

CUIDADOS PARA PREVENÇÃO DE COVID-19 EM CRIANÇAS

1- Evitar que as crianças circulem na rua e tenham contato com outras crianças, adultos e idosos. Fazer isolamento social (permanecer a maior parte do tempo em casa) quando recomendado pelo Ministério da Saúde.



2- Chupetas e mamadeiras devem ser lavados com água e sabão em abundância e fervidos em água por 5 minutos. Fazer isso antes e após usar estes utensílios.



3- Os brinquedos de plástico devem ser higienizados diariamente com água e sabão ou álcool 70%. Manter as telas (tabletes, celulares e computadores) limpas e higienizadas com álcool 70%. Brinquedos de pelúcia e com superfície porosa não devem ser utilizados, pois são difíceis de serem limpos.



4- Permanecer em casa o máximo possível, evitando locais públicos onde é provável o contato próximo. Manter os ambientes bem ventilados com janelas abertas.



5- Higienizar as mãos com frequência usando água e sabão em quantidade suficiente e de maneira adequada (40 a 60 segundos, entre os dedos, palma e dorso das mãos, esfregar as unhas, estendendo a lavação até os punhos) ou, caso não seja possível lavar as mãos em algumas situações, utilizar preparações alcoólicas a 70% (álcool gel).



6- Limpar diariamente com álcool 70%, e preferencialmente após serem manuseadas as superfícies de toque frequente nas áreas comuns da casa (mesas, cadeiras de encosto alto, maçanetas, interruptores de luz, controles remotos, banheiros, pias, etc.).



7- Ensinar às crianças maiores que ao tossir ou espirrar devem cobrir a boca e o nariz com lenço de papel, descartando em seguida em lixeira com tampa, ou com o cotovelo flexionado (higienizando a região após tosse ou espirro), para evitar a disseminação de gotículas.



8- Evitar contato próximo à pessoas que tenha sintomas de gripe ou resfriado; além de orientar as crianças a evitarem tocar o rosto, principalmente olhos, nariz e boca.



9- Mantenha a caderneta de vacinas de suas crianças atualizada para que estejam protegidas contra bactérias e vírus que causem outras doenças.



10- Converse com a criança de forma objetiva e clara sobre medidas de prevenção para manter os que habitam no mesmo ambiente seguros, principalmente os mais vulneráveis como idosos e pessoas com doenças crônicas.