

SECRETÁRIA

COMISSÁRIO

VICE-GOVERNADORA

GOVERNADORA

DEPARTAMENTO DE SAÚDE PÚBLICA DE MASSACHUSETTS

**Departamento de Saúde Pública de Massachusetts oferece**

**Orientações de Segurança para o Verão**

**BOSTON** (12 de junho de 2023) - Com a chegada do verão, o Departamento de Saúde Pública de Massachusetts (DPH) lembra aos residentes para tomarem precauções sensatas recomendadas para manter todos, especialmente as crianças pequenas, seguros neste verão.

**Prevenir picadas de carrapatos**

Certos tipos de carrapatos podem picar e transmitir doenças como a doença de Lyme e o vírus de Powassan. Os carrapatos são mais comumente encontrados em áreas úmidas, gramadas, arbustivas ou arborizadas, incluindo o seu próprio quintal. Os carrapatos se prendem apenas quando há contato direto com eles - eles não pulam nem voam. Siga estas etapas para ajudar a se proteger contra picadas de carrapatos:

* Verifique-se diariamente quanto à presença de carrapatos. Essa é a medida importante que você pode tomar.
* Use repelentes com um princípio ativo registrado pela EPA, sempre seguindo as instruções do rótulo.
* Se o tempo permitir, use camisas de manga comprida e de cores claras, e calças compridas enfiadas nas meias. Isso ajudará a manter os carrapatos longe de sua pele e facilitará a identificação de carrapatos em suas roupas.
* Depois de passar algum tempo ao ar livre, um banho pode ajudar a enxaguar qualquer carrapato antes que ele se prenda. Além disso, colocar as roupas na secadora em temperatura alta por 10 minutos também pode ajudar a matar os carrapatos.
* Animais de estimação que passam tempo ao ar livre também estão expostos a carrapatos e podem trazê-los para dentro de casa. Converse com seu veterinário sobre as melhores maneiras de proteger seus animais contra carrapatos e doenças transmitidas por carrapatos.

**Prevenir picadas de mosquito**

A Encefalite Equina Oriental (EEL) e o vírus do Nilo Ocidental (WNV) são duas doenças transmitidas por mosquitos que ocorrem em Massachusetts. Embora não tenha havido casos de EEL em Massachusetts no ano passado, houve oito pessoas com WNV. A vigilância de mosquitos é essencial para monitorar a atividade no decorrer do verão. O DPH publica atualizações sobre a atividade ao longo da estação na página de [Atualização sobre o Arbovírus de Massachusetts](https://www.mass.gov/info-details/massachusetts-arbovirus-update).

Embora o risco de infecção humana por EEL ou WNV não ocorra até meados ou final do verão, as pessoas têm um papel importante a desempenhar na proteção contra essas doenças, que podem ser muito graves. Para se preparar para a temporada de mosquitos:

* Drene a água parada dentro e ao redor de sua casa ou quintal para evitar a reprodução de mosquitos.
* Repare telas de janelas e portas para manter os mosquitos fora de sua casa.
* Use um repelente de mosquitos com um ingrediente registrado pela EPA de acordo com as instruções.
* Use camisas de manga comprida, calças compridas e meias para reduzir a exposição da pele quando o tempo permitir.

Para obter mais informações sobre a prevenção de doenças transmitidas por mosquitos e carrapatos, visite a página [Mosquitos e Carrapatos](https://www.mass.gov/mosquitoes-and-ticks) do DPH.

**Segurança na Água e em Piscinas**

O afogamento é uma das principais causas de morte entre crianças pequenas, tanto nacionalmente quanto em Massachusetts, sendo que as piscinas residenciais representam o maior risco para crianças com menos de 5 anos de idade. Para ajudar a prevenir lesões relacionadas à água e afogamentos:

* Supervisione crianças dentro e ao redor da água o tempo todo.
* Sempre que bebês e crianças pequenas estiverem dentro ou perto da água, incluindo banheiras, um adulto deve estar sempre a um braço de distância, supervisionando com contato.
* Ensine às crianças pequenas a sempre pedir permissão antes de se aproximar da água.
* Não mergulhe de cabeça na água.
* Não nade durante uma tempestade ou quando houver raios.
* Separe completamente a casa e a área de lazer do quintal da área da piscina com uma cerca. Considere o uso de travas automáticas nas portas ou alarmes para impedir o acesso.
* Remova boias, bolas e outros brinquedos da piscina após o uso para que as crianças não se sintam tentadas a alcançá-los. Após as crianças terminarem de nadar, proteja a piscina para que elas não consigam entrar novamente.
* Mantenha equipamentos de resgate (como um gancho ou um colete salva-vidas) e um telefone próximo à piscina.
* No caso de crianças que não sabem nadar, use um colete salva-vidas devidamente ajustado e aprovado pela Guarda Costeira dos EUA. O DPH, em cooperação com a USCG, criou um vídeo de teste de ajuste que pode auxiliar no ajuste adequado dos coletes salva-vidas: <https://youtu.be/1I3VZf-NqPc>.
* Não use brinquedos como “boias infláveis” ou “macarrão" no lugar de coletes salva-vidas. Eles não foram projetados para manter os nadadores seguros.

Em áreas públicas de natação:

* Escolha locais de natação que tenham salva-vidas sempre que possível, e nade somente em áreas designadas para natação.
* Sempre nade acompanhado por um amigo.
* Procure por sinalização em praias. O DPH coleta [dados sobre a qualidade da água das praias](https://www.mass.gov/beach-water-quality) e informa o público sobre os níveis de bactérias para minimizar doenças e lesões associadas à natação.
* Saiba os limites das suas habilidades de natação. Por meio do programa [Aprenda a Nadar](https://www.mass.gov/service-details/learn-to-swim), o estado oferecerá aulas de natação gratuitas para crianças em piscinas selecionadas em todo o Estado a partir de julho de 2023.

