

Departamento Científico de Segurança da
Sociedade Brasileira de Pediatria

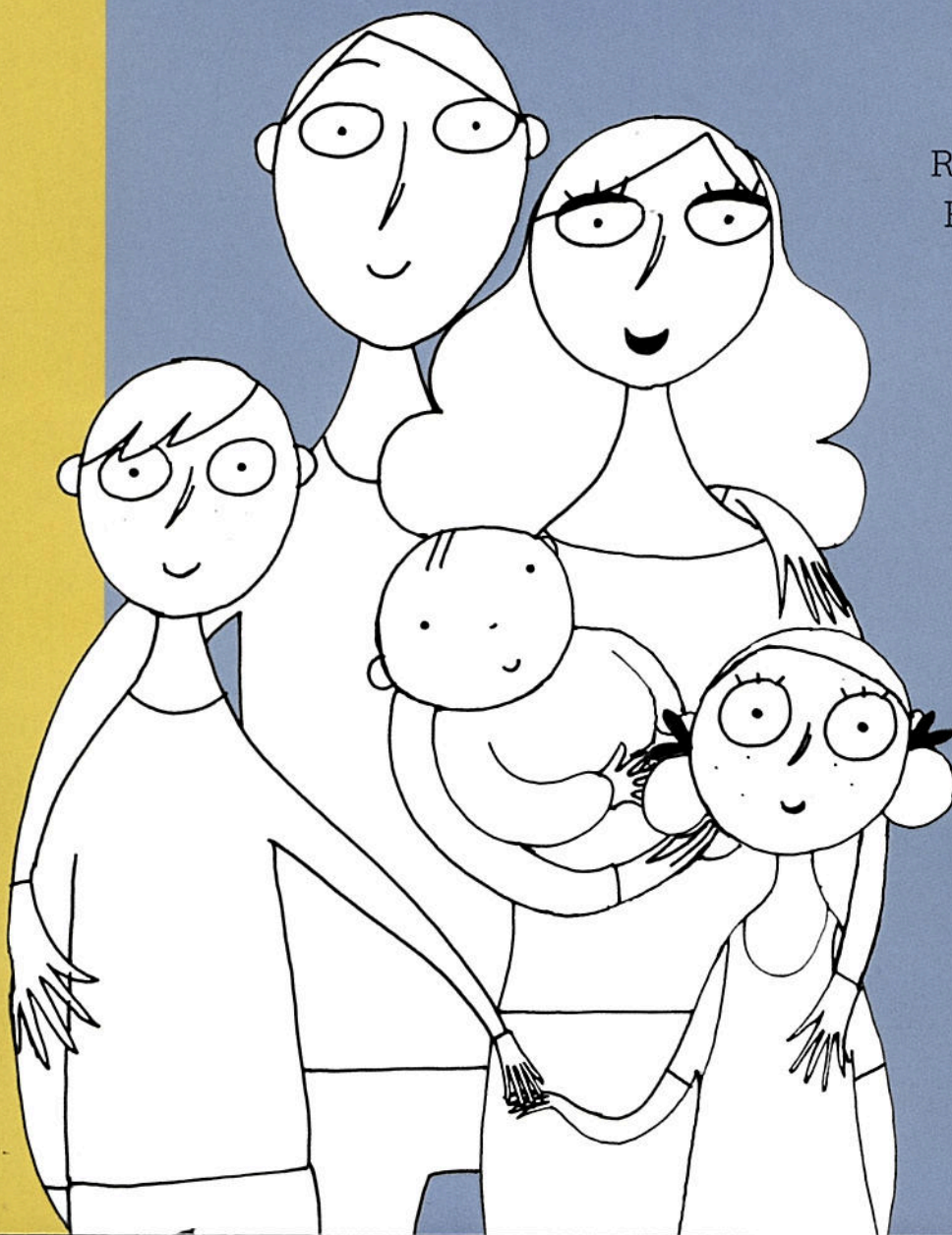
Crianças e Adolescentes em Segurança

organizadores

Renata D. Waksman

Regina M. C. Gikas

Danilo Blank



Copyright © 2014 Editora Manole Ltda., por meio de contrato com a Sociedade Brasileira de
Pediatria (SBP)

Logotipo: Copyright © Sociedade Brasileira de Pediatria.

