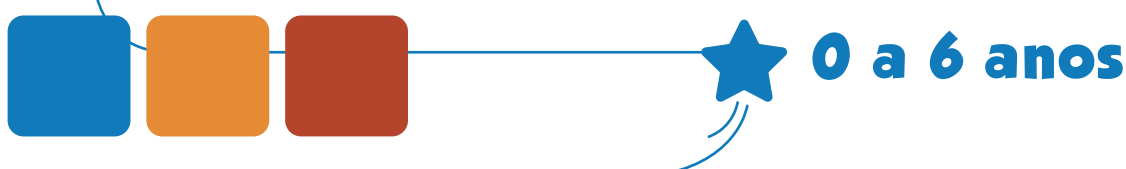




## Do meu nariz, cuidado eu



As famílias foram convidadas a assistir ao vídeo acima e observar alguns procedimentos importantes para a correta limpeza do nariz. Isso deve ser feito desde cedo, pois, por meio da coriza e de secreções eliminadas pela tosse e pelo espirro, as crianças podem transmitir vírus e bactérias entre si ou para adultos.

### LEIA O CARDE ASSISTA AO VÍDEO.

Ao realizarem a limpeza nasal em casa, algumas dúvidas surgiram, como por exemplo:

# 1

#### MINHA CRIANÇA É MUITO PEQUENA. COMO PODE PERCEBER QUÊ SEU NARIZ ESTÁ SUJO?

A melhor maneira de a criança começar a perceber o que acontece com o seu corpo é compartilhando com ela as ações. Portanto, quando o nariz da criança estiver escorrendo, o ideal é que o adulto fale sobre isso com ela e, quando possível, deixe-a se observar no espelho. Se a criança for bem pequena, é muito importante que o adulto avise que limpará seu nariz, pois geralmente ela se incomoda quando alguém repentinamente faz isso. À medida que a criança é envolvida nessas ações, passa a perceber as necessidades de cuidado consigo mesma.

# 2

#### COMO A CRIANÇA PODE APRENDER A LIMPAR O PRÓPRIO NARIZ?

Aos poucos e com a ajuda de outras pessoas. Aquele que cuida pode compartilhar a intenção do gesto, mesmo que a criança seja ainda muito pequena. Pode dizer, por exemplo, que o nariz está escorrendo e que limpá-lo fará com que ela se sinta melhor. Em situações como essa, um pedaço de papel pode ser oferecido à criança para que ela ensaie alguns gestos, mas é importante que os responsáveis finalizem a iniciativa, garantindo a correta higiene do nariz. Quanto mais a criança é envolvida, mais aprenderá a cuidar de si.



### FICA A DICA

- A lavagem das mãos com sabão após a limpeza do nariz é essencial. Quando isso não for possível, o álcool gel é uma boa alternativa, como mostra o vídeo na escola.
- As famílias podem enviar observações ou uma fotografia da criança em qualquer situação que envolva o cuidado com o nariz.
- Uma galeria de fotos pode ser organizada e compartilhada sobre as aprendizagens visíveis (por exemplo, o acesso da criança ao papel, alguma sutileza nos gestos no cuidado com os bebês, um espelho para ajudar a criança a se limpar, o espaço organizado, a lavagem de mãos após limpeza, etc.).



### PARA SABER MAIS

Clique no link abaixo:

[Jeitos de cuidar](#)

