

Fonte: OMS, UNICEF, Ministério da Saúde e secretarias de saúde estaduais e municipais.
Para mais informações: www.unicef.org/brazil

TURMA DA Mônica

GUIA UNICEF



© MSP - BRASIL / 2021

TURMA DA Mônica

QUER SABER MAIS?
ACESSE: SAUDE.GOV.BR/CORONAVIRUS OU LIGUE 136

CUIDADOS PARA QUEM VAI À ESCOLA EM TEMPOS DE CORONAVÍRUS



GUIA PARA PAIS, MÃES E RESPONSÁVEIS CONVERSAREM COM AS CRIANÇAS

Depois de meses sem poder frequentar as aulas presencialmente, muitas crianças começaram a ir para a escola. Para que todos fiquem protegidos neste momento da pandemia do novo coronavírus, é preciso tomar alguns cuidados. Criamos este guia com a Turma da Mônica para ajudar as crianças nessa adaptação.



MEDIDAS PARA PREVENIR A COVID-19



MURICLO

O coronavírus é transmitido por gotinhas que ficam suspensas no ar e podem ficar nas superfícies e objetos (mesas, cadeiras, corrimãos, maçanetas...). Quando uma pessoa fala, tosse, espirra ou até mesmo respira, joga essas gotinhas no ar e, se ela estiver contaminada, o coronavírus vai junto.

TURMA DA
mônica®

QUER SABER MAIS?
ACESSE: [SAUDE.GOV.BR/CORONAVIRUS](https://saude.gov.br/coronavirus) OU LIGUE 136

MANTER A DISTÂNCIA



Manter uma distância de pelo menos 1,5 metro ajuda a evitar que uma pessoa passe o vírus para outra. É importante explicar que, neste momento, não é possível estar perto fisicamente dos amigos, mas que manter a distância é para a proteção de todos.

← 1,5m →



RETORNO À ESCOLA

Quando seu filho ou filha chegar à escola, vai encontrar muitas coisas diferentes, por exemplo:



- Pode ter alguém na porta com um termômetro, medindo a temperatura das crianças antes de entrarem na escola, em geral com uma maquininha que é apontada para a testa.



- Pode ser que a criança vá à escola apenas alguns dias na semana, só com parte dos colegas, enquanto os outros assistem à aula pelo computador, celular, ou *tablet*, de casa. No outro dia é seu filho ou filha que vai ficar em casa, enquanto outras crianças estarão na classe.



- Várias cidades e estados estabelecem uma quantidade máxima de alunos por sala de aula. Isto é feito para garantir a distância segura entre os estudantes, ficando algumas carteiras vazias.



- As mesas ou carteiras escolares devem estar a pelo menos 1,5 metro de distância umas das outras. É importante explicar para as crianças que elas devem respeitar a posição das carteiras e não tentar trocar de mesa ou juntar uma com a outra para ficar mais perto dos colegas. A criança pode fazer de conta que está abraçando e dar um tchauzinho para o colega, de longe.

- Talvez a criança precise almoçar ou fazer lanches sem sair da sala de aula, na sua própria mesa. É importante respeitar a orientação da professora. Que tal fazer como na brincadeira "O mestre mandou"? Os professores são os mestres e você deve seguir suas instruções!



MAURICIO

- Conte para a criança que tem uma notícia que a Magali deverá gostar! Não é hora de dividir o lanche, cada um deve comer só o seu e tomar sua água ou bebida sem oferecer aos amigos.





- É importante reforçar com o estudante que sempre se deve manter a distância de pelo menos 1,5 metro entre as pessoas e que isso vale para a entrada e a saída da escola: nada de juntar toda a turma em grandes grupos.



- É preciso respeitar os sinais, como marcações no chão, fitas, barreiras e outros meios usados pela escola para indicar a distância de pelo menos 1 metro de distância nas filas. Converse com suas crianças para que não corram, nem se aproximem demais dos amigos.



- É importante estabelecer regras para as atividades físicas nas aulas de educação física e esportivas, mantendo a distância e o uso da máscara em exercícios leves ou moderados. Os esportes coletivos e atividades que exijam contato corporal devem ser evitados.



- As escolas devem fazer a desinfecção frequente das superfícies de todos os materiais esportivos e dos ambientes nos quais as atividades são praticadas.



