Prevenção de acidentes (6 a 10 anos)

Por que importa

Acidentes de trânsito, quedas e afogamentos estão entre as principais causas de lesão nesta idade.

Equipamentos de proteção e regras simples previnem a maioria das lesões graves.

A criança aprende segurança pelo exemplo e pela orientação do adulto.

Quando procurar atendimento

Com urgência: Queda com perda de consciência, vômitos ou dor intensa; trauma na cabeça; afogamento; fratura; qualquer acidente grave.

Ligue 192 (SAMU) ou procure atendimento imediatamente.



No dia a dia

No carro

Cinto de segurança sempre; banco de trás com assento de elevação (booster) até ~1,45 m de altura, em geral por volta dos 10 anos.

Bicicleta, patins e skate

Sempre com capacete e proteções; ande em local seguro, longe do trânsito.

Água

Supervisão de um adulto em piscina, rio, lago ou mar, mesmo que a criança saiba nadar; incentive aulas de natação.

Esportes

Use os equipamentos de proteção adequados para cada modalidade.

Trânsito e escola

Oriente a travessia segura de ruas e a segurança no caminho para a escola.

Sobre o cuidado: Dar autonomia com segurança é um equilíbrio — combine regras claras, use sempre os equipamentos e mantenha a supervisão proporcional à idade.

Sem urgência: Nas consultas de rotina, para orientações de segurança conforme a criança ganha independência.

APSmais
O apoio inteligente da Atenção Primária