Editor gestor: Walter Luiz Coutinho

Editora: Karin Gutz Inglez

Produção editorial: Visão Editorial, Cristiana Gonzaga S. Corrêa e Juliana Moraes

Ilustrações de capa e miolo: Suppa

Design gráfico e diagramação: De Tudo Um Pouco – by Eduardo Reyes

Ilustrações técnicas do miolo: Mary Yamazaki Yorado

Fotos do miolo: gentilmente cedidas pelos autores e coordenadoras

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Crianças e adolescentes em segurança / Renata D.
Waksman, Regina M. C. Gikas e Danilo Blank,
organizadores. -- 1. ed. -- Barueri, SP :
Manole, 2014.

Vários autores.
Bibliografia.
ISBN 978-85-204-3429-1

1. Crianças - Criação 2. Crianças -
Desenvolvimento 3. Crianças - Proteção
4. Pediatria 5. Puericultura I. Waksman, Renata D..
II. Gikas, Regina M. C.. III. Blank, Danilo.

13-10675

CDD-613.0432

Índices para catálogo sistemático:
1. Crianças : Promoção da saúde 613.0432

Todos os direitos reservados.

Nenhuma parte deste livro poderá ser reproduzida,
por qualquer processo, sem a permissão expressa dos editores.

É proibida a reprodução por xerox.

A Editora Manole é filiada à ABDR - Associação Brasileira de Direitos Reprográficos.

1ª edição – 2014

Direitos adquiridos pela:

Editora Manole Ltda.

Avenida Ceci, 672 – Tamboré

CEP: 06460-120 – Barueri – SP – Brasil

Tel.: (11) 4196.6000 - Fax: (11) 4196.6021

www.manole.com.br

info@manole.com.br

Impresso no Brasil

Printed in Brazil

Este livro contempla as regras do Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa de 1990, que entrou em vigor no
Brasil em 2009.

São de responsabilidade dos autores e organizadores as informações contidas nesta obra.

Viagem com crianças e adolescentes

Viajar com crianças é divertido, mas requer **cuidados especiais** que envolvem desde escolher o destino, providenciar a documentação e atentar para a saúde até o preparo das malas.

Regras gerais

- Levar os **telefones** do pediatra, da seguradora do carro, da central de atendimento do plano de saúde e dos parentes mais próximos.
- Todas as crianças necessitam de supervisão constante durante a viagem, pois podem se envolver em situações perigosas, como **banhos de mar** em locais com fortes correntezas ou em lagoas e rios inadequados para banho ou mergulho, **passeios em matas** ou contato com **animais selvagens**.
- **Adolescentes** precisam ser orientados sobre possíveis contatos com **drogas ilícitas** e **doenças sexualmente transmissíveis**.
- Em qualquer viagem, os pais ou responsáveis devem levar a **certidão de nascimento** ou a **identidade** dos menores (qualquer pessoa com menos de 18 anos).

Viagens com bebês



O QUE VOCÊ DEVE SABER

- Nos primeiros meses de vida, o bebê precisa ter apenas as necessidades básicas satisfeitas: alimentação, banho, troca de fraldas e local confortável para dormir.
- A adaptação do bebê ao novo local será mais rápida se **objetos familiares** (manta, cobertor ou brinquedos) forem levados de casa.

Leia também o capítulo "Trânsito e transporte de crianças e jovens", na seção 5 – Acidentes.



O QUE VOCÊ DEVE FAZER

- Oferecer a **alimentação de costume**, sem a introdução de elementos novos às refeições durante o período da viagem.
- Em viagem de carro, sempre acomodar o bebê em **cadeirinha apropriada** para o seu tamanho e idade, no banco de trás e de costas para o painel.
- Não esquecer que as regras de segurança para viagens de **avião** são exatamente as **mesmas**; assim, o bebê deve ter o seu bilhete próprio, com direito a um assento individual, e ser colocado no assento de segurança (próprio, levado pelos pais ou responsável).
- Preferir **fraldas de boa qualidade**, que suportem um grande volume de xixi e que sejam mais macias, para amenizar a espera do momento da troca.
- Verificar sempre a **segurança do berço** que será utilizado nos hotéis.