- Provavelmente o professor ou professora vai pedir a cada criança que use os materiais e brinquedos sem compartilhar. Tudo vai precisar ser bem limpo antes de ser usado por outro aluno.

A ESCOLA DE SEU FILHO OU FILHA TALVEZ DECIDA:



1. Fazer uma lista de como meninas e meninos se cumprimentarão.



2. Combinar como as carteiras serão organizadas.



3. Pensar em algumas ideias e regras divertidas e criativas com os alunos e alunas para evitar tocar no corrimão ao subir e descer as escadas ou manter as portas da sala de aula abertas para evitar tocar nas maçanetas.



4. Criar lembretes/cartazes divertidos que podem ser pendurados nos corredores para lembrar os outros de seguirem as regras.



5. Combinar como serão as medidas de distanciamento físico durante os intervalos (como os estudantes vão se sentar e brincar durante o recreio).



MANTENDO AS MÃOS LIMPAS

Lavar as mãos é uma das formas mais fáceis e eficazes de **combater os germes**, inclusive o coronavírus. Até o Cascão, conhecido por ter medo de água, passou a lavar as mãos várias vezes por dia.

Você pode ensinar o seu filho ou filha o melhor jeito de deixar as mãos bem limpinhas.



AS CINCO ETAPAS PARA LAVAR AS MÃOS



1. Molhar as mãos com água limpa.



4. Enxaguar as mãos com água.



2. Aplicar sabão suficiente para cobrir as mãos molhadas.



5. Secar as mãos com um pano limpo ou uma toalha de papel descartável.



3. Esfregar todas as superfícies das mãos, incluindo o dorso, entre os dedos e sob as unhas – por pelo

menos 20 segundos. Você pode cantar uma música para ajudar a contar o tempo e tornar a lavagem das mãos mais divertida!



Quando não for possível lavar as mãos na pia, você pode limpar com álcool em gel a pelo menos 70%.

Mas lembre-se que a lavagem com água e sabão é o mais adequado.

QUANDO LAVAR AS MÃOS OU PASSAR ÁLCOOL EM GEL?



- Antes de entrar e depois de sair do transporte escolar;
- Ao chegar na escola (de carro, de transporte escolar, de ônibus);
- Ao entrar e sair da sala de aula;
- Depois de tocar superfícies (maçaneta da porta, por exemplo);
- Depois de tocar materiais de aprendizagem, cadernos e livros;
- Depois de usar um lenço descartável para assoar o nariz;
- Antes de retirar a máscara para comer, beber água ou para colocar uma limpa;
- Depois de retirar a máscara e antes de comer;
- Depois de ir ao banheiro.

A ESCOLA DE SEU FILHO OU FILHA PODE QUERER



- Criar uma música para a higiene das mãos para cantar com os alunos e alunas.
- Pedir que as crianças façam cartazes sobre higiene para a sala de aula.





- Definir um ritual para a hora de lavar as mãos. Escolher um horário específico, como antes/depois do lanche, para que todos lavem as mãos/apliquem álcool em gel 70%.



- Mostrar como lavar as mãos com água e sabão (sempre a forma mais adequada) e higienizar as mãos com o álcool em gel quando não houver água e sabão disponíveis.



- Pedir aos estudantes que criem uma campanha sobre a higiene das mãos e outras medidas de prevenção e que coloquem os cartazes/anúncios produzidos em toda a sala de aula ou espalhados pela escola em locais bem visíveis.

ETIQUETA RESPIRATÓRIA

Tosse e espirro fazem o coronavírus se espalhar pelo ambiente. Sempre que alguém tiver vontade de tossir ou espirrar, precisa **cobrir a boca ou o nariz** com um lenço de papel ou a parte interna do cotovelo, nunca com as mãos. É necessário lavar as mãos em seguida com água e sabão ou passar álcool em gel nas palmas e nos dorsos das mãos, nos dedos, entre os dedos e nos punhos.



monica

*** CRIANÇAS NÃO DEVEM MANUSEAR PRODUTOS DE LIMPEZA, como álcool e desinfetantes. Mesmo o uso de álcool gel por crianças deve ser supervisionado por adultos.**

TODO HERÓI USA MÁSCARA!