Considere a possibilidade de se tornar um salva-vidas: o Estado está recrutando salva-vidas em suas praias no interior e na costa, bem como em piscinas. Este ano, a administração Healey-Driscoll aumentou o pagamento por hora para funcionários de piscinas e beira-mar para entre US$ 22 e US$ 27. Os candidatos qualificados podem receber até US$ 1.000 em bônus de contratação. Para obter mais informações, visite o [site de salva-vidas](http://www.mass.gov/lifeguards) do Departamento de Conservação e Recreação.

**Segurança de janelas**

As quedas são a principal causa de lesões em crianças. As quedas de janelas envolvendo crianças pequenas são especialmente graves e podem ser evitadas. As telas não são suficientemente fortes para proteger as crianças de quedas de janelas. Para prevenir quedas de janelas, pais e cuidadores devem:

* Manter os móveis, bem como qualquer coisa na qual a criança possa escalar, longe das janelas.
* Abrir as janelas por cima e não por baixo, quando possível, e trancar todas as portas e janelas que não estiverem abertas.
* Certificar-se de que as crianças estejam sempre supervisionadas.
* Instalar proteções de liberação rápida nas janelas, que podem ser encontradas na maioria das lojas de ferragens.

Para saber mais sobre a prevenção de lesões infantis, visite o site do [programa de prevenção e controle de lesões](https://www.mass.gov/orgs/injury-prevention-and-control-program) do DPH.

Outras dicas sobre prevenção de quedas entre crianças podem ser encontradas no [site de prevenção de quedas](https://www.cdc.gov/injury/features/child-injury/index.html) dos Centros de Controle e Prevenção de Doenças dos EUA.

**Segurança em automóveis**

Deixar crianças e animais dentro de um veículo pode ser muito perigoso. Nos meses de verão na Nova Inglaterra, a temperatura dentro de um carro fechado pode aumentar rapidamente, tornando o veículo um lugar mortal para uma criança ou animal deixado lá, mesmo que por apenas um momento.

Para manter crianças pequenas e animais seguros dentro e ao redor de carros:

* Nunca deixe crianças ou animais sozinhos em um veículo estacionado, mesmo quando estiverem dormindo ou contidos, e mesmo se as janelas estiverem abertas.
* Sempre verifique o interior do veículo - na frente e atrás - antes de trancar a porta e se afastar.
* Se uma criança estiver desaparecida, verifique primeiro o seu veículo, incluindo o porta-malas.
* Faça coisas para se lembrar que há uma criança ou animal no veículo, como colocar sua bolsa ou pasta no banco de trás para que você verifique lá ao sair do veículo.
* Sempre tranque o carro e mantenha as chaves fora do alcance das crianças.
* Assegure supervisão adequada quando as crianças estiverem brincando em áreas próximas a veículos estacionados.

**Se vir uma criança ou um animal sozinho em um veículo quente, chame a polícia. Se estiverem em perigo devido ao calor, tire-os de lá o mais rápido possível e ligue para a emergência imediatamente.**

Lembre-se, todas as crianças de até 12 anos devem viajar no banco traseiro, devidamente restritas, mesmo em viagens rápidas. Bebês e crianças pequenas devem permanecer em cadeirinhas voltadas para trás até atingirem o peso ou altura máxima permitida pelo fabricante da cadeirinha de segurança para carros. No mínimo, as crianças devem viajar voltadas para trás até que tenham pelo menos 1 ano de idade e pesarem pelo menos 9 kg. Você pode encontrar mais informações sobre segurança de passageiros infantis no [site](https://www.mass.gov/info-details/transportation-safety-and-injury-prevention) do DPH.

**Prevenção de exposições à raiva**

Todos os mamíferos (animais com pelos) podem contrair raiva e, em geral, são encontrados mais de 100 animais com raiva a cada ano em Massachusetts. A maioria desses casos ocorre em animais selvagens, como guaxinins, gambás, morcegos, marmotas e raposas, mas alguns animais de estimação (especialmente gatos) e animais de fazenda também contraem raiva.

As pessoas podem ser expostas ao vírus da raiva quando um animal infectado as morde ou quando a saliva do animal entra em um arranhão ou nos olhos, nariz ou boca da pessoa. Pessoas que forem mordidas ou arranhadas por um animal, ou que encontrarem um morcego em um quarto onde alguém estava dormindo, ou junto de uma criança pequena ou um animal de estimação, devem entrar em contato com o conselho de saúde local ou com a Divisão de Epidemiologia do DPH pelo telefone 617-983-6800 para receber orientações.

Outras medidas de prevenção contra a raiva incluem:

* Ensinar as crianças a nunca se aproximarem de animais que não conhecem, mesmo que pareçam amigáveis.
* Denunciar qualquer animal que pareça doente ou ferido ao agente do departamento de zoonoses.
* Observar os animais selvagens à distância e não os manter como animais de estimação.
* Garantir que os animais de estimação estejam vacinados contra a raiva. Por lei, todos os cães, gatos e furões devem ser vacinados regularmente contra a raiva.
* Não deixar comida ou água para os animais de estimação do lado de fora. Mesmo tigelas vazias atrairão animais selvagens e de rua.
* Não deixar animais de estimação vagarem livremente. Mantê-los em um quintal cercado ou na coleira.
* Manter o lixo bem coberto. O lixo aberto atrairá animais selvagens ou de rua.
* Manter as chaminés cobertas e consertar buracos em sótãos, porões e varandas para ajudar a manter animais selvagens, como morcegos e guaxinins, fora de casa.

###