



Prevenção de acidentes na infância: **o cuidado que vale por um presente**

O Dia das Crianças é um momento de carinho, alegria e, muitas vezes, de presentes. Mas, além dos brinquedos e passeios, o que mais podemos oferecer às crianças como demonstração de cuidado verdadeiro? A resposta está na proteção.

Dados da Sociedade Brasileira de Pediatria mostram que os acidentes são a principal causa de morte entre crianças de 1 a 14 anos no Brasil — e 90% desses acidentes poderiam ser evitados com atitudes simples no dia a dia.

A infância deve ser vivida com liberdade, mas também com segurança. Garantir que nossas crianças cresçam em ambientes seguros é uma responsabilidade compartilhada por todos: pais, mães, responsáveis, escolas e sociedade.

Confira agora mesmo orientações práticas para prevenir acidentes e proteger quem você mais ama!





Riscos mais comuns por faixa etária

Cada fase da infância é repleta de descobertas — e é natural que, com tanta curiosidade e energia, também surjam situações que pedem atenção.

Conhecer os principais riscos de cada etapa do desenvolvimento é uma forma de antecipar os perigos e proteger com carinho quem a gente mais ama.



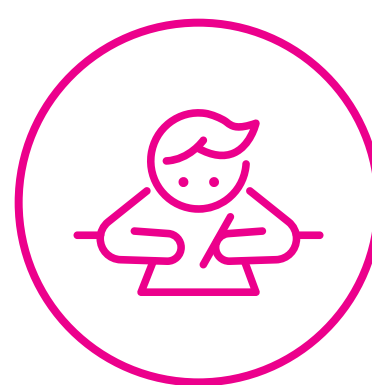
Do nascimento até 1 ano

Esse é um período muito delicado. Bebês correm mais risco de sufocamento, engasgos, quedas e queimaduras, principalmente dentro de casa.



De 1 a 4 anos

É a fase em que as crianças começam a explorar tudo ao redor. Produtos de limpeza, tomadas, piscinas e pequenos objetos passam a representar maior risco de intoxicação, choques e afogamentos.



De 5 a 12 anos

Com mais independência, os riscos se concentram em traumas por esportes, quedas, atropelamentos e acidentes de trânsito.

Saber disso ajuda a ajustar os cuidados com mais consciência — e muito afeto.





Cuidados em casa

A casa é onde os pequenos passam grande parte do tempo. Por isso, cuidar de cada cantinho é um gesto de amor. Veja como deixar o ambiente mais protegido:

Banheiro – mantenha a tampa do vaso sanitário sempre fechada e, se possível, com trava. Nunca deixe a criança sozinha na banheira, nem por um segundo. Além disso, guarde objetos cortantes, medicamentos e produtos de higiene em locais trancados ou altos.



Cozinha – instale protetores nas tomadas e organize os fios. Tire do chão brinquedos ou objetos pequenos que possam ser engolidos. Proteja quinas de móveis e prefira aqueles com bordas arredondadas, evite cortinas com cordões e mantenha móveis longe de janelas.

Lavanderia e garagem – Armazene produtos de limpeza fora do alcance e com identificação clara. Esvazie baldes e bacias após o uso e mantenha carros trancados e as chaves sempre longe das mãos curiosas.



Segurança com os brinquedos

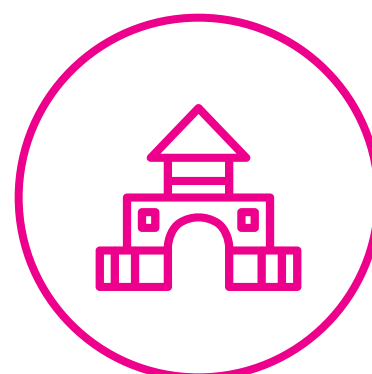
Nada como ver a alegria nos olhos da criança ao receber um brinquedo. Mas o melhor presente é aquele que diverte trazer riscos. Para garantir isso:



Escolha brinquedos com selo do Inmetro.



Evite peças pequenas, objetos pontiagudos ou com cordas longas.



Supervisione sempre o uso, especialmente se for um brinquedo novo ou mais complexo.

Transporte, piscina e passeios

Fora de casa, a atenção deve ser redobrada. Confira alguns cuidados importantes:



Transporte – crianças devem sempre estar com cinto de segurança e, até os 10 anos, no banco de trás. Além disso, use o dispositivo certo para cada idade: bebê-conforto, cadeirinha ou assento de elevação.



Piscina – supervisão constante é indispensável – mesmo que a criança saiba nadar. Quando a área estiver vazia, deve ser mantida com grades de trancas. No caso de piscinas infláveis, deixe-as esvaziadas e guardadas fora do alcance dos pequenos.



Viagens – planeje com antecedência, incluindo um kit de primeiros socorros. Assim que chegar no local, avalie o ambiente e faça adaptações para deixá-lo mais seguro.



