

TRANSPORTE DO RECÉM-NASCIDO NO AUTOMÓVEL

As crianças são seres humanos delicados, que confiam em nós para que cuidemos delas com toda a segurança. E nós adultos, será que correspondemos a essa confiança? Até que ponto é que as protegemos devidamente quando as transportamos de carro?

Os acidentes rodoviários são a principal causa de morte e incapacidade temporária ou definitiva em crianças e jovens, em Portugal. A criança deve ser sempre transportada no automóvel com um sistema de retenção (cadeiras) adequado ao peso e à idade da criança.

A primeira viagem do recém-nascido em automóvel deve ser segura, motivo pelo qual é fundamental sair da maternidade já numa cadeira apropriada.

Independentemente da segurança é obrigatório por lei proceder a estes cuidados de transporte como definido no código da estrada vigente em Portugal (Artigo 55º):

1 - As crianças com menos de 12 anos de idade e menos de 150 cm de altura, transportadas em automóveis equipados com cintos de segurança, devem ser seguras por sistema de retenção homologado e adaptado ao seu tamanho e peso.

2 - O transporte das crianças referidas no número anterior deve ser efectuado no banco da retaguarda, salvo nas seguintes situações:

a) Se a criança tiver idade inferior a 3 anos e o transporte se fizer utilizando sistema de retenção virado para a retaguarda, não podendo, neste caso, estar activada a almofada de ar frontal no lugar do passageiro;

b) Se a criança tiver idade igual ou superior a 3 anos e o automóvel não dispuser de cintos de segurança no banco da retaguarda, ou não dispuser deste banco.

3 - Nos automóveis que não estejam equipados com cintos de segurança é proibido o transporte de crianças de idade inferior a 3 anos.

4 - Nos automóveis destinados ao transporte público de passageiros podem ser transportadas crianças sem observância do disposto nos números anteriores, desde que não o sejam nos bancos da frente.

5 - Quem infringir o disposto nos números anteriores é sancionado com coima de € 120 a € 600 por cada criança transportada indevidamente.

Quando escolhermos o sistema de retenção (SR/cadeira/cadeirinha) devemos ter presente vários critérios de decisão:

1º - Possuir a etiqueta “E”. Esta dá-nos a certeza que cumpre os critérios de segurança para o transporte da criança. Na etiqueta **E** poderemos ver várias inscrições que fornecem informações importantes (Fig.1)

a) - Categoria a que pertence a cadeira - devemos escolher a Universal pois significa que poderá ser usada em todos os veículos.

b) - Grupo de peso – Esta informação é muito importante pois é o dado mais adequado para a escolha da cadeira ao longo do crescimento da criança (Ver Quadro I)

c) - “E” seguido de um número. Este número identifica o país de origem da cadeira.

d) - Número de aprovação – É o número de aprovação da cadeira e que deverá começar com 03, pois significa que este SR foi submetido às normas internacionais mais recentes, que presentemente é o R 44/03 da ECE/ONU.

2º - A cadeira deve ser experimentada no automóvel para termos a certeza que o comprimento dos cintos é adequado.

3º - A cadeira deve ser leve e de fácil instalação e transporte.

Quadro I

| GRUPO | PESO | Idade | Posição da Cadeira | Lugar no automóvel |
|-------------|-----------|-----------------|--------------------|--------------------|
| 0 | Até 10 kg | Até 1 ano | VT | BT ou BF* |
| 0+ | =<13 kg | Até 18-24 meses | VT | BT ou BF* |
| I | 9-18 kg | | VT ou VF | |
| II | 15-25 | | VF | BT |
| III | 22-36 | | VF | BT |
| 0+/I | Até 18 kg | | VT ou VF | BF ou BT |

VT- Voltada para trás BF – Banco da frente (* se não tiver *airbag*)
 VF- Voltada para a frente BT – Banco de trás



Figura 1

TRANSPORTE DO RECÉM-NASCIDO

Existem dois grupos de cadeiras que podem ser usados desde o nascimento.