Viagens com crianças de 1 a 3 anos



O QUE VOCÊ DEVE FAZER

- Considerar um **destino** que seja **adequado à idade e às necessidades da criança**, com áreas para correr, brincar e se divertir em segurança.
- Levar alguns **brinquedos**, "**paninhos**" ou quaisquer objetos familiares de casa para auxiliar a criança na aclimação.
- Realizar uma **inspeção no quarto em que forem ficar**, observando:
 - estabilidade da cama;
 - instalação sanitária;
 - proteção das tomadas;
 - mecanismo de trava das portas de entrada e da varanda;
 - proteção da varanda;
 - frigobar (altura, abertura da porta, conteúdo).

Documentação exigida em viagens

Viagens ao exterior

Em junho de 2011, foi publicada uma nova resolução pelo Conselho Nacional de Justiça (CNJ), a qual pode ser encontrada no *Manual relativo a viagem de menores brasileiros ao exterior* (3ª edição)



O QUE VOCÊ DEVE SABER

- Nessa faixa etária de 1 a 3 anos, a criança gosta de olhar para novas paisagens e buscar novidades, mas pode ficar **irrequieta, irritada e desconfortável** por estar em um ambiente diferente.
- É importante reservar um momento tranquilo assim que chegarem ao destino e em todos os dias da viagem, para que possam relaxar, descansar e ficarem juntos "sem fazer nada" para a criança se adaptar mais calmamente ao novo local.

da Polícia Federal (disponível em: http://www.dpf.gov.br/servicos/viagens-ao-exterior/3_edicao_manual_menores.pdf), que facilita a autorização para menores que vão viajar ao exterior. É preciso observar os seguintes itens:

- o reconhecimento de firma do documento de **Autorização de Viagem para Menores** pode ser feito por semelhança, em firma já registrada em cartório;
- dispensa a fotografia como parte do documento de autorização;
- o prazo de validade é de 2 anos.



O QUE VOCÊ DEVE SABER

O que diz o Estatuto da Criança e do Adolescente

O Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) determina:

Art. 83. Nenhuma criança poderá viajar para fora da comarca onde reside, desacompanhada dos pais ou responsável, sem expressa autorização judicial.

§ 1º A autorização não será exigida quando:

- a) tratar-se de comarca contígua à da residência da criança, se na mesma unidade da Federação, ou incluída na mesma região metropolitana;
- b) a criança estiver acompanhada:
 - 1) de ascendente ou colateral maior, até o terceiro grau, comprovado documentalmente o parentesco;
 - 2) de pessoa maior, expressamente autorizada pelo pai, mãe ou responsável.

§ 2º A autoridade judiciária poderá, a pedido dos pais ou responsável, conceder autorização válida por 2 anos.

Art. 84. Quando se tratar de viagem ao exterior, a autorização é dispensável, se a criança ou adolescente:

- I - estiver acompanhado de ambos os pais ou responsável;
- II - viajar na companhia de um dos pais, autorizado expressamente pelo outro através de documento com firma reconhecida.

Art. 85. Sem prévia e expressa autorização judicial, nenhuma criança ou adolescente nascido em território nacional poderá sair do País em companhia de estrangeiro residente ou domiciliado no exterior.



ATENÇÃO

Ao renovar o passaporte de menor (qualquer indivíduo com menos de 18 anos), pode-se incluir, se necessário, uma **autorização de viagem** (opcional), que permite viajar com apenas um dos pais, com terceiros ou desacompanhado. A autorização pode ser por prazo determinado ou ter a validade do passaporte.

- Em **viagens ao exterior**, se o menor de 18 anos for viajar **sozinho**, é necessário que porte:

- um cartão de identificação com seus dados e passaporte;
- números de telefone de alguns parentes;
- endereço;
- grupo sanguíneo;
- problemas de saúde.

- Menores de 18 anos que forem viajar para o exterior **com terceiros** devem apresentar o documento de identificação (RG ou passaporte) e uma **autorização de viagem por escrito emitida pelos pais**, com firma reconhecida em cartório. Se um dos pais não puder assinar a autorização, deve-se requerer o documento na Vara da Infância e da Juventude.

