

Rodrigo Cirino de Souza
Omar Alexandre F. Silva

MANUAL

DE SEGURANÇA PARA CRIANÇAS

Como proteger seus filhos
dos perigos do dia-a-dia



Elaborado por:

**Rodrigo Cirino de Souza e
Omar Alexandre Ferreira da Silva**
Especialistas em Saúde e Segurança

MANUAL DE SEGURANÇA PARA CRIANÇAS

Como proteger seus filhos dos perigos do dia-a-dia

Versão eletrônica 1.0 / nov.2009



®2009: TODOS OS DIREITOS RESERVADOS
Divulgação permitida desde que citada a fonte

Segundo o Ministério da Saúde brasileiro, todos os anos 140 mil crianças entre 0 e 14 anos são hospitalizadas vítimas de acidentes. Destas, mais de 6 mil morrem.

A Organização Mundial de Saúde revela que no mundo mais de 50 milhões de crianças ficam com sequelas e 800 mil morrem vítimas de traumas provocados por acidentes.

Um problema grave de saúde pública que poderia ser evitado ou amplamente minimizado com atitudes simples no dia-a-dia.

Esse manual traz orientações importantes sobre como agir de maneira preventiva e com isso garantir a segurança dos pequenos.

NOTA: O uso do gênero feminino em alguns trechos se dá ao fato de serem as mães as maiores responsáveis pelo acompanhamento das crianças, todavia sabemos que os pais cada vez mais se fazem efetivamente presentes nesse processo.

1. SEGURANÇA EM CASA

Na cozinha	06
No banheiro	15
No quarto	19
Na sala	22
Na lavanderia	24
Na piscina	26
Com animais	28

2. SEGURANÇA FORA DE CASA

Na rua	32
No shopping	36
Na escola	38
No parque	41
No campo	43
Na praia	45

3. SEGURANÇA NAS RELAÇÕES COM TERCEIROS

Empregadas / Babás	51
Professores / Educadores	54
Parentes	57
Amigos	59

4. RISCOS ESPECIAIS

Armas de fogo	63
Cofres	66
Pipas	68
Carro	70
Transporte Escolar	72
Internet	75

1. SEGURANÇA EM CASA

COZINHA

A cozinha é um dos ambientes mais inseguros da casa. Nele encontramos objetos pontiagudos, cortantes, quentes e químicos, ou seja, tudo o que pode pôr em risco a vida dos pequenos.



1. Segurança em Casa / NA COZINHA

Brincadeiras: Não permita que as crianças façam da cozinha um local de brincadeiras e corre-corre. Procure concentrar as brincadeiras e as reuniões entre amigos em outro local. **As cozinhas em geral são perigosas.**

O ideal é separar a cozinha dos demais cômodos da casa, evitando assim que as crianças entrem. Isso pode ser feito por meio de portas ou pequenos portões encontrados em *petshops* e normalmente utilizados para impedir o acesso de animais à casa.

1. Segurança em Casa / NA COZINHA

Panelas: No fogão, as panelas, devem estar sempre bem apoiadas e com o cabo virado para dentro, evitando a curiosidade das crianças e os esbarrões acidentais; Também prefira utilizar as bocas de trás do fogão, deixando as panelas ainda mais afastadas da borda.

Panelas de pressão: Se uma panela de pressão é esquecida no fogo, ela pode sofrer uma sobrepressão. As panelas modernas possuem válvula de segurança que se rompe, aliviando a pressão e evitando uma possível explosão.

Nunca remova a válvula de segurança ou a substitua por parafusos ou “pingos” de solda, você estará removendo o sistema de segurança da panela e aumentando sensivelmente o risco de acidentes.



Válvula de segurança

1. Segurança em Casa / NA COZINHA

Botijão de gás: “O botijão de gás explodiu matando muitas pessoas”.

Essa afirmação, que comumente é encontrada nos jornais, tem grandes chances de estar errada, pois os botijões de GLP (gás liquefeito de petróleo ou gás de cozinha) são construídos de modo a evitar a explosão do cilindro. Eles possuem válvula de segurança que impede a explosão por sobrepressão.

Geralmente o que explode não é o botijão e sim o ambiente gaseificado.

Como ocorre a explosão: De alguma forma o gás vaza do botijão. Se o ambiente estiver confinado, ou seja, totalmente fechado, o gás vai se espalhando e se acumulando.

Ao entrar em casa, a pessoa acende uma lâmpada ou qualquer outro equipamento que gera calor ou faíscas, de modo que essa pequena centelha poderá ser suficiente para desencadear a queima súbita do gás, resultando em uma poderosa explosão.

1. Segurança em Casa / NA COZINHA

Medidas de Prevenção

1. Só utilize mangueiras de gás com o selo do INMETRO (certificadas) e esteja sempre atenta em relação a validade (5 anos);
2. Cuidado com o superaquecimento da mangueira de gás. Evite o contato com as partes metálicas do fogão ou dos fornos elétricos;
3. Evite usar mangueiras muito longas. Se necessário contrate um especialista para instalar uma tubulação metálica adequada;
4. Procure manter o botijão do lado externo, preferencialmente em uma casinha bem ventilada, que o proteja das intempéries e afastada cerca de 3 metros de ralos, evitando que o gás se acumule em tubulações subterrâneas em casos de vazamentos;
5. Cuidado com os vitrôs e janelas abertos. O vento pode apagar o fogo e o gás continuará vazando. As cortinas também podem entrar em contato com a chama e pegar fogo;
6. Quando não estiver utilizando o fogão, mantenha o registro do gás fechado. Crianças podem mexer nos botões do fogão e abrir o gás sem que você perceba.



1. Segurança em Casa / NA COZINHA

O que fazer em casos de vazamentos de gás:

Se você chegar em casa e sentir um forte cheiro de gás, siga essas orientações:

1. Não ligue lâmpadas nem outros equipamentos elétricos. Se houver lâmpadas acessas não desligue-as;
2. Retire pessoas e animais do interior e das proximidades da casa;
3. Abra todas as janelas e portas para que o gás comece a dissipar-se, mas cuidado com as janelas metálicas, já que o atrito pode ser perigoso. Faça tudo com muito cuidado;
4. Localize a fonte do vazamento e tente interrompê-lo fechando a válvula. Se não conseguir tente remover o botijão para o exterior da casa, para um ambiente aberto e bem ventilado. Se tiver dificuldades ou a condição não oferecer segurança, deixe como está e saia da casa;
5. Acione o corpo de bombeiros e afaste vizinhos e curiosos. **Lembre-se que o ambiente gaseificado pode explodir violentamente.**

1. Segurança em Casa / NA COZINHA

O que fazer em casos de fogo em panelas:

Se uma panela com óleo for esquecida e pegar fogo, siga os passos abaixo:

1. **NUNCA, JAMAIS** jogue água na panela, isso fará o óleo espirrar e espalhará violentamente o fogo, podendo queimar seu rosto e por fogo na casa;
2. Com calma e muito cuidado desligue o fogo;
3. Pegue uma toalha, molhe-a, torça para remover o excesso de água e com cuidado cubra a panela, isso removerá o oxigênio e apagará o fogo;
4. Deixe o pano sobre a panela até que o óleo esteja bem frio para evitar que o fogo reinicie.

