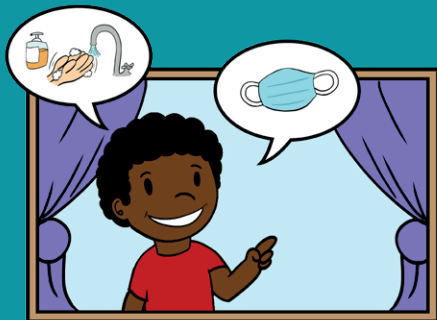




Uma realização de Núcleo de Estudos e Pesquisa do Programa de Assistência Primária de Saúde Escolar (*PROASE*), Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo (*EERP-USP*) - *WHO Collaborating Center for Nursing Research Development*, Departamento de Enfermagem Materno-Infantil e Saúde Pública (*DEMISP*), Programa de Pós-Graduação Enfermagem em Saúde Pública, Programa Interunidades de Doutorameto em Enfermagem.

Olá pessoal, acho que todo mundo já entendeu que precisamos manter o distanciamento, nada de aglomeração neste momento.



Ou seja, quem puder deve ficar **na sua casa!**

Também é preciso usar máscara e lavar bem as mãos para se proteger da Covid-19.

MAS, AFINAL, O QUE É A COVID-19?

É uma doença, causada por um vírus, que se chama SARS CoV 2. É um vírus muito perigoso, que deixa muitas pessoas doentes, que podem precisar ir para o hospital para tratamento.

Ele está em todo lugar!





Muitas pessoas podem estar com o vírus no seu corpo, mas não demonstram nenhum sinal ou sintoma da doença. Quando a pessoa apresenta algum sinal ou sintoma, os mais comuns são: **cansaço, tosse, febre, coriza, dificuldade para respirar, dor de garganta.**

Se uma pessoa está com o vírus no corpo, mesmo que ela não esteja com sinais e sintomas da doença, ela pode transmitir o vírus para outras pessoas, transmitindo o vírus quando elas tosse ou espirram e, algumas destas pequenas gotinhas que saem da boca contendo



o vírus, infectam os objetos do ambiente, como uma mesa, um corrimão, uma caneta, a roupa, etc.

Se encostarmos nesses locais com a mão e depois levar à boca, nos olhos ou no nariz, podemos pegar o vírus.

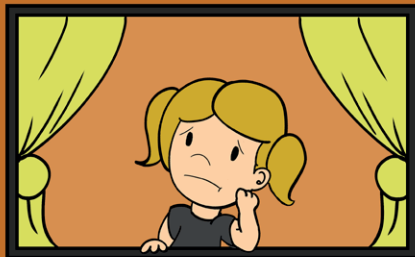
Além disso, se a gente se abraça, beija ou aperta a mão de alguém que está com o vírus, a gente também pode se contaminar.

PARA A GENTE NÃO PEGAR ESSA DOENÇA, PRECISAMOS FAZER O SEGUINTE:



- Manter distanciamento de pelo menos 2 metros de outras pessoas;
- Não colocar as mãos na boca, nos olhos e no nariz, se elas não estiverem lavadas pois o vírus pode estar espalhado em qualquer lugar;
- Devemos sempre lavar as mãos, várias vezes ao dia, por aproximadamente 20 segundos e quando não for possível usar água e sabão para lavá-las, devemos passar álcool em gel;
- Sempre limpar os nossos brinquedos e tudo o que usamos em casa como mesas, celulares, mouses, teclados, óculos e outros objetos pessoais;
- Quando der vontade de tossir ou espirrar, se não estiver de máscara, você pode cobrir o nariz e a boca com um lenço de papel ou com o braço (cotovelo flexionado), mas não cubra com as mãos;
- Sempre que quiser sair de casa, saia de máscara e lembre seus familiares de fazer o mesmo.
- O único jeito de não pegar o vírus e não o transmitir, é ficando em casa, sempre que possível.
- O importante é que a máscara seja feita nas medidas corretas e cubra totalmente a boca e o nariz. Crianças menores de 2 anos não é recomendado usar máscaras.

A gente sabe que ficar em casa sem ir à escola não é bom, mas nessa época de pandemia é o melhor jeito.



Apesar do isolamento social ser uma realidade agora, para alguns amiguinhos está difícil, e o isolamento não deve significar abandono. Muitas crianças não têm uma vida feliz e saudável em casa.

Alguns coleguinhos sofrem e choram muito quando estão em casa. Sofrem castigos em que ficam muito machucados.

Tem amigos que não contam para ninguém quando isso acontece. Por isso, temos que cuidar uns dos outros e se percebermos algum de nossos colegas agindo diferente



do normal (**mais tristes, desanimados, calados, pensativos, etc**), é preciso conversar com um adulto que a gente confie.