É importante verificar as orientações da escola quanto ao uso de máscaras. Talvez a criança tenha que levar máscaras para trocar (em geral, a cada 3 horas – contando o tempo no transporte – ou sempre que a máscara ficar úmida ou suja).



NO CASO DE MÁSCARAS DESCARTÁVEIS

a criança deve levar um saco de plástico para descartá-las dentro dele. O saco plástico com máscaras usadas deve ser bem fechado e descartado no lixo comum, não reciclável, e deve ter a identificação: “**máscaras usadas**”.



NO CASO DE MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS

de tecido, por exemplo, a criança deve levar um saco para guardá-las ao trocar por uma limpa. Pode ser uma bolsinha com zíper ou o que a criança for capaz de fechar com facilidade.



AS MÁSCARAS LIMPAS

devem ficar num saco ou bolsinha separados, com uma cor diferenciada. Assim, a criança saberá onde colocar as máscaras sujas. Você pode escrever ou fazer um desenho que ajude seu filho ou sua filha a saber em que bolsa guardar a **máscara limpa** e em qual colocar a máscara usada.

ATENÇÃO: NÃO COLOCAR A MÃO NA FRENTE DA MÁSCARA!

Antes de colocar e depois de tirar, lave as mãos com água e sabão ou limpe com álcool em gel. Ah!! E tem que usar direitinho!
Nada de nariz, boca e queixo de fora!!!

USO DE MÁSCARAS: QUANTOS ANOS SEU FILHO OU SUA FILHA TEM?

CRIANÇAS ATÉ 5 ANOS



Em geral, **crianças de até 5 anos não devem usar máscaras**, mas outras medidas de prevenção e controle devem ser adotadas, como lavagem das mãos, distanciamento físico/social e etiqueta respiratória.

Entretanto, podem haver outras situações específicas a considerar como:

1. A presença de pessoas do grupo de risco no ambiente familiar.

2. Legislações sanitárias locais para o uso de máscaras.

3. Situações de saúde de cada criança.

Estes fatores devem ser considerados ao determinar se crianças de 5 anos de idade ou menos precisam usar máscara.

Caso se decida pelo uso de máscaras em crianças de até 5 anos, é preciso **garantir que elas sejam supervisionadas por um adulto**, especialmente se o uso ocorrer por um longo período de tempo. Isso deve ser feito para se evitar qualquer dano potencial associado ao uso de máscara pela criança.

Outro importante fator a ser considerado é a **aceitação do uso de máscara pela criança**, que deve ser tratada com paciência, tolerância e respeito à adaptação e ao seu tempo.

CRIANÇAS ENTRE 6 E 11 ANOS

Crianças entre 6 e 11 anos: o uso de máscaras depende de outros fatores de risco, como intensidade de transmissão na área na qual você mora, as regras de sua cidade e a situação pessoal e familiar.

O uso de máscaras por crianças, principalmente abaixo de 10 anos, **deve ser sempre supervisionado por adultos**, que precisam estar atentos para que o item de proteção não atrapalhe a respiração e para que elas não encostem sua mão na parte da frente da máscara.



ADOLESCENTES COM 12 ANOS OU MAIS

Adolescentes com 12 anos ou mais devem seguir as mesmas instruções de uso de máscara em adultos, seguindo as diretrizes nacionais e a legislação sanitária dos estados e municípios.



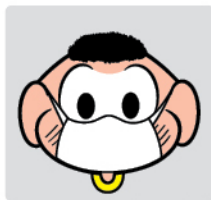
ATENÇÃO: Crianças com deficiências cognitivas ou respiratórias graves, que têm dificuldade em tolerar a máscara, não devem, em nenhuma circunstância, serem obrigadas a usá-la. Considerar o uso de protetor de face adequado à idade.



TURMA DA
mônica®

QUER SABER MAIS?
ACESSE: [SAUDE.GOV.BR/CORONAVIRUS](https://saude.gov.br/coronavirus) OU LIGUE 136

USO DE MÁSCARAS NAS ESCOLAS



O uso de máscaras por crianças e adolescentes nas escolas deve ser considerado apenas como parte de uma estratégia abrangente (que inclui lavagens das mãos, etiqueta respiratória e distanciamento físico) para limitar a disseminação da COVID-19.