Atenção com animais peçonhentos

Em algumas regiões, principalmente no verão e em áreas com mato, entulho ou jardins, o risco de acidentes com animais peçonhentos aumenta — e as crianças são especialmente vulneráveis, pois costumam explorar tudo com curiosidade.

Escorpiões, aranhas, cobras, lacraias e até abelhas podem estar escondidos em locais pouco ventilados ou com acúmulo de objetos. Por isso, prevenir é muito importante:

- Mantenha o quintal e jardins sempre limpos, sem entulho, folhas acumuladas ou brinquedos espalhados.
- Evite deixar caixas, sapatos, baldes ou brinquedos no chão por muito tempo sem movimentar.
- Ensine a criança a não colocar a mão em buracos, embaixo de pedras ou dentro de objetos deixados no chão.
- Em áreas de risco, use calçados fechados e roupas compridas ao brincar ou caminhar ao ar livre.
- Evite manipular animais, mesmo que pareçam inofensivos.
- Telar ralos, frestas e janelas pode evitar a entrada desses animais em ambientes internos.





Como agir em emergências

Mesmo com todos os cuidados, imprevistos podem acontecer — e, nessas horas, manter a calma e saber como agir é fundamental. A sua presença tranquila e atenta pode fazer toda a diferença para a segurança e o bem-estar da criança.

Em caso de engasgo

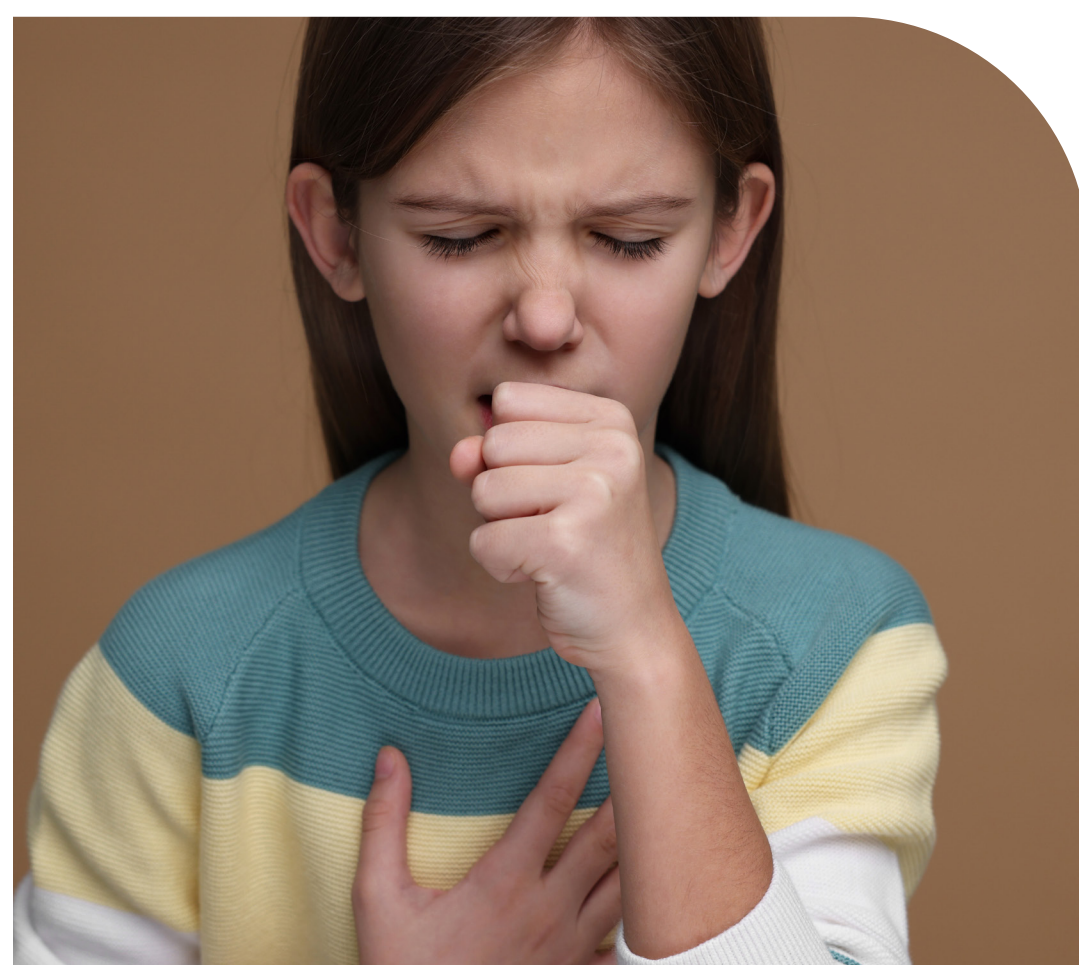
Se a criança estiver tossindo, respire fundo e não a interrompa. A tosse é um mecanismo natural e eficiente do corpo para expulsar o que está obstruindo a via aérea.