1. Segurança em Casa / NA COZINHA

Outros riscos:

Facas e objetos cortantes: Fique atenta com os bebês, eles crescem rápido e quando você menos espera já estão mexendo nas gavetas. Mantenha facas e todos os objetos cortantes em locais altos, bloqueie as gavetas amarrando-as com barbantes ou utilizando dispositivos apropriados vendidos em lojas de artigos para bebês e **lembre-se: Cozinha não é lugar de criança.**

Sacos plásticos: Utilize um suporte para guardar sacolinhas de mercado ou mantenha tudo num armário alto. Sacos plásticos podem sufocar as crianças. Fique atenta também em relação à algumas embalagens de brinquedos.

Remédios: Muitos remédios são coloridos e chamam a atenção das crianças. Tenha uma boa organização em sua casa, mantenha todos os remédios juntos, em uma caixa plástica ou algo similar, guardada na parte mais alta dos armários ou até mesmo trancada com cadeado. Também evite tomar remédios perto das crianças para não despertar o interesse.

1. Segurança em Casa / NA COZINHA

Fósforos e isqueiros: Fogo não combina com criança. Proíba toda e qualquer brincadeira com fósforos ou isqueiros. Mantenha esses utensílios sempre fora do alcance e repreenda sempre que flagrar brincadeiras com fogo.

Piso molhado: Quando estiver lavando a cozinha, providencie alguma atividade para entreter as crianças. Não permita que passem pelo local enquanto o piso estiver molhado, evitando assim possíveis quedas. Também não descuide da sua própria segurança: Utilize botas plásticas adequadas para limpeza. Além de evitarem quedas elas protegem os pés dos produtos químicos.

BANHEIRO

O banheiro pode ser um ambiente bastante perigoso. Vaso sanitário, espelhos, banheiras, cosméticos... Tudo isso pode representar grande risco.



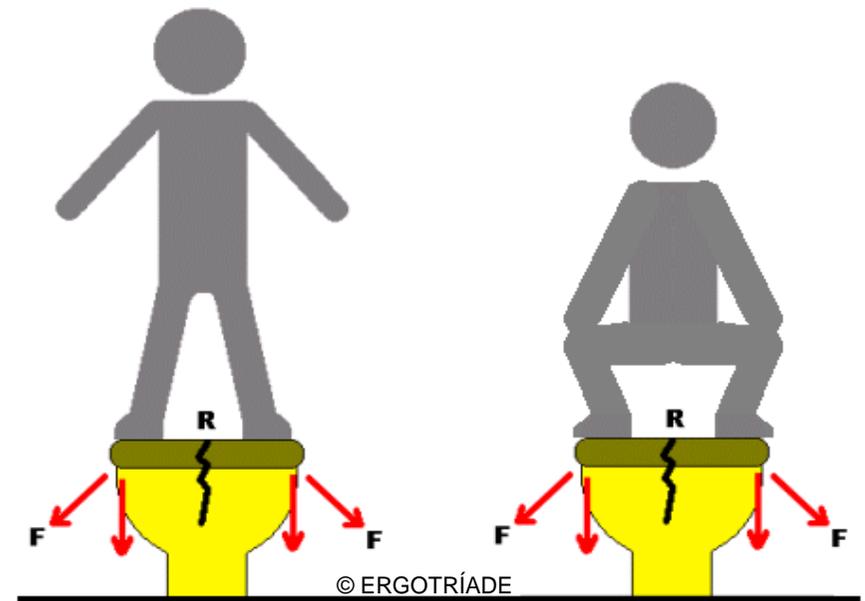
1. Segurança em Casa / NO BANHEIRO

Vasos sanitários: Muitas pessoas, principalmente as crianças, sobem no vaso para alcançar o chuveiro ou se olhar no espelho. Os vasos sanitários são fabricados em cerâmica, um material frágil que quando quebrado torna-se altamente cortante.

Os vasos são projetados para suportar peso, **desde que a pessoa esteja sentada**. Nessa posição o peso é uniformemente distribuído evitando que o vaso se quebre.

O peso da pessoa em pé ou agachada irá provocar força para baixo. Como o peso concentra-se somente em um ponto nas bordas do vaso, a força será exercida lateralmente (**F**) podendo provocar a ruptura ao meio (**R**), com conseqüências gravíssimas, já que a cerâmica é altamente cortante quando quebrada.

NUNCA suba no vaso sanitário... NUNCA!



Força lateral (F) e ponto de ruptura (R)

1. Segurança em Casa / NO BANHEIRO

Outro risco a ser considerado no caso dos vasos sanitários é o de afogamento. Crianças pequenas, sobretudo os bebês que já andam, tem a cabeça e o tronco como as partes mais pesadas do corpo, o que pode facilmente provocar a queda ao se inclinarem para a frente. Por isso, mantenha os vasos sanitários sempre tampados e de preferência travados com dispositivos específicos que impeçam a criança de abrí-lo.

Banheiras: Siga essas orientações para evitar acidentes em banheiras:

- Jamais deixe crianças sozinhas na banheira. A criança pode passar mal e não ter tempo de reagir chorando ou pedido socorro;
- Se estiver com uma criança na banheira nunca saia para atender ao telefone ou a campainha, você pode se distrair, se entreter no assunto e esquecer da criança;
- Não deixe que as crianças maiores façam da banheira um local de muitas brincadeiras, principalmente se começarem a subir na borda e pular na banheira, um escorregão seguido de uma batida de cabeça pode ser fatal.

1. Segurança em Casa / NO BANHEIRO

Espelhos: Cuidado especial em relação aos espelhos, principalmente se forem grandes, daqueles que permitem visualizar o corpo todo. É muito fácil bater com o cotovelo ou com objetos. Se o espelho for pouco resistente e não possuir moldura ele pode estourar e provocar cortes tanto na pele quanto nos olhos.

Se você tem um desses espelhos, redobre a atenção com as crianças, não permitindo corre-corre e brincadeiras no local.

Uma boa solução para os espelhos grandes (de corpo inteiro) é aplicar um *papel contact*® transparente sobre eles. Isso pode diminuir o reflexo, mas evitará que o espelho se estilhaçe provocando cortes.

Piso escorregadio: Quando o piso está molhado e com espuma torna-se muito escorregadio. Crianças e pessoas idosas costumam ser as maiores vítimas. A lesão é quase sempre agravada pelo fato do espaço ser pequeno, o que acaba ocasionando a batida da cabeça contra o vaso ou o lavatório. **Usar um tapete de borracha no chuveiro é uma opção simples e bastante eficiente.**

QUARTO

O quarto pode ser tão perigoso quanto aconchegante, em apartamentos o risco se agrava em função da altura.