1- No primeiro grupo incluem-se:

- a - Cadeiras **0** - Até aos 10 kg (0 aos 9 meses)
- b - Cadeiras **0+** - Até aos 13 kg (0 -18 meses).
- c - Alcofas – até 10 kg

2- No Segundo grupo incluem-se:

- a - Cadeiras Grupo 0/ I e 0+/I – Dos 0 meses aos 4 anos (somente as que possam ser colocadas voltadas para a retaguarda)

Cadeira Grupo 0 e 0+

Entre a cadeira 0 e 0+ aconselhamos vivamente a compra do grupo 0+ pois irá transportar o seu filho em melhores condições até mais idade.

É a cadeira indicada para o transporte do bebé desde o nascimento até cerca dos 15-18 meses (Figura 2). Esta cadeira só pode ser colocada voltada para a retaguarda (Sentido inverso ao da marcha do veículo). Deverá ser colocada no banco traseiro ou eventualmente no banco da frente (nunca colocar neste banco se o seu automóvel tiver airbag activo). Quando andar no banco da frente devem chegá-lo o mais atrás possível, ficando assim a cadeira mais afastada

do *tablier* do automóvel. Se a cadeira vai colocada no banco de trás, então devemos puxar o banco do passageiro o mais à frente possível.

Esta cadeira deverá ser colocada com o encosto num ângulo de 45°.

Os cintos da cadeira deverão sair do encosto a nível dos ombros ou ligeiramente abaixo.

Deve ter atenção com a recolocação dos cintos se retirar roupa acolchoada (o bebé fica “mais pequeno”). No dia a dia da cidade a cadeira deverá andar no lugar atrás do banco do passageiro para permitir colocar e retirar a cadeira do lado do passeio.

A criança deve andar nesta cadeira até o mais tarde possível. O momento de mudar de cadeira surge quando o topo da cabeça do bebé ultrapassa o topo do encosto da cadeira (Figura. 3).

Alcofa

A alcofa deve ser rígida e ter igualmente a etiqueta E. A alcofa é presa com os cintos do automóvel no banco traseiro e deverá ter arnês para “prender” o bebé, impedindo a sua projecção em caso de acidente. A criança deverá ser colocada na alcofa com a cabeça para o interior do veículo.

Este sistema de retenção é pesado e de difícil transporte, quando comparado com a cadeira do grupo 0+.

O recém-nascido vai deitado em decúbito dorsal. A alcofa ocupa no mínimo 2/3 do banco traseiro.

A alcofa está indicada em algumas situações nomeadamente nos casos de recém nascidos com hipotonia severa, problemas respiratórios quando está em posição semi-sentada, cirurgia recente à coluna, aparelhos que impeçam a colocação do cinto da cadeira, colar cervical ou outros devidamente avaliados pelo pessoal de saúde com conhecimentos para tal.

Em resumo, só aconselhamos a alcofa para situações especiais, devendo optar sempre que possível pela cadeira do grupo 0+.

Cadeiras Grupo 0/ I e 0+/I

A maior parte das crianças fica grande de mais para a cadeira 0-13 kg antes de atingir os 13 kg, pelo que será necessário mudar para a cadeira 0 -18 kg voltada para trás.

Até aos 18 meses, estas cadeiras devem ser instaladas voltadas para trás (como as cadeirinhas do grupo 0+) no banco da frente ou de trás e, posteriormente, colocadas de frente como os outros assentos, mas neste caso somente no banco de trás. Deve evitar utilizar estas cadeiras viradas para a frente.

Nas cadeiras 0-18 kg, a criança já viaja completamente sentada, pelo que estas apesar de referidas como possíveis de transportar a criança desde o nascimento, não são adequadas para bebés com menos de 6 a 9 meses.

A criança deve viajar voltada para trás até quando?

