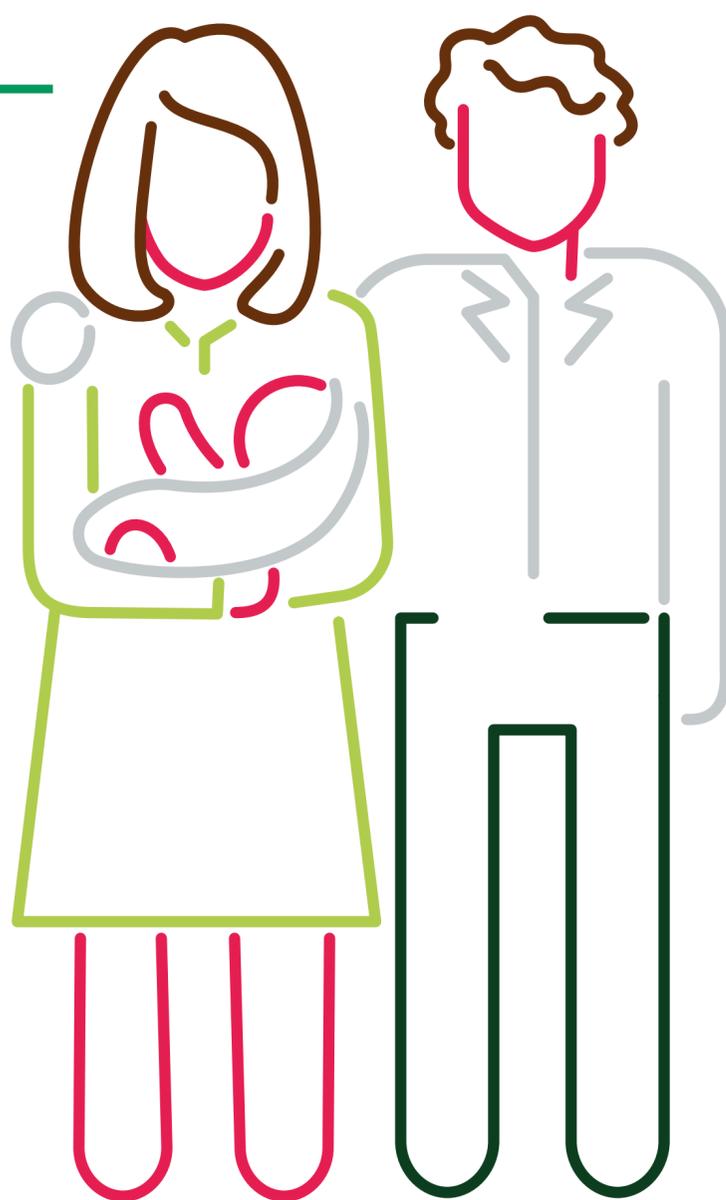
- » Adultos devem evitar dormir com bebês. Caso escolham dividir a cama, devem tomar precauções especiais, que incluem a remoção de travesseiros, edredons e qualquer outra roupa de cama macia. Devem, também, evitar o uso de bebidas alcoólicas.
- » Ao escolher os brinquedos para uma criança, considere sua idade, interesse e nível de habilidade. Siga as recomendações do fabricante e procure brinquedos com selo do Inmetro.
- » Brinquedos para crianças maiores podem ser perigosos para as menores e devem ser guardados separadamente.
- » Inspecione regularmente os brinquedos à procura de danos que podem resultar em algum acidente enquanto a criança os manuseia. Observe se alguma parte pequena pode se soltar, se existem pontas afiadas ou arestas. Caso encontre algum problema, conserte o brinquedo imediatamente ou mantenha-o fora do alcance da criança.
- » Evite utilizar balões de látex (bexigas). Se realmente precisar utilizá-los, guarde-os fora do alcance das crianças e supervisione-as durante toda a brincadeira. Não permita que crianças encham balões e tenha muito cuidado com os pedaços de bexigas estouradas, pois podem ser acidentalmente ingeridos pelas crianças e ocasionar sérias consequências. Após o uso, esvazie as bexigas e descarte-as juntamente com eventuais pedaços.
- » Brinquedos e roupas com correntes, tiras e cordas com mais de 15cm devem ser evitados para reduzir o risco de estrangulamento; o mesmo vale para fios (inclusive carregadores de celular).

- » Nunca deixe que as crianças brinquem em parquinhos usando colares, bolsas ou roupas com cordões.
- » Considere a compra de cortinas ou persianas sem cordas.
- » Mantenha o piso livre de objetos pequenos como botões, colar de contas, bolas de gude, moedas, tachinhas. Tire esses e outros pequenos itens do alcance de crianças.
- » Mantenha sacolas plásticas longe do alcance de bebês e crianças.
- » Ensine as crianças que elas não devem brincar dentro ou ao redor de carros, móveis e utensílios domésticos grandes, como geladeira, lavadora de roupa, armários, baús, etc. Caso entrem nesses lugares, há o risco de ficarem presas e não conseguirem respirar normalmente.
- » Não deixe as crianças sozinhas dentro do carro, mesmo com o vidro levemente aberto.
- » Seja especialmente cuidadoso se você mudar sua rotina para deixar as crianças na creche ou escola. Peça para te avisarem caso seu filho não chegue ao local após alguns minutos do horário que você costuma deixá-lo.
- » Tenha certeza de que todas as crianças deixaram o veículo quando chegar ao seu destino. Supervisione também as crianças que estiverem dormindo.
- » Nunca deixe o carro sozinho com o motor ligado e as portas destravadas. Crianças curiosas podem entrar e desengatar o veículo ou ficar presas.
- » Se você vir uma criança sozinha dentro de um carro, ligue para o 190 imediatamente.

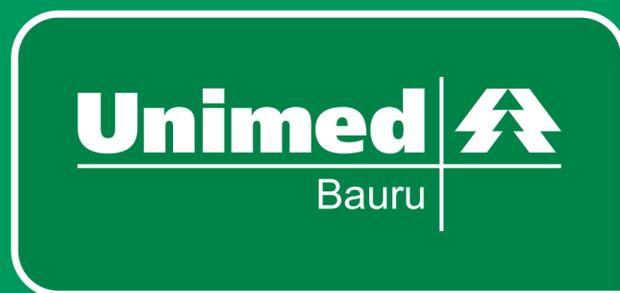
**Para saber mais acesse:**

[www.criancasegura.org.br](http://www.criancasegura.org.br) | [www.sbp.com.br](http://www.sbp.com.br) | [www.pastoraldacrianca.org.br](http://www.pastoraldacrianca.org.br)

Pais  
previnidos  
evitam  
acidentes



CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.



[unimedbauru.com.br](http://unimedbauru.com.br)

**ANS Nº 36965-9**