1. Segurança em Casa / NO QUARTO

Janelas: Sem dúvida o perigo é grande. Pessoas que moram em apartamentos, independente do andar, devem tomar muito cuidado:

1. Sempre instale telas de proteção nas janelas. Faça isso com empresas especializadas e para garantir que a fixação será bem feita exija um certificado de garantia. A tela ficará exposta a chuva e sol e isso provocará desgaste. **O ideal é trocá-la, no mínimo, uma vez por ano e aproveitar para rever se os fixadores estão bem firmes;**
2. Telas não foram feitas para suportar grande peso, jamais deixe a criança apoiada na tela, muito pelo contrário, nunca deixe a criança na janela, mesmo com a tela;
3. Afaste a cama da janela para dificultar o acesso da criança;
4. Se tiver possibilidade, instale grade ou tela metálica ao invés das telas comuns, **lembre-se** que a criança pode cortar a tela com relativa facilidade usando simples tesouras escolares;
5. Se as crianças costumam brincar no quarto, o ideal é manter a janela fechada ou pelo menos o vidro e tomando o cuidado de travá-los de modo que a criança não consiga abrir.

1. Segurança em Casa / NO QUARTO

Beliches: crianças menores de seis anos não devem dormir na parte superior dos beliches. Todo beliche, mesmo os usados por crianças maiores ou mesmo por adultos, deve ter gradil de proteção para evitar as quedas durante o sono. Cuidado com o acesso fácil das crianças pequenas às partes altas dos beliches, mesmo que elas não durmam neles, podem subir para brincar e sofrerem quedas.

Cadeiras de rodinhas: Cuidado com esse tipo de cadeira, normalmente utilizadas em computadores. A criança pode subir na cadeira e cair.

Protetores de berço: Os protetores de berço são bonitos e fascinantes, mas cuidado, elementos muito macios, podem sufocar o bebê. No caso dos protetores nunca deixe de amarrá-los muito bem, evitando que se soltem e caiam sobre o bebê;

Portas de vidro ou espelhos: Guarda-roupas com portas de vidro e espelhos são muito perigosos, principalmente quando as crianças estão na fase das correrias. Muito cuidado, se possível retire espelhos do alcance das crianças ou use *papel contact*® para revesti-los, evitando o estilhaçamento em caso de choque.

SALA

Um bom local para concentrar as brincadeiras, mas com alguns cuidados.



1. Segurança em Casa / NA SALA

Cantos vivos: Crianças adoraram subir nos sofás e pular de um para o outro, tudo é festa desde que ninguém caia e se machuque. Se houver mesas de centro o risco de batida com a cabeça em quinas vivas piora a situação. Existem cantoneiras plásticas próprias para revestir cantos vivos de mesas e móveis em geral. Também evite que as crianças façam brincadeiras que possam provocar acidentes.

Mesas de centro: As mesas de centro deveriam ser retiradas da sala enquanto a criança está nos primeiros anos de vida, sem ela ganha-se espaço para brincadeiras e ainda se reduz o risco de acidentes. Mesas de vidro são ainda mais perigosas. Em salas de jantar tenha atenção redobrada, as crianças menores podem pendurar-se nas mesas provocando acidentes graves, já que os vidros geralmente são grossos e pesados, podendo ferir seja por corte ou esmagamento.

Fiações elétricas: Não deixe que as crianças fiquem mexendo nos fios da TV para ligar videogames por exemplo, se ainda forem pequenas faça isso para elas, se já forem grandes oriente-as sobre como proceder com segurança.

LAVANDERIA

Crianças não devem ter acesso aos ambientes de serviço da casa, como a cozinha e a lavanderia.



1. Segurança em Casa / NA LAVANDERIA

Baldes e tanques: Como já dissemos, as crianças pequenas, sobretudo os bebês que já andam, tem a cabeça e o tronco como as partes mais pesadas do corpo, o que pode facilmente provocar a queda ao se inclinarem para a frente. Um simples balde ou bacia com 5cm de água pode ser o suficiente para provocar afogamento. Mantenha-os sempre vazios e virados para baixo e se estiverem com água mantenha-os num local alto ou isolado.

Produtos químicos: Produtos de limpeza como desinfetantes e detergentes podem provocar queimaduras na pele e olhos e serem fatais se ingeridos. Mantenha tudo num único local, sempre na parte alta e de preferência trancados ou amarrados para evitar que a criança possa pegá-los.

Venenos e inseticidas: Cuidado extremo com esse tipo de produto. Muita gente acredita que os venenos mais poderosos como os “chumbinhos” são os mais eficazes, mas não é bem assim, as colônias de ratos tendem a não consumir o alimento quando percebem que algum membro morreu após ter ingerido-o. Armadilhas adesivas são mais eficientes e não oferecem riscos às pessoas. **Tenha sempre o número do Disque Intoxicação da Anvisa anotado: 0800-722-6001.**

PISCINAS

Piscinas são perigosas, mesmo para aqueles que já sabem nadar.



1. Segurança em Casa / PISCINAS

- As piscinas, ao contrário do que muitos pensam, podem ser tão perigosas quanto as águas abertas (lagos, rios, mares), portanto não descuide da segurança. Mantenha as crianças sob supervisão constante de um adulto;
- Quando não estiverem em uso o ideal é mantê-las vazias e desmontadas. Já as piscinas fixas devem ser isoladas por grades de proteção de no mínimo 1,5m de altura e com portão trancado à chave. Estas grades devem ser construídas de modo que as crianças não possam escalá-las e passar para o outro lado;
- Quando a criança for à casa de amigos que tenham piscinas não hesite em perguntar sobre a segurança. Se a visita for justamente para brincar na piscina não deixe de certificar-se de que haverá sempre um adulto de olho;
- É muito aconselhável que as crianças aprendam a nadar com instrutores especializados e que os pais também saibam nadar e conheçam **técnicas de primeiros socorros**, sobretudo de RCP – Ressuscitação Cardiopulmonar;
- Quanto aos cuidados em relação ao sol, consulte a página 47.

ANIMAIS

Os animais de estimação são excelentes companheiros e estímulos fantásticos para a criança, mas cuidados são necessários para garantir o bem-estar das duas partes.



1. Segurança em Casa / ANIMAIS

A escolha do bicho de estimação: Antes de adquirir um animal de estimação lembre-se que ele viverá bastante e que, assim como o seu filho, necessitará de cuidados e atenção e, do mesmo modo que você não abandona seu filho quando ele chora também não deverá abandonar o animal. Portanto, antes de tomar essa decisão consulte a respeito, fale com veterinários e criadores e escolha o bicho certo para evitar problemas.

A adaptação criança x animal: Se já houver um cachorro na casa quando a criança chegar, deixe que o animal conheça a criança desde os primeiros dias. Permita que ele cheire-a para perceber que ela é um novo membro da família. Isso facilitará a adaptação e evitará o ciúme.

Ensine seu filho a ter respeito pelo animal: Mesmo os animais mais dóceis podem reagir instintivamente se forem agredidos. Portanto, ensine as crianças a tratarem o animal com carinho. Repreenda se flagrar a criança batendo, arrancando pelos ou interrompendo o animal durante as refeições. **O ideal é servir o alimento ao animal longe do alcance da criança.**

1. Segurança em Casa / ANIMAIS

Supervisione as brincadeiras: Evite deixar as crianças sozinhas com os animais, principalmente os bebês. Lembre-se que o animal dificilmente atacará seu filho, mas é natural que ele se defenda de possíveis agressões.