A nenhuma criança e nenhum adolescente deve ser negado o acesso à escola por falta de máscara devido a condições socioeconômicas. Nesses casos, a escola deve prover esse item para estudantes.



O uso de máscaras por crianças com perda auditiva ou problemas auditivos pode representar barreiras à aprendizagem e outros desafios. Essas crianças podem perder oportunidades de aprendizagem por causa da eliminação de leitura labial e expressões do locutor – decorrentes do uso de máscaras – e do distanciamento físico. Máscaras transparentes podem ser uma alternativa às máscaras de tecido.

ALERTA AOS PROFESSORES, PAIS, MÃES E RESPONSÁVEIS



Coriza



Dor de ouvido



Dor de garganta



Dor de cabeça

Os sintomas mais comuns de covid-19 que as crianças apresentam são os de um resfriado, como **febre, coriza, dor de ouvido, dor de garganta e dor de cabeça**.

Vômitos e diarreia podem ocorrer em até 57% dos casos, dependendo da idade. Elas também podem apresentar respiração acelerada e chiado no peito. Crianças com sintomas de resfriado ou com vômitos e diarreia não devem ir para a escola.

ATENÇÃO AOS SINTOMAS

A família precisa estar atenta aos sintomas. Qualquer piora do estado da criança ou apresentação de sintomas respiratórios deve ser um sinal de alerta e ela deve ser levada imediatamente para avaliação médica.

Se a criança estiver na escola e apresentar **febre, coriza, dor de cabeça, vômitos ou diarreia**, deve ser levada com muita calma, cuidado e carinho para uma sala reservada e ser colocada nela uma máscara cirúrgica, enquanto aguarda pela chegada dos pais ou responsáveis.



CASO HAJA ALGUÉM EM CASA COM SINTOMAS OU COM COVID-19

confirmada, a criança também deverá permanecer em casa pelo período de 10 a 14 dias após o aparecimento dos sintomas na pessoa.

CHECKLIST PARA OS PAIS, MÃES OU RESPONSÁVEIS



- 1.** Crianças que apresentem sintomas, mesmo que sejam leves, devem ficar em casa no mínimo por 10 dias;
- 2.** Se alguém na casa está com sintomas gripais ou com covid-19 confirmada, a criança **deve ficar em casa no mínimo por 10 dias**;
- 3.** Seguir a orientação da escola sobre o horário e o local de entrada e saída e evitar aglomeração (manter distância de 1,5 m das outras pessoas);
- 4.** **Providenciar máscaras** suficientes para trocar a cada 3 horas. A criança deve trocá-la antes, se ficar úmida, suja ou danificada;
- 5.** **Máscaras limpas** devem estar em um saco ou bolsa que a criança saiba abrir e fechar. Algumas escolas fornecem as máscaras;

- 6.** Providenciar saco para descarte de máscara descartável usada ou para guardar a máscara de tecido reutilizável;
- 7.** Providenciar álcool em gel a 70%, conforme medidas de higienização das mãos;
- 8.** Enviar lanches, garrafa de água e talheres (se for o caso), conforme orientação da escola, caso o estabelecimento de ensino não os forneça;
- 9.** Ajudar o estudante a se organizar no estudo presencial e/ou on-line. Pode ser um pouco difícil no começo, mas é importante dar apoio sempre.

NA ESCOLA, é importante garantir que portas e janelas fiquem abertas o maior tempo possível, nos diversos espaços: sala de aula, sala da direção, sala da coordenação pedagógica, cantina, biblioteca etc. Ar-condicionado não é recomendável. Se não houver outra possibilidade, é necessário fazer a higienização e a limpeza do equipamento com maior regularidade. É preciso, também, garantir a ventilação no transporte escolar.

Quer saber mais?

www.coronavirus.saude.gov.br

www.paho.org.br

www.unicef.org.br

Disque saúde: 136 (ligação grátis)

Para consultar outros materiais para prevenção
da covid-19 com a Turma da Mônica:

www.turmadamonica.com.br/juntoscontraocoronavirus

Apoio:



*MAURICIO
DE SOUSA*
PRODUÇÕES



As informações são atualizadas pelo Ministério da Saúde com frequência.
Para saber mais, acesse o site ou ligue para o número de telefone que constam no guia.