

Prevenindo acidentes no 1º ano de vida

Certamente, uma das maiores preocupações dos pais é com relação aos cuidados que devem ser tomados para prevenção de acidentes.

No 1º ano de vida a criança é totalmente indefesa com relação a acidentes, necessitando a presença de um adulto sempre atento junto a ela, jamais permitindo que a criança permaneça sem sua proteção.

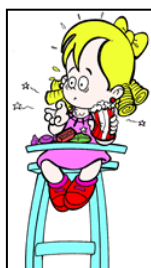
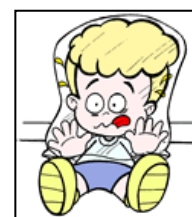
Neste período, os acidentes que mais freqüentemente ocorrem são a **asfixia**, as **queimaduras** e o **afogamento**, com predomínio dos dois primeiros.

Lembre-se: "Prevenir é o melhor remédio". "Às vezes, o único".

Abaixo colocamos algumas das práticas a serem tomadas para evitar acidentes neste período de vida:

➤ **ASFIXIA**

- ✚ Não utilizar travesseiros fofos, onde a criança possa se afogar;
- ✚ Não utilizar cobertores pesados, pois podem sufocar a criança pelo próprio esforço para a respiração;
- ✚ Não deixar a criança com cordões, inclusive o da chupeta, em volta do pescoço;



- ✚ Não deixar ao alcance da criança cordas de cortinas, sacos plásticos e objetos e brinquedos pequenos que possam vir a ser engolidos ou aspirados, tais como moedas ou botões;
- ✚ Não dar a criança alimentos de consistência dura que possam obstruir as vias aéreas, tais como pipoca, amendoim, balas duras, chicletes (claro que isto diminui com a idade!);
- ✚ Atenção ao risco da criança se esconder em locais fechados e de pouca ventilação, tais como armários.

➤ **QUEIMADURAS**

- ✚ Controlar cuidadosamente a temperatura da água do banho;
- ✚ Não permitir a presença da criança na cozinha no período de preparo das refeições, especialmente do fogão;



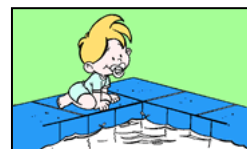
- ✚ Não ingerir líquidos quentes com a criança no colo ou deixar estes líquidos ao seu alcance;
- ✚ Não deixar ferros de passar roupa ao alcance das crianças;
- ✚ Não fumar com a criança no colo ou por perto, também pelo problema da inalação da nociva fumaça a saúde da criança;

- ✚ Não deixar fios soltos ao alcance da criança e proteger as tomadas elétricas de dedinhos ou boquinhas "curiosas";
- ✚ Proteger do sol, especialmente entre 10 e 16 horas, e evitar a exposição excessiva.



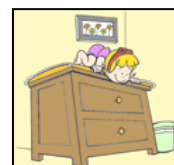
➤ **AFOGAMENTOS**

- ✚ Não deixar a criança só durante o banho (conferir antes do banho se tudo que é necessário já está ao seu alcance). Convém lembrar que a simples aspiração de água pode provocar problemas;
- ✚ Mantenha baldes, recipientes e piscinas infantis vazios e guarde-os sempre virados para baixo e fora do alcance das crianças;
- ✚ Cuidado com o vaso sanitário! As crianças, especialmente as mais novas, podem se afogar em apenas 2,5 centímetros de água. Mantenha a tampa do vaso fechada e travada.



➤ **QUEDAS**

- ✚ Não deixar a criança só em lugares altos, inclusive por ocasião do banho;
- ✚ Colocar cercados e/ou portões protegendo acesso a escadas;
- ✚ Travar as portas com pesos ou presilhas e não deixar a criança junto as mesmas fechadas, pelo risco de traumatismo na abertura destas por algum adulto;



- ✚ Proteger móveis com cantos pontiagudos ou duros;
- ✚ Utilizar berços e chiqueirinhos com grades laterais altas, com grades bastante próximas (para impedir que a criança encaixe a cabeça nos espaços) ou preferencialmente os de malha tipo Nylon.

➤ **INTOXICAÇÕES**

- ✚ Guardar em lugar seguro, de preferência no alto e em local fechado, produtos tóxicos, tais como remédios, produtos de limpeza, venenos ou outros produtos químicos, jamais em gavetas baixas ou sob as pias do banheiro ou da cozinha.
- ✚ Deve-se estar atento para os riscos do uso de medicamentos para resfriados (especialmente as gotas nasais), os xaropes e a aplicação de inseticidas.



- ✚ Jogue fora os restos de remédios.
- ✚ Não tome remédios na frente das crianças, pois elas imitam os adultos.
- ✚ Não guarde substâncias tóxicas ou venenosas em recipientes conhecidos da criança, como garrafas de refrigerantes, embalagens de sorvetes, etc.

➤ **ACIDENTES AUTOMOBILÍSTICOS**

- ✚ As crianças jamais podem ser transportadas no banco dianteiro. No banco traseiro devem ser levadas de preferência nos cestos ou cadeirinhas apropriados a este fim;
- ✚ Evite ao máximo levar a criança no colo, mas caso não seja possível evitar, sempre usar o banco traseiro, com o adulto segurando a criança no seu colo, permanecendo o primeiro atado ao cinto de segurança.

➤ **CHOQUES**

- ✚ Não deixar fios soltos ao alcance da criança e proteger as tomadas elétricas de dedinhos ou boquinhas "curiosas".