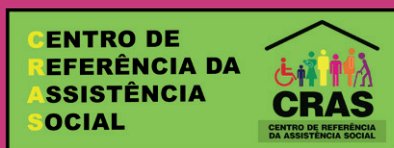
Quando algo machuca, deixa a gente triste ou com sensações ruins, é preciso falar com alguém, e isso **NÃO PODE SER UM SEGREDO.**



Mas existem algumas maneiras de ajudar nossos amigos que estão em apuros.

Existem lugares muito legais, que podem nos dar apoio e orientações, quando algo de ruim acontece!

O CRAS (Centro de Referência da Assistência Social) é um lugar bem divertido, em que eles fazem atendimentos, dão orientação e apoio para as famílias que precisam de ajuda. Acontecem oficinas para as crianças e adolescentes também.



Lá, eles falam sobre leis e direitos sociais, como direito à educação e saúde, e principalmente, sobre as leis que falam que **crianças e adolescentes devem morar em casas seguras e protegidos de todo mal**. É uma proteção básica para as nossas famílias!



Existe também um outro lugar chamado CREAS (Centro de Referência Especializado da Assistência Social). Lá, as pessoas são acolhidas com muito carinho e atenção; são atendimentos para as pessoas com direitos que não estão sendo respeitados.

Ou seja, se um amiguinho está sendo maltratado e ele precisa de ajuda, os profissionais do CREAS fazem os atendimentos dessa família, para que eles recebam ajuda e parem de desrespeitar o colega. Por isso, o CREAS é uma proteção bem especial!

No **Conselho Tutelar,** ficam os conselheiros que defendem os direitos das crianças e adolescentes.



Eles fazem de tudo para nos proteger! Eles também dão apoio e orientação para as famílias, direcionam e encaminham para o lugar certo, se a família precisar de ajuda de outros serviços! Eles cumprem tudo o que está no nosso estatuto, o ECA.

O ECA, é o Estatuto da Criança e do Adolescente. É uma lei de 1990.



No ECA, estão todos os direitos das crianças e dos adolescentes, que devem ser cumpridos pelas famílias, pela sociedade e pelos governos.

É bom que a gente conheça essa lei e quando a gente precisar, já sabemos com quem podemos contar para garantir nossa segurança, nossa proteção e nossos direitos!



Fique em casa, sempre que puder, para se proteger do Coronavírus!

E se souber de algum coleguinha ou familiar que está sendo maltratado por qualquer razão, peça ajuda. Sofrer não pode ser segredo!

Realização:

Núcleo de Estudos e Pesquisa do Programa de Assistência Primária de Saúde Escolar (PROASE), Departamento de Enfermagem Materno-Infantil e Saúde Pública (DEMISP), Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo (EERP-USP) - WHO Collaborating Center for Nursing Research Development 14.040.902, Programa de Pós-Graduação Enfermagem em Saúde Pública, Programa Interunidades de Doutorameto em Enfermagem

Apoio:



Coordenação do PROASE:

Maria das Graças Carvalho Ferriani: Enfermeira. Professora Dra. Titular do Departamento de Enfermagem Materno Infantil e Saúde Pública da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo. (EERP-USP).
Marta Angélica Iossi Silva: Enfermeira. Professora Dra. Associada do Departamento de Enfermagem Materno Infantil e Saúde Pública da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo. (EERP-USP).

Doutorandos:

Ana Beatriz Campeiz
Cintia Aparecida da Silva
José Eurípedes Martins: Psicólogo
Lia Brioschi Soares
Luana Cristina Silveira Gomes

BRASIL. Conselho Nacional de Assistência Social. Conselho Nacional dos Direitos da Criança e do Adolescente. Orientações técnicas: serviços de acolhimento para crianças e adolescentes. Resolução conjunta nº1, de 18 de junho de 2009. Brasília, 2009.

BRASIL. Lei no 8.069, de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil, Brasília, DF, 16 jul. 1990. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/LEIS/L8069.htm#art266>. Acesso em: 31 ago. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Coronavírus (covid-19). Disponível em: <https://coronavirus.saude.gov.br/sobre-a-doenca#o-que-e-covid>. Acesso em: 16 jun. 2020

Sposati A. Modelo brasileiro de proteção social não contributiva: concepções fundantes. In: Sposati A, organizador. Concepção e gestão da proteção social não contributiva no Brasil. Brasília: Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome/Organização das Nações Unidas para Educação, a Ciência e a Cultura; 2009.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Orientações Técnicas: Centro de Referência de Assistência Social – CRAS. Brasília: MDS, 2009.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. Departamento Científico de Adolescência. Departamento Científico de Pediatria do Desenvolvimento e Comportamento O uso de máscaras faciais em tempo de COVID-19 por crianças e adolescentes: uma proposta inicial. Disponível em: <https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/22543e-NA_-_O_uso_mascaras_faciais_em_COVID19_por_crc_e_adl__1_.pdf> Acesso em: 31 ago. 2020.

Cartilha educativa Não ao corona
vírus, sim a proteção, 2020.