Para menores de 18 anos que moram no exterior

- É necessário providenciar no consulado um **Atestado de Comprovação de Residência no Exterior**, que deverá ser apresentado no momento do embarque.
- O documento tem **validade de 2 anos**.

Viagens pelo Brasil

- Se o menor de 18 anos for viajar **sem os pais**, ou seja, sozinho ou com terceiros, é necessário que porte:
 - um cartão de identificação com seus dados;
 - números de telefone de alguns parentes;
 - endereço;
 - grupo sanguíneo;
 - problemas de saúde.
- **Com acompanhante sem grau de parentesco:** menores de 18 anos que forem embarcar com acompanhante sem grau de parentesco devem apresentar uma **autorização de viagem por escrito emitida pelos pais**, com firma reconhecida em cartório.
- **Sozinho:** o menor que tenha **entre 12 e 18 anos** pode viajar sozinho, mas é necessária a **autorização dos pais com firma reconhecida**.



O QUE VOCÊ DEVE SABER

- Os modelos das **autorizações de viagem** podem ser encontrados no site do Tribunal de Justiça de São Paulo (disponível em: <http://www.tj.sp.gov.br>).
- O **novo passaporte** (modelo azul) não tem informações sobre **paternidade**. Dessa forma, crianças ou adolescentes que forem viajar acompanhadas por seus pais ao exterior devem apresentar no *check-in* um documento que comprove a **filiação**.

Antes da viagem



CONSULTE O PEDIATRA

A medicação a ser levada deve ser indicada pelo pediatra: antitérmico, analgésico, antialérgico, antisséptico, antiemético, medicamentos de uso específico ou de uso crônico, termômetro, pomada para picadas, curativos adesivados, repelente e filtro solar.



O QUE VOCÊ DEVE FAZER

- Consultar o pediatra e o dentista de 4 a 12 semanas antes da partida.
- Atualizar a **vacinação** da criança para que se estabeleça o **máximo de proteção** possível, principalmente se a viagem ocorrer para locais onde certas doenças (hepatite, cólera, febre amarela ou meningite) existem de forma **endêmica**.
- Revisar e complementar a **imunização** de todos que irão viajar, caso seja necessário.
- Verificar a **cobertura** que o plano de saúde oferece. Caso a viagem seja para o exterior e a família não tenha convênio, recomenda-se contratar um **plano especial de seguro de saúde**, feito apenas para a viagem.
- Antes de sair de casa, converse sobre as **regras da viagem** e os **contatos de emergência** com as crianças maiores.

Escolha do roteiro

É importante planejar com antecedência o local de destino e a hospedagem, o meio de transporte, a duração da viagem e a estação do ano em que será feita.



O QUE VOCÊ DEVE FAZER

- Escolher locais adequados para a **idade** das crianças.
- Evitar lugares muito quentes ou muito frios, ou com variações bruscas de temperatura no decorrer do dia, para que a viagem seja confortável.
- Entrar em contato com o **hotel** (ou com outro lugar de destino) para saber o que é oferecido.
- Preferir locais que tenham **espaços para diversão**, próprios para as várias faixas etárias.

Preparando as malas

- Evitar bagagem desnecessária e escolher **malas práticas**, como a de rodinhas.
- Providenciar uma **pequena mala ou mochila** para seu filho, estimulando-o a **responsabilizar-se** pela própria bagagem.
- Permitir que seu filho leve na bagagem algum **brinquedo ou livro**.
- Levar **roupas adequadas** e essenciais **ao clima** do local de destino.
- Deixar **espaço vazio** na mala, a fim de ter espaço para alocar as compras e os sacos de roupas sujas.



Caso seu filho ainda durma no berço

Será preciso levar os equipamentos a seguir:

- **Berço desmontável**, se o hotel ou pousada de destino não tiver berço adequado e seguro. Recomenda-se levar um que já tenha sido montado e utilizado anteriormente.
- **Carrinho** leve e fácil de desmontar e carregar.
- **Canguru, sling ou mochila** de carregar crianças pequenas.
- **Sacola menor**, própria para levar os objetos das crianças durante passeios e, de preferência, com trocador plastificado.
- **Troca de roupa** completa para as crianças e **camiseta extra** para os pais.