Mas se ela parar de tossir, não conseguir falar ou emitir sons, ou estiver com os lábios arroxeados:



Para bebês de até 1 ano, coloque-o de bruços sobre o seu antebraço, com a cabeça mais baixa que o corpo, e aplique 5 tapinhas firmes entre as escápulas. Vire o bebê de barriga para cima e faça 5 compressões no peito, com dois dedos, abaixo da linha dos mamilos. Repita o ciclo se necessário.

Para crianças maiores de 1 ano, fique atrás dela, posicione as mãos entre o umbigo e o tórax e faça compressões rápidas para dentro e para cima (manobra de Heimlich).



Vale ressaltar que, se a criança perder a consciência, é importante chamar imediatamente o socorro e iniciar os procedimentos de reanimação até a chegada da equipe médica.





Em caso de queimadura

Acidentes com líquidos quentes, ferro de passar, panela ou até mesmo o forno são comuns, especialmente na cozinha.

Lave imediatamente a área afetada com água corrente fria (nunca gelada), por pelo menos 10 minutos.



Não use manteiga, pasta de dente, óleo, gelo ou receitas caseiras. Esses produtos podem agravar a lesão.

Cubra a área com um pano limpo e leve a criança ao pronto atendimento, especialmente se a queimadura for extensa, causar bolhas ou atingir face, mãos, pés ou genitais.





Em caso de intoxicação

Produtos de limpeza, remédios e até plantas podem causar intoxicação. Se houver ingestão acidental:

Não provoque o vômito e não ofereça água, leite ou alimentos sem orientação.



Tente identificar o que foi ingerido e leve a embalagem com você ao procurar atendimento.

Se a intoxicação foi por contato com pele ou olhos, lave imediatamente com bastante água corrente.





Em caso de acidentes provocados por animais peçonhentos

Saber como agir diante de um acidente com animais peçonhentos faz toda a diferença na hora de garantir uma resposta rápida e segura. Veja o que fazer em cada situação:

Escorpiões e aranhas – mantenha a calma e evite manipular o local da picada. Faça compressas mornas para aliviar a dor – não aplique gelo, pois pode piorar os sintomas. Leve a criança ao serviço de saúde mais próximo para avaliação.



Serpentes – lave o local da mordida com água e sabão, mas sem esfregar. Mantenha a criança deitada, hidratada e com o membro afetado elevado, se possível. Não amarre, corte ou sugue o local da picada. Procure atendimento médico imediatamente.





Abelhas (múltiplas picadas)

– afaste a criança da área de risco. Remova os ferrões com cuidado, utilizando uma lâmina ou cartão rígido, nunca pinça ou dedos, para evitar que mais veneno seja liberado. Aplique compressas frias ou gelo no local para reduzir o inchaço. Em caso de reações intensas, dificuldade para respirar ou muitas picadas, procure atendimento imediato.



Lagartas e mariposas – lave o local com água corrente. Aplique compressas frias ou gelo para aliviar a dor e o desconforto. Caso os sintomas se agravem, leve a criança ao pronto atendimento.

Em qualquer acidente com animal peçonhento, o mais seguro é buscar ajuda médica. Você também pode entrar em contato com o CIATox, serviço especializado em acidentes com animais venenosos, para receber orientações imediatas e seguras.



Central de
Atendimento
CIATox (24h):

0800 283 9904



Ou, em casos
urgentes,
acione o SAMU:

192

Importante: não é necessário capturar o animal. Se for possível, tire uma foto ou faça um vídeo para auxiliar na identificação e facilitar o atendimento — mas sempre com segurança.



Neste Dia das Crianças, o melhor presente é a proteção

No Dia das Crianças, ofereça mais que presentes: ofereça cuidado, presença e segurança. Criar um ambiente seguro e ensinar hábitos saudáveis é uma forma de amor que dura para a vida toda.

Além disso, é importante ensinar as crianças sobre cuidados. Quando fazemos isso, estamos formando adultos mais conscientes.

Use linguagem simples, lúdica e atividades educativas. Uma sugestão é o jogo “Quem deixou isso aqui?”, da Fiocruz, que ajuda os pequenos a reconhecer perigos brincando.

A infância é feita de momentos leves, brincadeiras e descobertas. E com atenção aos detalhes, podemos garantir que ela também seja vivida com mais proteção.



Fontes:

<https://www.sbp.com.br/especiais/pediatria-para-familias/prevencao-de-acidentes/>

<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/agosto/acidentes-na-infancia-90-podem-ser-evitados-com-medidas-simples-de-prevencao>

<https://criancasegura.org.br/aprenda-a-prevenir/por-ambiente/dicas-de-prevencao-de-acidentes-em-casa/>

<https://saude.es.gov.br/Not%C3%ADcia/ciatox-mostra-acoes-de-como-agir-em-casos-de-acidentes-por-animais-peconhentos>