



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE FEIRA DE SANTANA
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS
LABORÁTORIO DE ANÁLISES CLÍNICAS /UEFS
GRUPO DE PESQUISA EM ZOONOSES



CRIANÇAS EM CASA

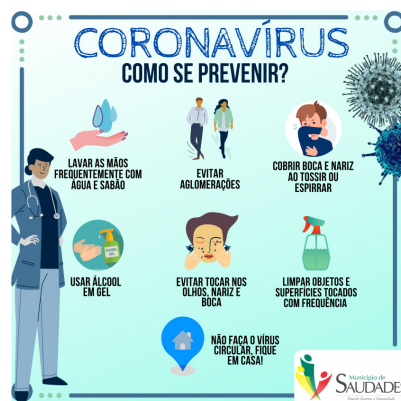
COMO PODEMOS ORIENTAR?



A rotina de todo mundo ficou diferente, durante a pandemia da COVID 19 as famílias estão experimentando ficar mais tempo em casa. E quem tem crianças tem mais um desafio, explicar aos pequenos o que está acontecendo e principalmente o porquê de não sair nesse momento.

Aqui fornecemos algumas dicas:

A- Falar sobre a COVID 19 e principalmente sobre a prevenção



B - Alimentação:

Criar uma rotina de alimentação adequada e saudável: convoque os pequenos para ajudar no preparo dos alimentos; separar os ingredientes, pois desperta o interesse.



Sugestão: Que tal preparar um bolo de cenoura juntos? Peça para separar os ingredientes. E lembre-se, o fogão e o liquidificador, só para a mamãe ou o papai.

C- Brincar, jogar e dançar

Além de divertir, faz bem para a saúde e entretém as crianças;

É hora de tirar o foco dos jogos eletrônicos e colocar o corpo em movimento.

Podemos resgatar brincadeiras antigas (pular corda, amarelinha, jogar bola)

Para dançar: uma boa música infantil e muita animação.



D - Pequenas tarefas domésticas

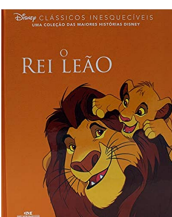
- Organizar os brinquedos;
- Ajudar a enxugar a louça;
- Limpar o jardim.

Essas atividades mantêm o corpo ativo e trabalha a coordenação motora.

E- Ler livros infantis:

- Estimula o desenvolvimento do cérebro;
- Contribui para a construção do senso crítico;
- Permite uma viagem ao mundo sem sair de casa.

Sugestões: O pequeno príncipe, O rei Leão, Pata de elefante.



**Acredite: Vai dar tudo certo.
E sairemos melhores do que
antes...**

**E não esqueça, mantenha
as mãos sempre bem
lavadas!**



**E, se precisar sair, USE
MÁSCARA.**



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DE FEIRA
DE SANTANA**

PRÓ-REITORIA DE EXTENSÃO

**Departamento de Ciências Biológicas
Laboratório de Análise Clínicas (LAC)**

**Programa de Estudos Parasitológicos na
Microrregião de Feira de Santana - Ba
@pepmfsa**

Equipe Técnico-científica:

Aristeu Vieira da Silva (Coordenador-LAC)
Simone Souza de Oliveira
(Coordenadora do Programa)
Silvane Maria Braga Santos
Patrícia Carneiro S. Santana
Aline Mores Bergossi Gomes
Alany Rocha
Cinthia Prates
Selma Santa Bárbara da S. Gomes

Bolsistas:

Advan Santos de Oliveira
Kryzia Santana da Silva
Raiane Silva Santos