Para a criança não se perder

- Providenciar um **cartão, crachá ou bracelete de identificação** com nome e endereço completos da criança, além de telefones (celulares e do local onde estão).
- Combinar com a criança um local de encontro de **fácil identificação** e instruí-la a pedir ajuda a policiais e seguranças.

Viagens internacionais



O QUE VOCÊ DEVE FAZER

- Verificar se **vacinas adicionais**, que não constam no calendário oficial brasileiro, são necessárias.
- Para evitar o desconforto causado pelo **fuso horário (jet lag)**, convém ajustar o horário de sono das crianças **2 a 3 dias antes** da viagem. Após a chegada ao destino, para facilitar esse ajuste, recomenda-se que elas sejam encorajadas a praticar atividades **ao ar livre** durante o dia.
- Buscar escolher destinos sem **grandes diferenças** climáticas e levar em consideração também a idade das crianças, pensando em lugares que tenham **atrativos** para elas.

Durante a viagem

Segurança em viagens de automóvel



O QUE VOCÊ DEVE FAZER

- Orientar que cada passageiro utilize **assento individual** com cinto de segurança afivelado.
- Acomodar a criança **sempre** no banco de trás, em assento infantil apropriado para o seu tamanho e idade, durante **todo** o trajeto.
- Trancar as portas do veículo enquanto o automóvel estiver em movimento e abrir os vidros somente o necessário para permitir a **ventilação**.

- Oferecer **água e suco** com frequência ao longo da viagem, para manter a criança hidratada, e alimentos leves, como frutas e iogurtes.
- Fazer paradas **a cada 2 horas** se possível, sobretudo se os trajetos forem longos, para descanso e por causa das necessidades fisiológicas.
- Prestar atenção em eventuais riscos de acidentes, como atropelamentos no **estacionamento** e próximos à estrada, e verificar as condições de higiene do local de parada (lanchonete e restaurante).
- Levar os CDs e brinquedos **prediletos** das crianças e conversar com elas sobre o que se vê pela janela durante a viagem, para distraí-las.
- Providenciar atividades de **passatempo**, como jogos e histórias inventadas (a leitura pode ocasionar **enjoo**).
- Carregar na **bagagem de mão** fraldas, lenços umedecidos, troca de roupas, cobertor, medicamentos, entre outros.
- Antes de sair da garagem de casa, **prender** todos os itens que podem se transformar em projéteis no interior do veículo e ferir os ocupantes na situação de freada brusca ou colisão.
- Antes de viajar, fazer uma revisão **completa** do automóvel e atualizar a documentação e o seguro.

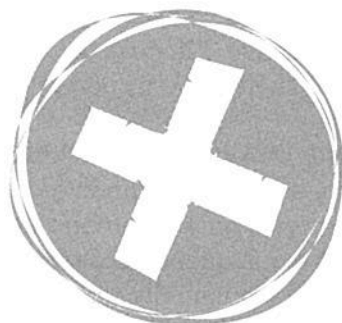


O QUE VOCÊ NÃO DEVE FAZER

- Jamais deixar a criança **sozinha** dentro do automóvel.
- Nunca se esquecer das **regras de segurança** no transporte de crianças (ver o capítulo "Trânsito e transporte de crianças e jovens", na seção 5 – Acidentes).
- **Jamais** fumar perto da criança ou no automóvel.

Enjoo de movimento (cinetose)

É muito comum crianças que têm **hipersensibilidade** do cerebelo e do labirinto ao movimento apresentarem enjoo durante viagens, sobretudo de **automóveis e ônibus**.





ATENÇÃO

- Caso a criança apresente **suor frio, palidez e náusea**, parar o automóvel em local apropriado e deixá-la deitada no banco traseiro ou na cadeirinha por alguns minutos, com os olhos fechados. Se possível, aplicar uma **compressa fria** sobre a testa, para aliviar os sintomas. Bebês e crianças menores não reclamam de náuseas, mas ficam **pálidos, inquietos e choram**, antes de vomitar.