Em caso de acidentes: Se a criança for mordida por um cão, por exemplo, o melhor a fazer é lavar bem o local com água e sabão e procurar o médico. Em hipótese alguma agrida o animal ou sacrifique-o por isso. Se for bem cuidado e estiver com as vacinas em dia não há problema algum em continuar com ele. Lembre-se que muitos “ataques” são meras reações de defesa do animal que está sendo agredido pela criança.

Transporte: Jamais transporte animais soltos no carro. Do mesmo jeito que as pessoas precisam estar presas ao cinto o animal também precisa. Opte por caixas de transporte ou cintos de segurança específicos para animais. Assim, em casos de freadas bruscas ou acidentes, tanto o animal quanto os demais ocupantes do veículo não irão se ferir.



2. SEGURANÇA FORA DE CASA

2. Segurança fora de Casa

RUA

Como diria o grande antropólogo Roberto DaMatta: O mundo da rua é o mundo da luta, do trabalho, da insegurança...



2. Segurança fora de Casa / NA RUA

Estranhos: Eduque seus filhos desde cedo a não dar atenção a estranhos. Às crianças maiores e aos adolescentes é conveniente passar orientações sobre **segurança pessoal**, como as descritas na sequência:

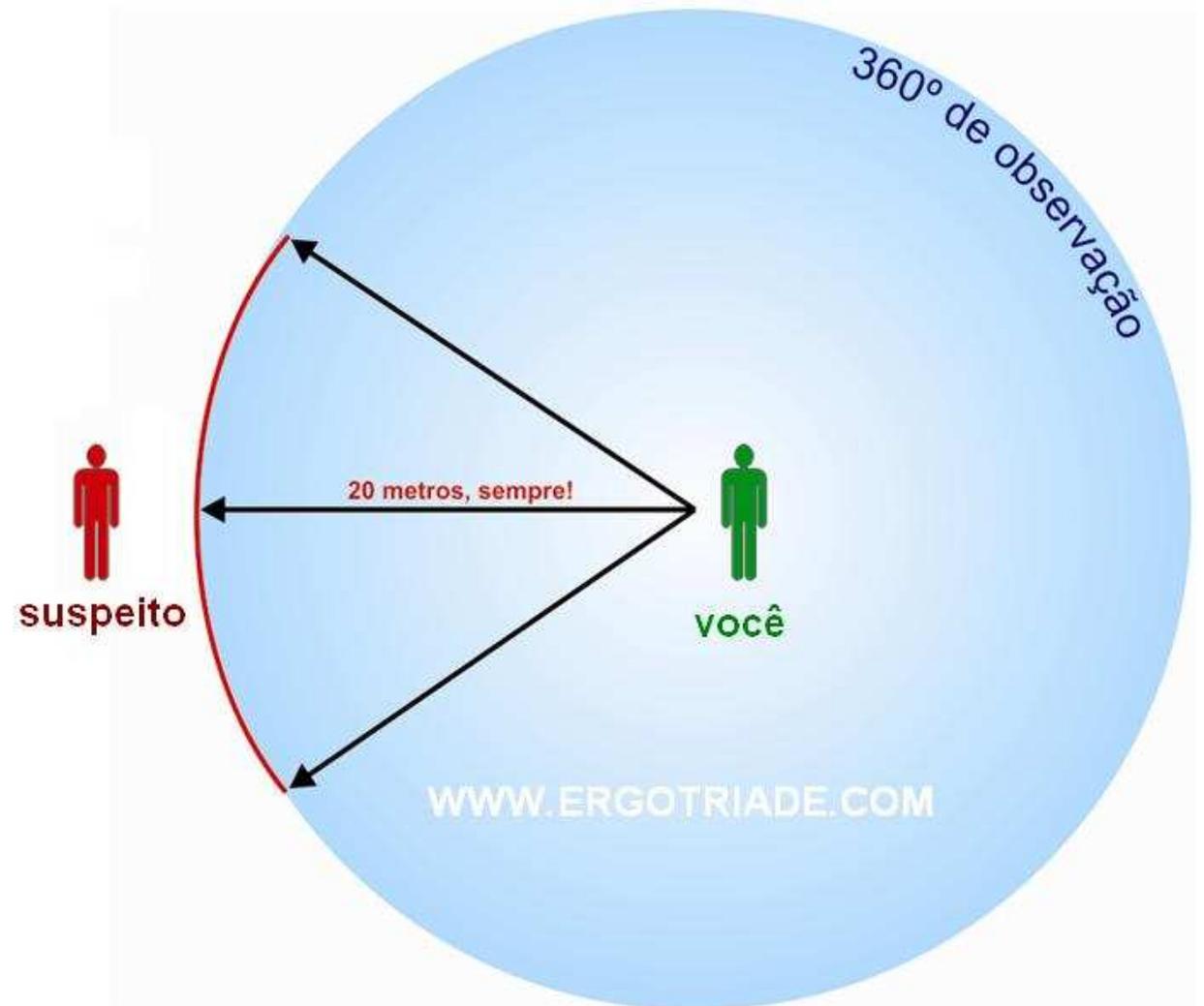
Observação e vigilância: Bandidos não abordam vítimas ao acaso, sempre é feita uma seleção da vítima, com base em dois fatores determinantes: **1) a vítima tem o que o bandido quer; 2) A vítima está desatenta e vulnerável.** Sendo assim, a atenção e vigilância podem ser cruciais para não se tornar uma vítima da violência urbana.

Ao caminharem na rua sozinhas, as crianças devem estar sempre atentas a pessoas estranhas paradas, observando-as à distância ou seguindo-as.

2. Segurança fora de Casa / NA RUA

Espaço de segurança: Uma das maiores proteções contra um bandido é a distância que mantemos dele. Ninguém assalta ninguém à distância, para abordar a vítima o bandido precisa aproximar-se, **fechar o espaço** e isso ele só poderá fazer se a vítima estiver desatenta.

Oriente seus filhos a sempre conservarem o “**espaço de segurança**”, entre ele e alguém suspeito. Esse espaço deve ser de 20 metros ou mais.



2. Segurança fora de Casa / NA RUA

SEU FILHO ESTÁ SENDO PERSEGUIDO:

Seu filho está andando pela rua → Observa alguém parado ou vindo em sua direção → Ele muda de calçada e observa → A pessoa também muda de calçada → O suposto bandido está vindo e o seu filho está indo, ou seja, o espaço de segurança está se fechando → Seu filho inverte o sentido de direção e começa a voltar; olha para trás e observa o comportamento do suspeito → Ele continua vindo, só que agora apertou o passo → Seu filho começa a correr e olha para trás → O homem também está correndo → Seu filho procura o mais rápido possível um local seguro, onde hajam mais pessoas e de onde ele possa pedir ajuda → Não havendo locais seguros próximos, seu filho começa a gritar, mas não grita “socorro”, pois essa é a reação natural de qualquer um e, portanto, é o que o bandido já espera ouvir. Ao contrário disso o seu filho grita por alguém: **PAULO, JORGE, MARCOS...** Ao ouvir a criança chamando por um nome específico o bandido estranhará e poderá temer que essa pessoa esteja por perto e possa representar algum perigo para ele. Como bandidos também não querem exposição, é muito provável que ele desista da perseguição e espere uma outra pessoa passar, pois sempre haverá alguém menos preparado.

