

## Criança-para-Criança

As Fichas de Actividades Criança-para-Criança são um recurso para professores, e trabalhadores da saúde e da comunidade. Estão concebidas para auxiliar as crianças a compreenderem como melhorar a saúde noutras crianças, nas suas famílias e nas suas comunidades. Os tópicos escolhidos são importantes para a saúde da comunidade e ajustam-se à idade, interesses e experiência das crianças. O texto, as idéias e as actividades podem ser livremente adaptadas de acordo com as condições locais.

### Prevenindo os Acidentes

#### A IDEIA

*Em alguns lugares, chegam a morrer várias crianças por ano devido a acidentes. Muitas mais ficam feridas. **Estes acidentes podem ser evitados.** As crianças podem ajudar a reduzir o número e a gravidade dos acidentes agindo com segurança em casa, fora dela e nas estradas. As crianças podem aprender a conhecer os perigos mais comuns e a compreender como esses perigos podem ser evitados ou prevenidos. Elas devem cuidar sempre da segurança dos outros, particularmente das crianças mais pequenas.*

*As crianças podem também ser preparadas para ajudarem quando acontece um acidente.*

As crianças podem conversar acerca dos acidentes que mais frequentemente têm visto acontecer na sua comunidade. Diversos tipos de acidentes podem acontecer com crianças que vivem em diversos lugares - em cidades, em vilas, em zonas rurais. Identifique acidentes que aconteceram nos últimos seis meses em casa, na estrada, em algum lado no exterior e discuta **porque** aconteceram.

#### Em Casa

- **Queimaduras** provocadas por panelas de cozinha ou candeeiros, instrumentos eléctricos, comida quente, água a ferver, vapor, óleo a ferver, ácidos fortes ou

corrosivos (como o ácido das pilhas) que causam danos à pele;

- **Cortes** com vidros partidos, alfinetes enferrujados, madeira em bruto ou facas e machados afiados;
- **Obstrução da respiração** por se terem engolido pequenos objectos como moedas, botões e porcas;
- **Envenenamento** por se comerem ou beberem substâncias perigosas;
- **Hemorragia interna** por se terem engolido objectos cortantes como lâminas;
- **Choques eléctricos** por se ter tocado um instrumento eléctrico danificado ou um fio eléctrico.

#### **Na Estrada**

- **Morte** ou ferimentos como **hemorragias graves, ossos partidos e danos em órgãos fundamentais** do corpo (fígado, pulmões, cérebro) (ver Ficha de Actividades: **Segurança na estrada**).

#### **No Recreio ou fora da Casa**

- **Queimaduras, cortes e ossos partidos;**
- **Envenenamento** por se comerem certas plantas e frutas ou se beber qualquer veneno, como por exemplo, petróleo;
- **Mordeduras** de animais e cobras e **picadas** de abelhas e outros insectos;
- **Afogamento** em águas dos rios, mares, poços, etc.

## Como Prevenir os Acidentes

### *Em Casa*

**Perigo de Queimaduras.** Em casa os acidentes envolvem frequentemente o fogo e as crianças podem sofrer queimaduras graves. Se as suas mãos se queimarem, poderão nunca mais ser capazes de segurar um lápis ou uma ferramenta. Se os seus pés se queimarem poderão não ser capazes de andar devidamente. Há muitas formas de evitar queimaduras em casa:

- Vigie muito cuidadosamente os bebés e as crianças pequenas. Nunca os deixe aproximarem-se do fogo.
- Coloque o fogão de cozinha da família num sítio elevado, ou faça a fogueira para cozinhar num suporte elevado de barro em vez de a fazer directamente no chão.
- Use um pano grosso para manusear as panelas quentes.

- Verifique cuidadosamente se as pegas das panelas de cozinha se encontram fora do alcance das crianças e colocadas de maneira a que não possam ser facilmente derrubadas.
- Coloque o petróleo, os candeeiros a petróleo e os fósforos fora do alcance das crianças pequenas.

**Perigo de Envenenamento.** As crianças pequenas também sofrem frequentemente danos ou mesmo a morte por beberem ou comerem substâncias perigosas.

- Nunca coloque produtos perigosos (por exemplo javel, veneno para plantas, parafina ou petróleo) numa garrafa de coca-cola ou de outro refrigerante. As crianças podem beber o que está nessas garrafas por engano.
- Guarde todos os medicamentos e venenos fora do alcance das crianças (feche-os num armário ou numa mala ou coloque-os numa prateleira elevada). Coloque cuidadosamente rótulos em todos os venenos e medicamentos. Os medicamentos são particularmente perigosos porque as crianças muitas vezes comem comprimidos pensando que são rebuçados.
- Ensine as crianças pequenas a nunca beberem de garrafas estranhas e a nunca comerem frutas e plantas estranhas que podem não ser seguros.

