Dormir no carro: o que precisam os pais de saber



O sono, bem sabemos, é um período de descanso muito valioso. Talvez por isso seja tão comum aceitarmos sem reservas os momentos em que as crianças mais pequenas dormem no carro. Porém, esta prática esconde alguns perigos. O Rodinhas ajuda a explicar quais.

Para que serve o assento do bebé?

A resposta a esta pergunta é um bom início de conversa. Ora bem, os assentos para bebés têm uma função prioritária: manter as crianças em segurança durante o transporte rodoviário em caso de acidente.

É por isso, aliás, que os mais pequenos viajam numa posição semirreta e de costas para o condutor, sendo esta a mais segura em caso de colisão. Alguns estudos apontam que aquela é a inclinação ideal em caso de sinistro automóvel, permitindo, assim, que as vias respiratórias das crianças permaneçam abertas.



Dormir no carro: reclinar corretamente

A falta de força no pescoço é a razão pela qual os bebés estão mais em risco de asfixia posicional. O tamanho da sua cabeça, proporcionalmente grande em relação ao corpo, motiva esta situação. Assim, quando uma criança dorme no carro, pode não ter força suficiente para manter a cabeça firme.

Se, por outro lado, o assento do carro estiver corretamente reclinado o risco diminui drasticamente, pois aquele é projetado para equilibrar a linha entre a proteção contra acidentes e a posição segura que projeta as vias respiratórias.

Ajustar adequadamente o cinto de segurança

Parece óbvio, mas não é. E com a sua criança a dormir no carro é muito importante que dê atenção a este pormenor. Em poucas palavras: as tiras do cinto mantêm o bebé contido em caso de colisão e preservam o seu corpo na posição segura. Desta forma, ao adormecerem, o cinto apertado mantém-no na postura mais segura.

Também é comum, quando a criança se encontra a dormir no carro, afrouxar o cinto do

assento. No entanto, é importante referi-lo: não é recomendável. Desta forma, estará mais propensa a deslizar, ficando, assim, numa posição perigosa, causadora de asfixia posicional.

Não ultrapassar as duas horas em posição semirreta

As razões são simples e óbvias: quanto mais tempo um bebé se encontra nessa posição, mais arriscada se torna a situação, esteja acordado ou a dormir. Além da asfixia posicional, esta postura prejudica o desenvolvimento dos ossos e dos músculos.

Caso realize uma viagem longa de carro, é recomendável que faça pausas a cada duas horas, aproveitando para caminhar um pouco na área de serviço. Na verdade, esta paragem é igualmente indispensável para o condutor!

Finalizada a viagem, retire o bebé. Mesmo a dormir

É quase uma inevitabilidade, mas não deixa de ser fundamental retirar a criança da cadeirinha, mesmo que esteja a dormir, levando-a para casa, ao colo, ao parque para brincar, ou para o berço.

Sim, é provável que o bebé acorde em algumas dessas ocasiões, mas pense sempre em algo muito mais relevante: a sua segurança! É inútil arriscar tê-lo no assento apenas por mais alguns momentos de tranquilidade.

Ainda neste momento, mais uma dica: não deixe a cadeira no chão, num balcão ou numa mesa, com a criança a dormir. Quando a posição do assento muda, sem a sua base, torna-se muito perigosa. Evite, portanto, estas situações.

Apanhe boleia com o Rodinhas!

O Rodinhas é um serviço especializado detransporte de crianças que tem dois superpoderes: o superpoder de proporcionar umaviagem segura e divertida às crianças e o superpoder de dar aos adultos mais tempo livre.

Conte connosco para levarmos os mais pequenos à escola, a atividades extracurriculares ou a eventos e ganhe mais tempo para si. Com a ajuda dacarrinha de transporte do Rodinhas há mais pais e crianças felizes.