SHOPPING

Local ideal para selecionar vítimas.



2. Segurança fora de Casa / NO SHOPPING



Shoppings são locais ideais para a seleção de vítimas. É nesses locais que bandidos observam pessoas na intenção de assaltá-las do lado de fora.

- Oriente muito bem seus filhos quando eles forem ao shopping sem a companhia de um adulto. Dependendo da idade, o melhor a fazer é levar e buscar;
- Diga a eles para não conversarem com estranhos; não responderem perguntas e, percebendo algo estranho, procurarem a segurança do shopping;
- Não dê muito dinheiro para as crianças, somente o necessário;
- Alguns pais levam as crianças e as buscam depois de algumas horas. Nesse caso, diga para nunca saírem do shopping, em hipótese alguma. O ideal é marcar um local de encontro dentro do shopping.

PARQUE

A maior obrigação da criança é brincar, divertir-se e desenvolver-se, e cabe aos pais incentivarem as brincadeiras, mas sem esquecer da segurança.



Parques temáticos ou similares:

- Crianças pequenas devem ficar o tempo todo acompanhadas. Jamais deixe os pequenos sozinhos. Mesmo que eles não se percam os riscos de acidentes são consideráveis. Nem todos os parques possuem boa segurança, sendo que não é muito difícil que as crianças, por engano, acessem áreas de movimentação de brinquedos ou áreas de serviço onde pode haver grande perigo;
- Uma ótima alternativa para as crianças maiores são os rádios comunicadores. Vendidos em pares, são baratos e muito eficientes. Com alcance que pode ultrapassar os 3 km, esses rádios garantem uma rápida comunicação evitando que as crianças se percam;
- Oriente todos para procurarem os funcionários do local caso se percam e que jamais saiam do recinto, muito menos acompanhadas por estranhos;
- Respeite sempre as orientações de segurança. Não é a toa que alguns brinquedos são proibidos para determinadas pessoas. Na dúvida sempre consulte o serviço de atendimento ao visitante.

Playground:

- Muitos *playgrounds* não seguem medidas básicas de segurança. Só para se ter uma idéia, em um ambiente profissional, trabalhadores experientes não podem subir além de dois metros de altura sem estarem devidamente equipados com cintos de segurança e dispositivos trava-quedas e não é nem um pouco difícil encontrar brinquedos de *playgrounds* com altura superior a essa e sem grandes preocupações em evitar as quedas;
- Escorregadores metálicos também podem provocar acidentes, seja por imperfeições no material que podem provocar cortes ou mesmo pela temperatura ao ficarem expostos ao sol forte;
- Balanças também podem ser perigosas se as crianças exagerarem no impulso. Uma queda para trás pode provocar lesões sérias no pescoço e sem falar na possibilidade da própria balança atingir a cabeça da criança após a queda.

ESCOLA

Seja uma mãe presente. Acompanhe a vida escolar dos seus filhos, pois só assim poderá perceber problemas e agir rápido.



2. Segurança fora de Casa / NA ESCOLA

- Vá às reuniões. Conheça os amigos do seu filho, os pais e os professores. Converse bastante com todos; queira saber como é o seu filho, suas amizades, seu comportamento;
- Oriente as crianças desde cedo quanto aos perigos das drogas e como reagir quando alguém lhes oferecer algo do tipo;
- Muitas vezes as crianças não se sentem muito à vontade para falar sobre certas coisas com os pais. Nesses casos, se houver um parente próximo com quem a criança tenha mais liberdade para falar, peça para essa pessoa conversar com elas; fazer perguntas e tentar extrair informações que possam apontar algum problema em andamento;
- É na escola que a criança inicia o aprendizado sobre sexualidade, seja na sala de aula ou fora dela. Portanto, não deixe de fazer a sua parte orientando.

CAMPO

O campo é um local muito agradável, divertido e estimulante para a educação das crianças, porém não deixe de tomar alguns cuidados.



2. Segurança fora de Casa / NO CAMPO

- Cuidado especial com a liberdade de circulação que é dada às crianças nesses locais;
- Preocupe-se sempre com a possível presença de poços abertos onde uma criança possa, eventualmente, cair;
- Se as crianças andam a cavalo, limite a distância que elas podem percorrer quando estiverem sozinhas e oriente-as a não correr com o cavalo, já que isso potencializa o risco de quedas;
- Se houver matas ao redor, proíba as crianças de entrarem sozinhas. Em locais de mata a criança pode se perder facilmente; pode ser atacada por animais peçonhentos ou mesmo por pessoas;
- Se a fazenda é grande e possui muitos empregados, redobre suas atenções, principalmente em relação aos adolescentes.

PRAIA

A mãe olhou e não viu mais a criança, só a multidão e os guarda-sóis na areia...



2. Segurança fora de Casa / NA PRAIA

Se você quer ir à praia para relaxar, desligar-se totalmente de tudo e não pensar em mais nada que não seja porção de camarão e cerveja, então não leve seus filhos. **Crianças na praia exigem observação constante** e devem ser uma preocupação dos pais. A praia é um local de grande circulação de pessoas e os perigos estão por toda parte. Nunca, em hipótese nenhuma, descuide das crianças, isso pode ser fatal.

Dicas de segurança:

- Para entrar no mar, mesmo que seja com a água na altura dos joelhos, só com a supervisão integral de um adulto. Não confie que as crianças vão obedecer, a tentação de ir um pouco mais longe sempre existe;
- Se começar a chover ou ventar muito, todos para a areia, até os adultos. O mar é, por si só, perigoso. A chuva e os ventos aumentam o risco de afogamento.

2. Segurança fora de Casa / NA PRAIA

- **Cuidado com o sol.** Na praia, as duas únicas coisas que podem ser consumidas sem moderação são água e protetor solar. Não descuide das crianças, passe protetor FPS-30, no mínimo, e repasse a cada hora. Crianças se movimentam muito, rolam na areia, se molham e isso remove o protetor. Não se esqueça do rosto, das orelhas e dos pés, muito menos da hidratação constante, que não deve ser feita com refrigerantes e sim com água, água de coco ou sucos naturais. Não espere a criança pedir água, pois entretidas com as brincadeiras elas não irão parar para isso.
- Fique atenta também em relação às crianças maiores que já sabem surfar. Antes de autorizar a entrada no mar para essa finalidade, certifique-se que aquela praia é apropriada para a prática do surfe, se não há placas indicando perigos específicos e se há, nas proximidades, bases de salva-vidas;
- Evite também que a criança brinque à beira mar ou entre para surfar sozinha, outras crianças talvez não sejam capazes de evitar acidentes ou salvar alguém se afogando, mas poderão pedir ajuda aos adultos.