**Perigo de Objectos Cortantes.** Muitos cortes podem ser facilmente evitados.

- Mantenha o chão limpo de vidros partidos e pregos. Deite fora os pregos ou objectos salientes.
- Mantenha as facas afiadas e as lâminas fora do alcance das crianças pequenas.

As crianças mais velhas podem identificar **outros** acidentes comuns que acontecem em casa. Como podem ser evitados?

### Na Vizinhança

**Perigo de serpentes.** As crianças podem proteger-se contra as mordeduras de serpentes.

- Aprenda a reconhecer as serpentes que são perigosas e onde vivem.
- Aprenda a ficar muito quieto se estiver perto duma serpente. Espere que ela se vá embora.
- Capine os caminhos que são mais frequentemente utilizados por crianças.

**Perigos quando se está a brincar.** As crianças são activas e precisam de lugares seguros para brincar.

- Conheça a vizinhança e evite lugares perigosos onde possa haver máquinas, animais, cobras, vidros ou objectos cortantes de metal.
- Torne os poços seguros de modo a que ninguém caia neles.
- As crianças devem brincar com segurança. Ensine-as a NÃO:
  - Subir a árvores secas;
  - Atirar pedras e outros objectos cortantes;
  - Nadar em rios onde a corrente é rápida;
  - Correr ao mesmo tempo que mastiga um pau;
  - Comer frutos que possam ser venenosos;
  - Brincar com fogo;
  - Fazer zangar os animais, especialmente quando têm crias com eles.

### *Na Estrada*

Todos os anos muitas crianças sofrem ferimentos ou morrem devido a acidentes com carros na estrada, especialmente quando caminham junto à estrada ou quando tentam atravessar a estrada. As regras especiais relativas à segurança na estrada são apresentadas na Ficha de Actividades: **Segurança na Estrada**.

## ACTIVIDADES

### Conheça os Perigos

As crianças podem registar os acidentes que aconteceram a membros das suas famílias. Faça três listas ou gráficos de acidentes que aconteceram em casa, na estrada, no exterior e verifique que tipo de acidentes acontecem com mais frequência na comunidade.

Na sua opinião por que acontecem esses acidentes? Se conseguir descobrir por que é que eles acontecem, poderá também descobrir como **evitar que eles aconteçam com tanta frequência.**

Discuta os acidentes mais comuns em crianças de diversas idades (e porquê) - com menos de dois anos, de dois a seis anos, com mais de seis anos.

Contacte o Centro de Saúde e pergunte se podem fornecer às crianças pormenores acerca de todos os acidentes que aconteceram com crianças nos últimos seis meses. Faça mapas ou gráficos dos acidentes que foram comunicados.

## QUE COISAS PERIGOSAS APARECEM NO DESENHO?

Faça desenhos que mostrem os diversos perigos em casa, no lugar de recreio, ou na escola. Coloque os bons desenhos na parede. Leve as outras crianças a discuti-los. Faça uma série de desenhos mostrando como um acidente pode acontecer:

1. A mãe está a encher o tanque do candieiro com petróleo
2. Chega uma visita a casa e a mãe vai falar com a visita
3. Uma criança pequena, que ficou sozinha, pega na garrafa de petróleo e bebe o seu conteúdo.

### **Primeiros Socorros Quando Acontece um Acidente**

As crianças podem aprender e treinar *primeiros socorros*. Frequentemente escolas e grupos juvenis dão aulas sobre primeiros socorros. No entanto apresentam-se aqui algumas medidas simples de praticar e recordar.

#### *Conseguir Rapidamente Ajuda.*

Se alguém sofreu uma queda grave duma árvore ou ficou gravemente ferido num acidente de automóvel não o mova. Cubra-o com uma manta para que se mantenha quente e PEÇA RAPIDAMENTE AJUDA.

Se alguém sofreu uma mordedura venenosa não mova o membro que foi mordido. Isso só faria espalhar o veneno pelo corpo. Carregue a criança e PEÇA RAPIDAMENTE AJUDA. Não tente tratar você próprio da mordedura. Isso deve ser feito pelo agente sanitário.

#### *Cortes e Feridas*

Depois de lavar as mãos lave a ferida com sabão e água fervida ou com água quente com sal. Retire toda a sujidade porque as feridas que ficam sujas podem transformar-se em úlceras graves.

A maioria das pequenas feridas não necessitam de ligaduras. É preferível deixar que sequem ao ar porque se curam mais depressa. Se usar uma ligadura assegure--se de que ela está bem limpa. Manter a ferida limpa é melhor do que usar tintura de iodo.

Se a ferida é profunda, leve a pessoa ao centro de saúde para ser tratada.

