



VOLTA ÀS AULAS COM SEGURANÇA

Em tempos de Covid-19



Por Dra. Rejane Casagrande

Sobre a autora

Dra. Rejane Casagrande



É médica pediatra, mestre em pediatria e especialista em alergia e imunologia pelo Instituto da Criança do Hospital das Clínicas, vinculado à Faculdade de Medicina da USP. Com mais de 20 anos de experiência, realiza atendimento em consultórios (Pinheiros e Campo Belo) e no Hospital Sírio Libanês.

Volta às Aulas e COVID-19



Com o aumento de casos de COVID em decorrência da variante Ômicron, surge a dúvida: é seguro mandar meu filho para a escola? Preparei o material abaixo para trazer mais segurança aos pais na hora de mandar os filhos de volta à escola.

Os últimos dois anos de pandemia mostraram que a falta de aulas presenciais não afeta apenas o aprendizado, mas também causa efeitos indiretos na saúde tanto física quanto mental das crianças.

Obesidade, ansiedade e depressão foram alguns dos efeitos observados durante esse período. Daí a importância da volta às aulas presenciais.

Para que todos fiquem protegidos é preciso reforçar alguns cuidados:





Devo vacinar meu filho antes dele ir para escola?

Sim! Agora que a vacinação já está liberada para a faixa etária de 5 a 11 anos, mães, pais e responsáveis devem levar seus filhos para se vacinarem com a vacina da Pfizer ou Coronavac, ambas são seguras e eficazes.



DRA. REJANE CASAGRANDE

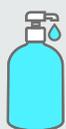
Como devo orientar meu filho(a) antes dele(a) sair de casa?



Usar máscara o tempo todo, sem exceção;



Higienizar as mãos no intervalo maior entre as aulas;



Passar álcool gel com frequência durante o período em que estiver na escola;



Trocar a máscara a cada 2 horas ou quando estiverem úmidas;



Para retirar a máscara, o correto é pegar pelos elásticos laterais e não tocar na frente da máscara;



Atenção: é importante enviar um saquinho com máscaras novas e um outro para descarte das máscaras usadas.



Qual a melhor máscara para levar?

O ideal é o uso de máscaras cirúrgicas de uso hospitalar com 3 camadas ou o modelo N95/PFF2, por conta do momento de alta transmissibilidade da pandemia. É importante verificar um modelo que se ajuste ao rosto de forma correta, sem ficar sobrando espaços nas laterais. Isso garante segurança e conforto para a criança, evitando o manuseio constante no caso de máscaras mal ajustadas.



DRA. REJANE CASAGRANDE

Quando não devo levar meu filho à escola?

Caso apresente sintomas como febre, tosse seca, coriza, congestão nasal, cansaço, dificuldade para respirar, diarreia, dor de garganta, dor de cabeça e dor no corpo. Um detalhe importante nas infecções atuais pela variante Ômicron, os sintomas iniciais podem ser bem leves, e as vezes serem confundidos com uma crise de rinite ou um resfriado comum. Daí a importância de só levar seu filho(a) para a escola se ele estiver totalmente assintomático.



DRA. REJANE CASAGRANDE



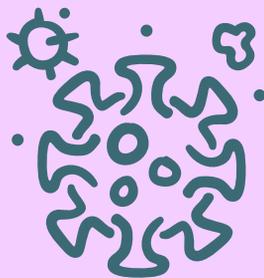
Se seu filho(a) apresentar qualquer sintoma mesmo que seja muito leve é melhor observar em casa e avaliar a evolução. Caso exista contato próximo com alguém da família que esteja com suspeita de Covid-19 ou um caso confirmado também é necessário não frequentar a escola.



DRA. REJANE CASAGRANDE

No caso de confirmação da Covid-19 ou de contato próximo , qual é o período de afastamento?

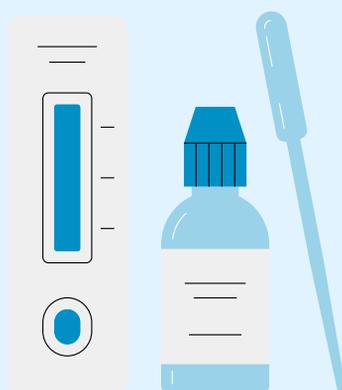
Se a criança e/ou adolescente estiver sintomática da Covid-19, o período de isolamento deve ser de 10 dias , mas o retorno às aulas no décimo dia somente deve ser liberado se a criança estiver totalmente recuperada e sem sintomas . Caso a criança e/ou adolescente teve contato com alguém da família ou amigo com Covid-19 e não apresentou nenhum sintoma, o período de isolamento pode ser de 7 dias a partir do dia do contato.



Devo fazer o teste para Covid-19 no final do isolamento para retornar às aulas ?

Devido ao atual momento de escassez de testes, se o isolamento for feito da forma adequada e a criança e/ou adolescente estiver sem sintomas no final do isolamento, não é necessário realizar teste para retornar às aulas. Mas se puder fazer o teste, é sempre mais seguro.

Obs.: verifique na escola do seu filho(a) se existe algum protocolo para o retorno.



Meu filho(a) é do grupo de risco, devo levá-lo à escola?

Atualmente as aulas presenciais são obrigatórias, em caso de algum impedimento mais sério, os pais devem conversar com a direção da escola.



Levar lanchinho de casa ou comprar na escola?

Nesse momento de pandemia é mais seguro levar o lanche de casa, assim a criança e/ou o adolescente evita aglomerações na hora da compra na cantina. E não se esqueça de mandar também a garrafa de água.



***Siga minhas redes
sociais para mais dicas:***



@drarejanecasagrande



facebook.com/Dra-Rejane-Casagrande

Obrigada!



DRA. REJANE CASAGRANDE