2. Segurança fora de Casa / NA PRAIA

IMAGINE... Dois casais estão sentados num quiosque tomando cerveja e se divertindo com a conversa. Dez metros mais adiante seus filhos brincam tranqüilamente na areia, estão fazendo um castelinho. O garçom vem, anota o pedido, trás outra cerveja e se vai, a mãe olha e não vê mais os filhos, só vê a multidão de pessoas e as centenas de guarda-sóis espalhados pela areia...

A simples imagem dessa situação já assusta e isso é perfeitamente possível de ocorrer, principalmente em praias de grande movimento. Por isso, atenção total.

Dicas de segurança:

- Fique atento às pessoas suspeitas nas proximidades. Se notar a presença da mesma pessoa mais de uma vez e em lugares diferentes, desconfie, essa pessoa pode estar observando vocês e planejando algo;

2. Segurança fora de Casa / NA PRAIA

- Não descuide dos pequenos, coloque-os para brincar bem perto de onde você está. Deixe sempre um adulto junto quando as crianças estiverem mais afastadas;
- Coloque pulseirinhas com o seu nome e telefone nas crianças pequenas. Isso pode ser muito útil se elas se perderem acidentalmente;
- Oriente seus filhos a não falarem com estranhos e não responderem perguntas que possam revelar com quantas pessoas a criança está, onde está hospedada, onde mora etc.
- Se notar algum adulto conversando ou tentando se aproximar de seus filhos interfira imediatamente e deixe bem claro que você está de olho, que está atenta e que não é uma vítima fácil. Bandidos sempre escolhem suas vítimas e sempre preferem aquelas que se mostram despreparadas, ou seja, “vítimas fáceis”.

3. SEGURANÇA NAS RELAÇÕES COM TERCEIROS

EMPREGADAS / BABÁS

Infelizmente hoje em dia não é mais possível confiar integralmente nas pessoas. Mesmo existindo profissionais maravilhosos, a atenção dos pais é sempre necessária.



3. Nas relações com terceiros / BABÁS

- Se seus filhos ficam com babás ou empregadas, fique atenta desde o início do processo de contratação. Seja chata, exija e confirme referências; observe o comportamento; faça perguntas e não tenha vergonha de parecer chata, é a integridade de seus filhos que está em jogo;
- Procure não manter uma constante no que diz respeito aos seus horários. Um dia ou outro dê um jeito de sair antes do trabalho e vá para a casa algumas horas mais cedo, sem avisar. Mesmo que não possa chegar em casa mais cedo com frequência, peça para a avó, pai, tios passarem por lá para dar uma olhada de vez em quando, ou então ligue uma ou duas vezes por dia para saber como estão as coisas, peça para falar com a criança e faça tudo de maneira bem natural e simpática;
- Converse sempre com o seu filho, queira saber como foi o dia dele, o que ele fez, do que brincou etc. Tudo perguntado de maneira bem natural, para que a criança fique bem à vontade para falar. Se notar que a criança foge da conversa ou fica nervosa, redobre a atenção e aja rapidamente;

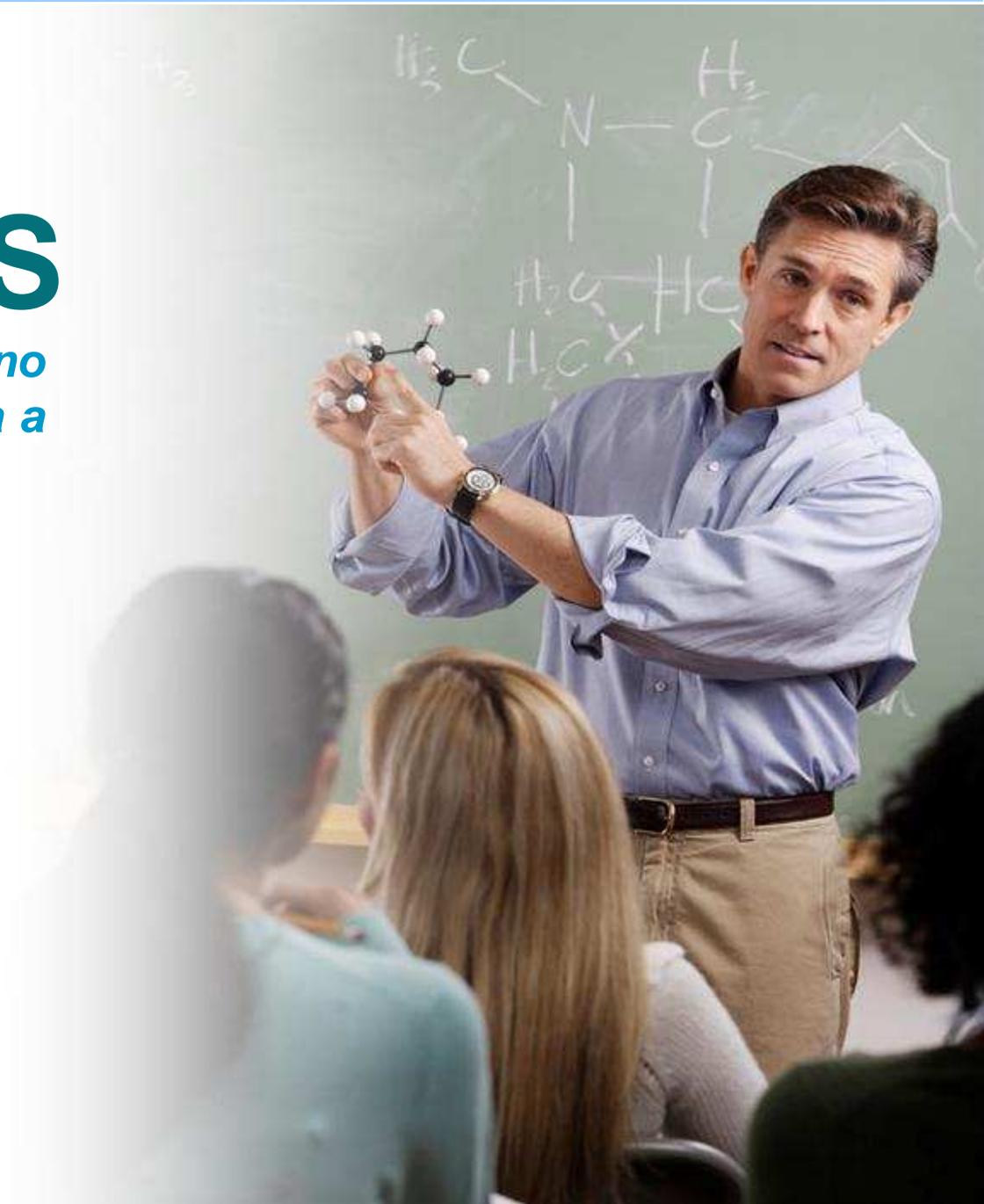
3. Nas relações com terceiros / BABÁS

- Procure ver seus filhos sem roupas (isso pode ser um pouco mais difícil quando a criança já não é mais um bebê), no entanto dê um jeito de ver suas costas, suas pernas e observe se há manchas, marcas etc. **Sem que isso pareça uma inspeção.** Como já dissemos, faça tudo de maneira natural, sem deixar transparecer sua verdadeira intenção;
- Hoje em dia existem micro câmeras sem fio, que podem ser ligadas ao computador e acessadas pela internet. Essas câmeras custam pouco e são de fácil manuseio. No entanto, se acha inadequado “espionar” a babá ou a empregada, então jogue limpo, instale câmeras visíveis em sua casa, de modo que a babá saiba que está sendo filmada. Diante disso, é bem improvável que tente algo ruim contra seus filhos;
- Você pode ter os empregados mais honestos e honrados do mundo, mas o seu papel como mãe é estar sempre atenta a tudo.