### *Queimaduras*

Coloque **IMEDIATAMENTE** a parte queimada em água fria e limpa durante pelo menos 10 minutos. Se a queimadura é pequena é provável que não seja necessário nenhum outro tratamento.

Se a queimadura é muito profunda ou atinge uma parte grande do corpo, cubra-a sem apertar utilizando um pano limpo com um pouco de vaselina e procure ajuda médica o mais depressa possível.

- NÃO fure as bolhas.
- NÃO remova qualquer tecido que esteja pegado à zona queimada.
- NÃO coloque sobre a queimadura gordura, óleo, ervas ou fezes.

**Lembre-se:** Se a roupa de uma pessoa está a arder, pode apagar as chamas fazendo-a rolar num tapete ou atirando uma manta sobre as chamas. Depois trate as queimaduras.

## **Prevenindo e Evitando Acidentes**

### *Na Escola*

- Olhe bem para a sala de aulas, para o exterior da escola e para o lugar de recreio. Procure perigos que possam causar acidentes. Faça uma lista de tudo quanto não seja seguro ou que possa provocar uma lesão. Discuta a lista com o professor.
- Realize um concurso ou campanha de segurança. Organize um projecto para retirar ou corrigir os perigos que se encontram na lista. As crianças podem ajudar a:
  - Reparar as cadeiras ou carteiras partidas;
  - Retirar do chão pregos, vidros e outros objectos cortantes;
  - Capinar para limpar o capim alto e as ervas prejudiciais;
  - Explicar às crianças mais novas as regras para as brincadeiras serem seguras.
- Forme grupos ou equipas com a tarefa de inspeccionar os diversos lugares da escola e do recreio. Organize a eleição dum "chefe de segurança" para dirigir esses grupos ou equipas.
- Discuta as regras da escola. Quais delas foram criadas para prevenir acidentes ou lesões? Haverá regras que devam ser acrescentadas?

#### *Em Casa*

- Vigie as crianças mais novas para ter a certeza de que elas compreendem as regras simples de segurança. Mantenha-as longe de fogueiras. Evite que elas coloquem coisas na boca, nos ouvidos ou no nariz. Ensine-as a não mexerem em medicamentos ou venenos. Que mais devem elas saber?

### *Na Vizinhança*

- Organize uma campanha com o tema "Brincar em Segurança". Faça cartazes. Fale com as pessoas. Faça peças de teatro e canções para as pessoas verem e ouvirem no mercado ou junto do centro de saúde.
- Identifique os lugares onde é perigoso brincar e discuta como é que se pode tornar esses lugares seguros. Actue em grupo.
- Encoraje o conselho local a colocar sinais de aviso em lugares que são claramente perigosos.

### *Na Estrada*

- As crianças podem desenhar um mapa. Ele deve ser muito simples. Mostre as estradas e caminhos principais que as crianças utilizam quando vão para a escola. As crianças podem discutir:
  - Onde atravessar as estradas;
  - Porque é que atravessam as estradas (será realmente necessário?);
  - Onde aconteceram acidentes;
  - Em que lugares houve mais acidentes e porquê;
  - Em que lugares é necessário ter cuidados especiais.

### *Em Geral*

- Organize uma campanha de segurança na escola ou na comunidade. Organize uma campanha de duas semanas contra queimaduras, mais tarde uma campanha sobre como brincar em segurança ou sobre segurança na estrada.
- Utilize várias formas diferentes de transmitir mensagens de segurança a outros, especialmente às crianças mais pequenas.
- Escreva e encene peças, ou faça uma peça de fantoches acerca das causas dos acidentes e do que pode ser feito para reduzi-los. Apresente-a na escola, no

posto de saúde ou no mercado.

- Faça cartazes que mostrem perigos em diversos lugares e avisem acerca dos acidentes que podem resultar deles. Coloque os cartazes nas salas de aulas ou no posto de saúde ou no mercado. (Talvez as crianças possam fazer um concurso de cartazes.)
- Crie uma canção sobre segurança na estrada e ensina-a aos seus irmãos e irmãs mais novos.

## SEGUIMENTO

As crianças fizeram uma campanha de segurança? Compare o número de acidentes antes e depois da campanha.

Verifique se as crianças se recordam e praticam as regras de segurança na estrada.

A escola é um lugar seguro para as crianças trabalharem e brincarem?

## COMO UTILIZAR ESTA FICHA DE ACTIVIDADES

**Os professores** na escola e fora da escola, **trabalhadores da Cruz Vermelha**, **agentes de saúde**, **dirigentes de associações juvenis**, **pessoas que escrevem** em jornais, bandas desenhadas e revistas, todos podem ajudar a desenvolver a ideia de segurança para as crianças onde quer que elas estejam.

Esta Ficha de Actividades deve ser utilizada conjuntamente com **Segurança na Estrada** e **Primeiros Socorros**.