



*Como proteger e
orientar as crianças*
EM TEMPOS DE COVID-19



*Oriente as crianças
sobre os métodos
de prevenção do
COVID-19*



Manter a família saudável e segura em tempos de covid-19 é fundamental. Uma atividade bastante importante, em relação aos cuidados para se proteger da doença, é saber orientar as crianças a respeito de métodos de prevenção.¹ Veja como ensinar os pequenos sobre o novo coronavírus:

- 1 Ensine às crianças a importância de lavar as mãos com água e sabão por, pelo menos, 20 segundos. Uma dica é contar até 20 para ter certeza da eliminação do vírus.

.....
¹ American Academy of Pediatrics. 2019 Novel Coronavirus (COVID-19). American Academy of Pediatrics, 2020. Disponível em <https://bit.ly/2UsDXW5> Acesso em 20 mar. 2020.



- 2 Mantenha as crianças em casa. Deixar os filhos afastados de pessoas doentes, infectadas ou de idosos é fundamental. Elas são mais resistentes ao novo coronavírus, porém, podem transmitir a doença para pessoas menos resistentes.





3 Ensine as crianças a tossir e espirrar em um lenço de papel, sem esquecer de jogar fora após a utilização. Caso não haja um lenço disponível, mostre a elas como tapar a boca e o nariz com o antebraço, evitando contaminar o ar ou as mãos.



- 4 Ensine as crianças a limpar os brinquedos, mantendo-os higienizados com álcool a 70% ou água sanitária a 0,1%, antes e após a utilização. Bichos de pelúcia devem ser lavados seguindo as recomendações do fabricante.

5

Procure não tocar o rosto das crianças, e ensine-as a fazer o mesmo. Uma boa maneira é propor uma competição para incentivar que os filhos vigiem uns aos outros e cuidem para que todos sigam as recomendações.



6

Quem tem algum animal de estimação, deve evitar sair para passear com ele. Se for necessário sair, mantenha distância das outras pessoas e higienize as patas dos bichos com álcool 70%. Não se esqueça de ensinar esses cuidados às crianças.



PARA MAIS TEMAS
COMO ESTE, ACESSE

<https://doi.org/10.19141/covid19-10>





Organização

Pró-Reitoria de Pesquisa e Desenvolvimento Institucional

Comitê Científico – Contingência COVID-19

Dr. Allan Novaes, Dr. Fabio Alfieri, Dra. Maristela Martins,
Dra. Gildene Lopes, Dr. Rodrigo Follis, Dra. Lanny Soares e Dra. Naomi Vidal Ferreira

Produção

Mestrado em Promoção da Saúde

Autores

Gina Andrade Abdala

Doutora em Ciências e professora do curso de Enfermagem do Centro Universitário Adventista de São Paulo (Unasp).

Maria Dyrce Meira

Doutora em Ciências e professora do Mestrado em Promoção de Saúde do Centro Universitário Adventista de São Paulo (Unasp).

Parecereristas *ad hoc*:

Dra. Andreza Portella Ribeiro

Universidade Nove de Julho (Uninove)

Me. Nyvian Alexandre Kutz

Centro Universitário Adventista de São Paulo (Unasp)



Imprensa Universitária Adventista

Editor-chefe

Rodrigo Follis

Gerente de projetos

Bruno Sales Ferreira

Editor associado

Alysson Huf

Preparação

Rui do Amaral

Designer gráfico

Ana Paula Pirani

Ícones

<https://thenounproject.com/>