O bebé tem o pescoço muito frágil e a cabeça grande e pesada. Por isso, se a criança estiver voltada para a frente antes dos 18 meses, o seu pescoço pode ser puxado com demasiada força mesmo num acidente a baixa velocidade ou até numa travagem brusca, podendo resultar lesões graves da espinal-medula (paralisia ou mesmo a morte).

Devemos manter esta posição até o mais tarde possível, idealmente no banco de trás e até aos 3 anos.

TRANSPORTE DE RECÉM-NASCIDOS PREMATUROS

A maioria dos sistemas de retenção homologados e existentes no mercado é desenhada a pensar nos recém-nascidos de termo e não está adaptada para o transporte de recém-nascidos prematuros (com menos de 37 semanas de gestação) ou mesmo abaixo de 2,5 kg. Para o recém-nascido ir bem “contido”, a distância entre o ponto de inserção dos cintos que passam nos ombros e o assento da cadeira não deve exceder 25 cm. A distância entre a inserção do cinto que passa entre as pernas e as costas da cadeira não deve ser superior a 13.7cm (figura 4). Se não dispuser de uma cadeira com estas características, então proceda como iremos referir abaixo.

Os bebés prematuros tem menor tónus e controlo cefálico que os bebés nascidos a termo. Durante uma colisão frontal ou pela retaguarda, travagens, e mesmo com o atrito normal da condução, a sua cabeça é mais facilmente projectada para a frente e lateralmente e daí resultar maior risco de lesão da coluna cervical. Por outro lado, quando sentados normalmente numa cadeirinha a 45° adquirirão uma posição mais flectida o que pode causar compromisso respiratório ou agravamento de refluxo gastro-esofágico.

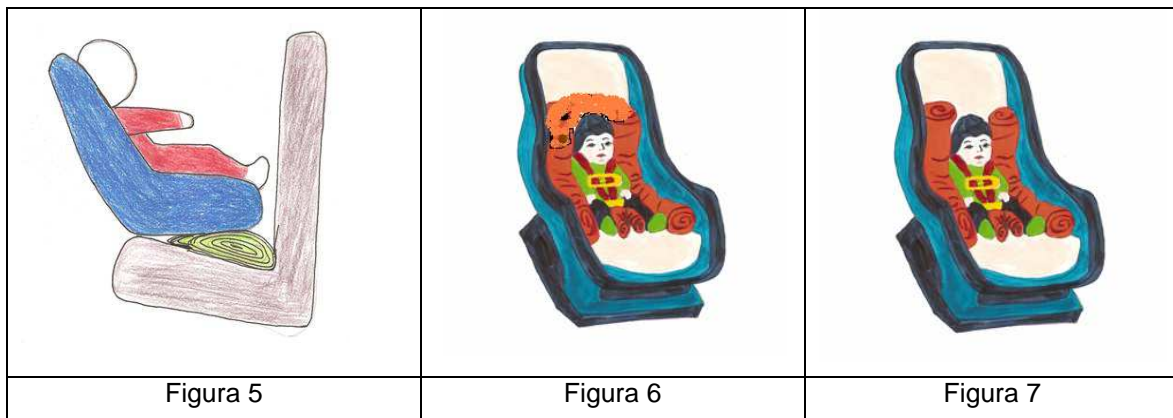
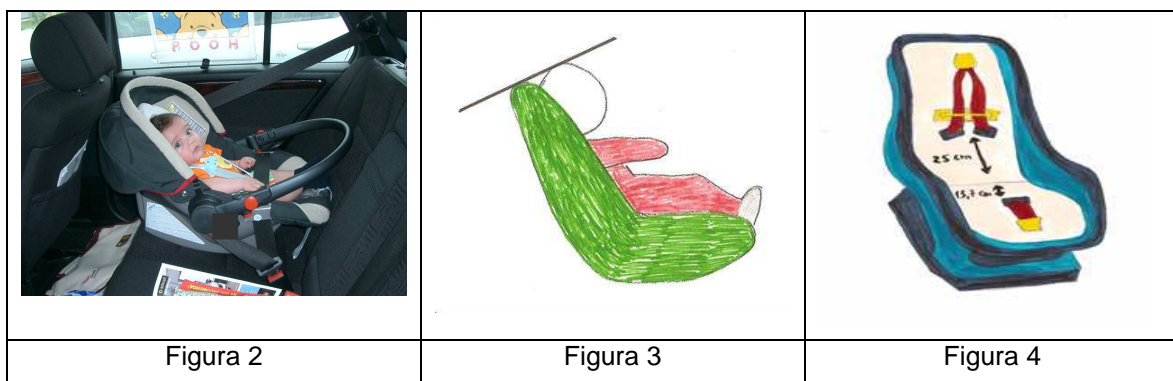
As unidades de cuidados intensivos deverão estar equipadas com cadeiras de forma a garantir aos pais o ensino correcto da sua utilização.