- Procurar um pronto-socorro se os vômitos persistirem.



O QUE OBSERVAR

Algumas aeronaves disponibilizam uma espécie de moisés para ser usado por bebês no decorrer da viagem aérea. Esse equipamento deve ser usado por crianças pequenas. É necessário solicitá-lo antes do voo, porque este berço fica encaixado na parede à frente de alguns assentos no avião.



O QUE VOCÊ DEVE SABER

Algumas medidas podem ser tomadas para **prevenir** o aparecimento dos enjoos:

- A **alimentação** antes da viagem deve ser leve e **medicamento** contra vômitos pode ser administrado caso haja indicação do pediatra.
- A criança precisa ser acomodada em **assento adequado** para ela no automóvel, e a localização da cadeirinha deve permitir que ela consiga **olhar** para fora.
- As paradas **frequentes** (a cada 2 horas) permitem que ela saia do carro e se movimente um pouco.

Segurança em viagens de avião



O QUE VOCÊ DEVE SABER

- O Departamento de Segurança da Sociedade Brasileira de Pediatria recomenda que crianças de qualquer idade viagem de avião em assento **individual**, acomodadas da mesma maneira como nas viagens de automóvel:

- **bebês até dois anos, em torno de 13 kg**, devem ir em assento de segurança tipo bebê-conforto, voltado para trás;

- **crianças entre 13 e 20 kg** devem ir em assento de segurança voltado para a frente;

- **crianças com mais de 20 kg**, em torno de 5 anos, podem usar o cinto de segurança regular da aeronave.

- O **único** dispositivo para crianças aprovado em testes de segurança para uso somente em aeronaves é o AmSafe Child Aviation Restraint System (CARES)[®]. Pode ser usado por **crianças entre 10 e 20 kg** e consiste em quatro cintos de fixação presos a uma faixa transversal e ao cinto da aeronave. Ele deve ser adquirido pelos pais da criança; a companhia aérea não disponibiliza.
- Quaisquer outros dispositivos de segurança são **contraindicados**, pois não são eficientes nem seguros, incluindo os do tipo colete, bem como extensões de correias para incorporar aos pais ou ao cinto de segurança dos pais e qualquer dispositivo que posicione a criança no colo ou no peito de um adulto.

- Os pais devem assegurar-se de que a criança tenha direito a um assento próprio, o que, atualmente, significa pagar por um bilhete integral, embora algumas companhias ofereçam **preços especiais** para menores de 12 anos. Alternativamente, os pais podem fazer **contato prévio** com a companhia aérea, indagar sobre a **política de uso dos assentos** não ocupados e combinar sobre a possibilidade de instalar o assento de segurança (levado pelos pais) da criança em um desses, mas sempre ao lado de um dos pais.
- No Brasil, **não** existe qualquer tipo de **regulamentação**, e algumas companhias aéreas, mesmo que os pais paguem um bilhete especial para que seu bebê menor de 2 anos possa viajar em assento individual, obrigam os pais a manter a criança **no colo** durante a decolagem e o pouso.
- Especialistas em segurança recomendam que todas as companhias aéreas sejam obrigadas a transportar cada passageiro em **assento individual**, independentemente da idade, e exijam o uso de **dispositivo restritivo** em decolagens, pousos e situações de turbulência.
- Para atenuar **desconfortos e dores nos ouvidos** durante pousos e decolagens, recomenda-se o movimento de sugar, seja o dedo da mãe ou do pai, seja a chupeta, seja a mamadeira. Os bebês não devem sair dos seus assentos, se nele estiverem, para serem amamentados. Crianças maiores de 4 anos podem mascar chiclete, beber água ou suco utilizando canudo ou, ainda, soprar o canudo em um frasco com água.
- **Gestantes** e passageiros com crianças pequenas têm **prioridade** de embarque. É importante chegar ao aeroporto com antecedência, para despachar a bagagem e passar pela segurança.
- Todos devem usar calçados e roupas confortáveis e fáceis de tirar ao passar pela segurança.
- Gestantes podem viajar **até quatro semanas antes** da data prevista para o parto, sem necessidade de atestado médico, e não devem viajar **sete dias antes nem sete dias depois** do parto.