3. Nas relações com terceiros

PROFESSORES

Seja na escola, na aula de natação, no inglês, ou onde quer que seja, mantenha a regra básica da atenção.



3. Nas relações com terceiros / PROFESSORES



- Atenção redobrada nos esportes onde há contato físico do professor com os alunos (artes marciais, ginástica, natação). Vá assistir às aulas de vez em quando. Converse com o professor e com outros pais, mostre-se presente e esteja sempre atenta a tudo;
- Se desconfiar de algo, procure observar se aquela situação ocorre com todos os alunos ou só com o seu filho. Converse, meio como quem não quer nada, com outros pais e veja se eles também perceberam alguma coisa;
- Tendo certeza de que algo não está certo, tome providências junto à direção da escola, mas isso só quando você não tiver mais dúvidas e preferencialmente quando já tiver alguma prova ou testemunha;

3. Nas relações com terceiros / PROFESSORES



- **Se o caso for grave**, abuso sexual, por exemplo e você não tiver provas, não vacile, afaste a criança da escola e procure um bom advogado o mais rápido possível. Ele saberá te orientar adequadamente sobre como proceder no levantamento de informações e provas e na denúncia às autoridades policiais;
- Se você não está à vontade com uma determinada situação, se acha que o professor está agindo de maneira inadequada, mas não tem certeza das reais intenções dele, então mude a criança de escola, de horário, ou de turma. Em segurança a prevenção é sempre a melhor escolha e a intuição nunca deve ser ignorada;
- Converse muito com seus filhos, tenha um relacionamento de confiança com eles, pois assim terá mais facilidade para perceber situações fora da normalidade.

PARENTES

Independente de qualquer coisa, nunca confie 100%.



3. Nas relações com terceiros / PARENTES

- É difícil partir do pressuposto que mesmo as pessoas mais próximas a nós possam fazer mal aos nossos filhos, tanto que seria paranóico, preconceituoso e sobretudo injusto se proibíssemos nossas crianças do convívio com alguns de nossos pares. No entanto, zelo e precaução são coisas bem distintas da paranóia e do preconceito. A grande maioria dos casos de abuso contra crianças são cometidos por pessoas muito próximas, algumas vezes os próprios pais, outras os tios, primos ou amigos da família;
- Nesses casos a única coisa que podemos fazer sem incorrer em injustiças é estarmos sempre atentos ao que acontece, ao comportamento e as reações advindas dos adultos e também das crianças, sobretudo às mudanças repentinas de comportamento.

AMIGOS

Amigos de idades diferentes requerem grande atenção e observação constante.



3. Nas relações com terceiros / AMIGOS

- As amizades de uma criança são importantíssimas ao seu desenvolvimento. O convívio em grupo é muito produtivo, mas esteja atenta às reações de seus filhos;
- Desconfie de amizades repentinas ou muito intensas, principalmente quando houver diferença significativa de idade. Não é aconselhável permitir amizades diretas de crianças com adolescentes, pois os interesses são muito diferentes, de modo que as contribuições positivas são mínimas e os riscos são altos;
- Fique atenta à frequência escolar de seus filhos, anote os dias que ele faltou para ir ao médico ou por outros motivos e compare com as faltas registradas pelos professores. Para isso, mantenha um relacionamento estreito com professores, comparecendo e participando ativamente das reuniões de pais;

3. Nas relações com terceiros / AMIGOS

- Não ignore as observações feitas pelos professores. Se possível converse com alguns deles em particular e queira saber como o seu filho é em sala de aula e como são seus amigos mais próximos;
- Esteja atenta à mudanças repentinas de comportamento. Crianças que eram quietas e encontram-se muito eufóricas ou crianças ativas e alegres que estão depressivas. Isso pode indicar algum problema sério. Esse é um dos sinais mais comuns de crianças que estão sofrendo algum tipo de abuso, seja moral ou mesmo sexual;
- Inspecione regularmente a bolsa, os cadernos e as gavetas do seu filho. Obviamente que você fará isso sem que ele perceba, afinal a criança, principalmente quando já não for tão nova, irá exigir privacidade. No entanto, hoje em dia com as ameaças que nos cercam, os pais não podem garantir tamanha privacidade às crianças;
- Enquanto seus filhos forem dependentes de você no que diz respeito a segurança, não hesite em fazer tudo o que for preciso para evitar problemas sérios.

4. RISCOS ESPECIAIS

ARMAS

Livre-se dela ou evite todo e qualquer contato com a criança.



4. Riscos especiais / ARMAS DE FOGO

O ideal seria não manter uma arma de fogo dentro da casa, pois nem sempre elas conferem maior segurança e, muitas vezes, acabam se tornando um risco a mais.

Dicas de segurança:

- Se você não pode se livrar da arma, cuide para que ela nunca seja tocada por uma criança;
- Evite limpar a arma na presença delas. Infelizmente armas exercem fascínio nas crianças. Se ela vê a arma e não pode tocá-la poderá tentar fazer isso quando você não estiver por perto. **O ideal é que a criança nem sequer saiba que a arma existe;**
- Mesmo quando a criança não sabe que você tem uma arma, mesmo assim, tome muito cuidado com o local onde ela é guardada. Armas devem ficar sempre em uma caixa trancada e guardada em local de difícil acesso;

4. Riscos especiais / ARMAS DE FOGO

- O ideal é que a caixa com a arma fique em um local e as munições em outro. Nunca deixe a arma carregada ou junto com a munição;
- Não confie nas crianças. Por mais que você diga que não é para por a mão na arma, isso nunca será garantido, sem contar que tudo o que é proibido desperta o interesse da criança;
- **Nunca, em hipótese alguma**, faça brincadeiras com uma arma, mesmo que você tenha certeza que ela está descarregada. O simples ato de apontar uma arma para alguém já está errado, e quando o assunto são armas de fogo, parte-se sempre do pressuposto de que elas estão carregadas.

Se você não for capaz de seguir essas regras, então entregue sua arma na delegacia mais próxima. Você garantidamente é capaz de viver sem uma arma, mas dificilmente será capaz de administrar a culpa por um acidente envolvendo seus filhos.

COFRES

Cofre é símbolo de riqueza e riqueza atrai bandido.