A Academia Americana de Pediatria recomenda a monitorização sistemática dos recém-nascidos prematuros com predisposição a apneias, alterações da frequência cardíaca e refluxo gastro-esofágico. Deve experimentar na UCIN a cadeira que o seu bebé irá usar, e conjuntamente com o apoio dos profissionais de saúde deverá ser encontrado o plano de inclinação ideal para o seu bebé. Para a maioria dos RN prematuros, o ângulo de inclinação óptimo é de cerca de 45 graus, como acontece para os não prematuros. Se o assento do banco do automóvel for muito inclinado, poderá ser necessário colocar uma toalha enrolada

debaixo da cadeira (entre o assento de carro e a parte anterior da cadeirinha) como pode ver na Figura 5.

Após ter sido seleccionado o ângulo de inclinação óptimo na cadeira, colocar protecções na cabeça e protecções laterais em ambos os lados do bebé, ou lateralmente envolvendo também a cabeça (fig.6 e Fig.7) (fraldas de pano ou uma toalha de rosto enrolada) de forma que o seu filho fique numa posição correcta (bem centrado e bem retido na cadeira). Colocar uma ou duas fraldas de pano enroladas entre as pernas do bebé que deve passar debaixo do cinto do assento da cadeira (faz um enchimento).

Não deve colocar almofadas nem outras protecções debaixo ou atrás da criança pois impedirão que esta fique bem retida no fundo e nas costas da cadeira.



Colocar os cintos dos ombros no encaixe mais baixo até que o bebé cresça. Se tiver dispositivo de ligação dos cintos superiores este deve ficar colocado na parte média do tórax e não acima do abdómen ou no pescoço do bebé (sistema amarelo na Fig.4 e 5)

Prematuros com respiração mais instável poderão necessitar de ser colocados numa alfofa homologada para automóvel, pelo menos nos dois a três primeiros meses após a alta hospitalar.

Se a criança tiver necessidade de monitorização contínua durante o transporte, o monitor deve ser colocado em local onde não se transforme em projectil em caso de acidente.

Os bebés prematuros devem ser monitorizados sentados nas cadeiras uma semana antes da alta hospitalar para garantir o plano de inclinação adequado que não afectará os seus sinais vitais. Se de todo não for possível ir efectuando esta avaliação durante uma semana, no dia de alta têm que obrigatoriamente fazer a avaliação durante 1 hora, ficando todo o registo de sinais vitais apenso ao processo clínico do bebé. Se durante esta avaliação surgir alguma alteração da frequência cardíaca, alterações respiratórias ou diminuição da saturação do oxigénio, deve ser transportado em alcofa.

As viagens longas devem ser desencorajadas no bebé prematuro enquanto este não tiver um bom controlo do pescoço.

Lembre-se:

Transportar uma criança num automóvel sem o respectivo sistema de retenção é um comportamento irresponsável que, em caso de acidente ou travagem brusca, pode ter consequências fatais. É também uma contra-ordenação grave punida por lei com coima e sanção acessória de inibição de conduzir.