ATENÇÃO

Não é permitido o transporte de **leite em pó** ou qualquer outro tipo de comida para bebê nas aeronaves, pois há risco de serem confiscados, especialmente em **vôos internacionais**. Os alimentos infantis podem ser solicitados à companhia aérea com antecedência, de preferência no ato da compra do bilhete, e os comissários podem oferecer a comida de bebê e esquentar o **leite do bebê que eles providenciaram**.

Para mais informações, consulte o site "Conversando com o pediatra", disponível em: http://www.conversandocomopediatra.com.br/website/paginas/materias_gerais/materias_gerais.php?id=84&content=detalhe; clique em "1º ano" e depois em "Transporte seguro de bebês e crianças em viagens de avião".



ATENÇÃO

Em caso de **turbulência**, situação em que as companhias aéreas costumam exigir o **afivelamento** do cinto de segurança de todos os passageiros, crianças conduzidas no colo têm **risco muito grande** de traumatismo grave e até morte.

Em viagem de **trem, navio ou avião**, disciplinar as crianças a respeitarem as regras de segurança de bordo.

- Recém-nascidos só devem embarcar após terem completado **1 mês de vida**, para evitar problemas respiratórios provocados pelas **variações de pressão** dentro da cabine da aeronave.
- Para viagens **longas**, preferir **voos noturnos** sem escalas nem conexões.

Segurança em viagens de navio



O QUE VOCÊ DEVE SABER

- Os navios têm a bordo um **médico**, que cobra pelos serviços prestados.
- Gestantes necessitam de **atestado médico** para fazer a reserva e podem não ser aceitas a **partir do sétimo mês** por algumas companhias.
- Em alguns navios, os bebês são aceitos somente após o **4º ou 6º mês de vida**; em outros, apenas depois que a criança completa **1 ano de vida**. Menores de 18 anos devem estar sempre acompanhados por um adulto, ou devem portar autorização dos pais.
- Antes de o navio zarpar, os passageiros passam por um treinamento sobre **procedimentos de emergência**, para garantir a segurança de todos.
- Deve-se evitar fumar **dentro** da cabine, manter o chão **livre** de obstáculos e deixar uma luz **acesa** à noite, para facilitar a visualização do ambiente.

Segurança em viagens de trem

Algumas companhias oferecem tarifas especiais para crianças, dependendo da viagem. Em geral, bebês de colo e crianças pequenas **não pagam tarifa**, desde que não ocupem um assento.



O QUE VOCÊ DEVE FAZER

- Ao transitar com crianças pequenas, conduzi-las sempre **pela mão**.
- Viajar somente em lugar **destinado** aos passageiros.
- Evitar **agrupamentos** diante das portas.

Alimentação em viagens

A criança é mais **vulnerável** do que o adulto aos germes que contaminam os alimentos e a água, por causa das peculiaridades do **sistema imunológico**. Os pais devem ficar atentos a tudo o que for oferecido às crianças para comer ou beber.



O QUE VOCÊ DEVE FAZER

- Lavar as mãos das crianças **antes** das refeições.
- Observar a **higiene** do local escolhido para as refeições.
- Evitar alimentos de vendedores **ambulantes** na rua ou na praia, pois as condições de conservação, manipulação e higiene dos produtos tendem a ser **ruins**.
- Evitar alimentos **crus** ou com cozimento inadequado.
- Consumir somente **água mineral** e usá-la para lavar as frutas que a criança vai consumir.
- Em fase de lactação, manter o **aleitamento materno** até o fim da viagem.
- Preparar o leite em pó, caso esteja sendo usado, somente com água mineral.
- Levar alimentos para os bebês de até 1 ano, como **papas salgadas e de frutas**, aproveitando também as frutas do restaurante para as sobremesas e lanches, desde que em condições adequadas de higiene.



O QUE VOCÊ DEVE SABER

- Crianças **maiores de um ano** podem comer os alimentos servidos no hotel.
- Copinhos e mamadeiras podem ser **esterilizados** na cozinha do hotel.