4. Riscos especiais / COFRES

- Evite que as crianças saibam que existe cofre em casa. Seu filho pode comentar na escola que o pai tem um cofre em casa. Isso pode chegar ao ouvido de um bandido que conhece a sua família e portanto sabe onde é a sua casa;
- No caso dos adolescentes, quando já não for possível esconder a existência do cofre, evite dizer a senha, seu filho pode ser usado por bandidos simplesmente por conhecer a senha do cofre;
- Se o cofre não tem utilidade, livre-se dele. Um cofre é um símbolo de riqueza e pode atrair bandidos à sua casa;
- Se você tem objetos de valor ou documentos muito importantes, verifique a possibilidade de alugar um cofre em uma agência bancária. É muito mais seguro e garantido;
- Armas em cofres representam duplo perigo, pois é um motivo a mais para atiçar a curiosidade dos jovens.

PIPAS

As pipas podem ser tão divertidas ou perigosas quanto for a negligência dos pais. Fique de olho.



4. Riscos especiais / PIPAS

Pipas fazem parte do folclore e da cultura. É uma brincadeira muito divertida e muito estimulante, no entanto, de uns tempos para cá vem se tornando uma arma nas mãos das crianças.

Sendo assim:

- Fiscalize a brincadeira. Inspecione as pipas e as linhas usadas por seus filhos;
- Proíba categoricamente o uso de cerol nas linhas. Além de ser perigosíssimo às crianças é fatal aos motociclistas e ciclistas;
- Procure orientar seus filhos à brincarem em áreas onde não haja fios de alta tensão e trânsito de carros. As crianças tendem a correr perseguindo pipas e se esquecem dos carros, podendo ser atropeladas;
- Evite os dias chuvosos ou os momentos que antecedem uma tempestade. As pipas podem atrair descargas elétricas.

CARRO

Crianças, lá pra trás...



4. Riscos especiais / CARRO

- Crianças menores de oito anos, só no banco de trás e com cinto de segurança;
- Bebês só em cadeirinhas apropriadas. As cadeirinhas devidamente presas ao assento e o bebê devidamente preso à cadeira;
- Cuidado especial com as travas das portas. Se o seu veículo não conta com sistemas de travamento, providencie alguma medida complementar que impeça as crianças de abrirem as portas;
- Crianças com os braços e a cabeça para fora, em hipótese alguma;
- Todos com cinto de segurança, mesmo quem está nos bancos de trás. E todos os adultos também, pois isso é exemplo e exemplo educa;
- **Nunca, jamais** dirija um carro com um bebê no colo. Por mais absurdo que isso possa parecer é comum nas ruas menos movimentadas. Se você assustar com algo e frear bruscamente, seu peso pode esmagar o bebê contra o volante.

TRANSPORTE ESCOLAR

*Bom prestador de serviço mais boa
educação é igual a segurança.*



4. Riscos especiais / TRANSPORTE ESCOLAR



Antes de contratar: Antes de decidir quem será o responsável por levar seu filho à escola dediquei algum tempo para tomar informações sobre o prestador do serviço.

-Converse com outros pais e tome referências;

-Por lei, apenas ônibus, vans e peruas kombi podem ser utilizados para o transporte de alunos em áreas urbanas, e de preferência com, no máximo, sete anos de uso;

- Inspecione o veículo. Observe as condições de higiene e conservação. Note se há cintos de segurança para todos os ocupantes e uma grade separando o compartimento do motor dos alunos;

- Exija a documentação completa do motorista: Habilitação categoria D; Matrícula específica para condução de alunos expedida pelo Detran, Autorização especial (Ciretran) que deve estar afixada na parte interna do veículo e em local visível; registros das vistorias de segurança feitas no Detran nos meses de janeiro e junho de cada ano.

Ensine seu filho: Após ter feito tudo o que estava ao seu alcance no sentido de escolher um bom prestador de serviços, não deixe de orientar a criança sobre algumas normas básicas de segurança durante o transporte:

- Permanecer sentado durante todo o tempo e com o cinto de segurança. Pode parecer difícil convencer uma criança a permanecer quieta e ainda presa a um cinto, mas com uma boa conversa que mostre a importância disso pode ser possível. E lembre-se: O bom exemplo é sempre uma excelente forma de educar. Fica realmente difícil convencer a criança a fazer algo que os pais não costumam fazer;
- Não fazer algazaras ou falar com o motorista durante o trajeto;
- Não colocar a cabeça ou os braços para fora da janela durante o trajeto;
- Respeitar as orientações do motorista e dos monitores;
- Só descer do veículo após ele ter parado totalmente.

INTERNET

Todos os perigos do mundo na segurança do lar e sob a proteção dos pais.



4. Riscos especiais / INTERNET

Todos os cômodos da sua casa estão seguros, mas um deles você talvez nem tenha percebido que existe, o maior de todos os cômodos, onde cabe o mundo inteiro: a internet.

É importante que tanto os pais quanto as crianças tenham consciência que a internet é, de fato, um mundo virtual, porém com ameaças reais. Mas nem por isso prive seus filhos do contato com essa tecnologia, pois ela é uma realidade e dominá-la será muito útil a eles. Todavia, será muito necessário orientá-los quanto aos perigos, além de restringir o tempo de uso. A criança e o adolescente precisam ter contato com muitas outras coisas que não seja o computador.

Os sites de relacionamento são para **maiores de dezoito anos**, mas é quase impossível evitar que os adolescentes e, em alguns casos as crianças, tenham um perfil.

Diante do grande volume de orientações de segurança aos usuários da internet, vamos nos concentrar na relação que existe entre pais e filhos e não necessariamente nas regras de segurança, pois só elas são matéria suficiente para um novo manual.

4. Riscos especiais / INTERNET

Bom relacionamento e confiança mútua:

Criar, desde cedo, um relacionamento estreito com seus filhos, poderá evitar grandes dores de cabeça. Se eles virem os pais, desde cedo, como verdadeiros amigos, tudo ficará mais fácil.

Jogue limpo, converse, ouça, faça-se presente sempre. Mostre que você é a segurança que ele precisa em todos os sentidos e em todos os momentos e, em relação à internet, oriente para que tudo seja da maneira mais transparente possível. Se o seu filho estiver bem educado e bem orientado, dificilmente irá agir em segredo, podendo ser iludido por bandidos.

Existem programas espiões que gravam as conversas mantidas pela internet para que os pais possam ler depois, no entanto isso vai além do cuidado e do zelo, pois irá expor demais a intimidade de seu filho. Pode até ser útil no caso das crianças, mas em relação aos adolescentes não é adequado ficar lendo as conversas, até mesmo porque você poderá ler coisas que, como pai, não irá gostar, mesmo que isso não esteja interferindo na segurança dos seus filhos.



www.ergotriade.com

Dúvidas ou sugestões contate-nos em ergotriade@gmail.com

O conteúdo deste manual não encerra o assunto e não elimina a necessidade de maiores aprofundamentos.

Imagens: Clip-arts no Office Online.

© 2009 Microsoft Corporation. Todos os direitos reservados.

<http://office.microsoft.com/pt-br/clipart/default.aspx>

