

<https://dokimasia.com.br/wp-content/uploads/2024/04/quedas.mp3>

Dados são da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP)

Em 2023, mais de 33 mil crianças menores de 10 anos foram internadas em hospitais do Sistema Único de Saúde (SUS) em razão de quedas. Os dados são da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), que alerta ainda que, de 2014 a 2023, o número de internações nessa mesma faixa etária por quedas superou a marca de 335 mil casos.

Os números vão ser apresentados no 4º Congresso Brasileiro de Urgências e Emergências Pediátricas, marcado para o período de 25 a 27 de abril em Brasília. A faixa etária dos 5 aos 9 anos concentra o maior número de registros: 197.567 internações. Na sequência, estão crianças de 1 a 4 anos, com 111.567 internações; e crianças com menos de 1 ano, com 26.413 internações.

Para a SBP, as estatísticas demonstram a importância de manter cuidados preventivos para evitar acidentes e proteger a integridade física das crianças. A entidade avalia os dados como impactantes e destaca que grande parte desses eventos poderia ter sido evitada com medidas simples de prevenção.

Ainda de acordo com os registros oficiais, que incluem os motivos dos acidentes, as quedas ocorrem em diferentes situações, sendo as principais escorregões, tropeços ou passos em falso; quedas de escadas; quedas da cama; e quedas de árvores ou móveis, além de acidentes em parques e *playground*.

Como forma de evitar agravos à saúde das crianças, incluindo sequelas permanentes ou óbitos, a SBP divulgou uma lista de orientações a serem adotadas por adultos com o intuito de prevenir acidentes com quedas. Confira as indicações conforme a faixa etária:

Crianças com menos de 1 ano

- Nunca deixe o bebê sozinho no trocador ou em locais mais altos, como a cama. Essa costuma ser a primeira queda do bebê e, por ter a cabeça bastante volumosa em relação ao resto do corpo, ela chegará primeiro ao chão, podendo causar traumatismos cranianos e encefálicos graves.
- Quando o bebê começa a controlar seus movimentos de braços e pernas e aprende a sentar, um reflexo de hiperextensão posterior faz com que ele, sem desejo disso, se jogue para trás e bata a cabeça no chão. “Por isso, o uso de almofadas e a presença do adulto cuidador são fundamentais”, avalia a SBP.
- Se você estiver carregando o bebê ao colo, em escadas e degraus, apoie-se sempre no corrimão. Evite pisos lisos, molhados ou escorregadios.
- Nunca deixe o bebê sob os cuidados de outra criança. Caso o irmão ou outra criança queira pegá-lo no colo, oriente, ensine e proteja para que isso aconteça apenas com um adulto segurando também.
- O andador não deve ser usado – nunca, em nenhuma idade. Ele prejudica o desenvolvimento e o andar da criança e tem sido causa de graves acidentes, com traumatismos cranianos significativos.
- Não deixe o bebê em sofás ou cadeiras, como se fosse um apoio para aprender a sentar. O bebê não vai ficar parado, e as quedas podem acontecer. Brincar no chão, protegido, lhe dará muito mais espaço para se mover e desenvolver suas habilidades motoras.

Crianças de 1 a 4 anos

- Coloque telas nas janelas, sacadas e vãos desprotegidos, assim como laterais de escadas. Não deixe objetos, cadeiras, sofás e outros apoios próximos desses lugares de risco.
- Cuidado com superfícies molhadas e escorregadias que provocam o desequilíbrio e as

quedas. Banheiro, pisos em geral e calçadas em volta de piscinas que estejam molhados devem ser proibidos para brincadeiras.

- Escolha bem os brinquedos de locomoção, como triciclos, patinetes e *skates*, que suportem o peso da criança e que tenham uma base segura, sem tombar com facilidade. Devem ser utilizados em locais apropriados, nunca em via pública e sempre com os equipamentos de segurança, como capacete, joelheiras, tornozeleiras e cotoveleiras.

- Cuidado com as camas do tipo beliche, que não oferecem segurança em nenhuma idade. Mesmo com proteção nas laterais, elas não são indicadas nos primeiros anos de vida e nem mesmo para crianças maiores. “Além da necessidade de proteção lateral, a cama de cima não deve ser mais alta que a altura da criança.”

- Nunca deixe a criança sozinha, sem um adulto cuidador atento a ela.

Crianças de 5 a 9 anos

- A exploração de lugares além da casa pode se tornar intensa, e as quedas de muros, lajes, árvores e brinquedos em parques são comuns. Para evitar acidente, a orientação e supervisão dos responsáveis são fundamentais.

- Os brinquedos de locomoção vão se transformando. Seja em bicicletas, patinetes, *skates* e outros, equipamentos de segurança como capacete, cotoveleira, joelheira e tornozeleira devem ser condição de uso do brinquedo, independentemente do local, trecho ou tempo de uso.

- O uso do celular e de outras telas não pode ser permitido quando em vias públicas ou quando a criança está em movimento, pelo desvio de atenção que desencadeia. “É preciso lembrar que o uso das telas nessa idade não deve exceder uma hora ao dia e não pode servir de companhia ou terceirização do cuidar.”

Quedas levaram mais de 33 mil crianças ao SUS em 2023

Agência Brasil