



CÓD: OP-074JN-23
7908403532544

TRINDADE-GO

**PREFEITURA MUNICIPAL DE TRINDADE DO ESTADO DE
GOIÁS - GO**

Monitor de Educação Infantil

EDITAL Nº 001/2023, DE 19 DE JANEIRO DE 2023

Língua Portuguesa

1. Interpretação de texto	5
2. Ortografia oficial.....	14
3. Acentuação gráfica	14
4. Pontuação	15
5. Emprego das classes de palavras: substantivo, adjetivo, numeral, pronome, verbo, advérbio, preposição e conjunção: emprego e sentido que imprimem às relações que estabelecem. Vozes verbais: ativa e passiva	16
6. Colocação pronominal.....	24
7. Concordância verbal e nominal.....	25
8. Regência verbal e nominal	27
9. Crase.....	28
10. Sentido próprio e figurado das palavras.....	28

Conhecimentos Específicos Monitor de Educação Infantil

1. Conhecimento básico de higiene pessoal na infância.....	5
2. Noções de assiduidade, responsabilidade e pontualidade no trabalho	7
3. Estatuto do Servidor Público do Município.....	13
4. Estatuto da Criança e do Adolescente	14
5. O papel do cuidador de crianças.....	52
6. Postura profissional.	52
7. Direitos da criança e do adolescente	52
8. A boa prestação dos serviços do cuidador infantil.....	60
9. O processo de desenvolvimento infantil e estímulos adequados a cada fase	60
10. Técnica do banho e higiene da criança: treinamento prático	70
11. Cuidados diários com os utensílios dos bebês, quarto, roupas, passeios, transporte e preparo da mala de higiene, viagens e passeios	70
12. Preparo, oferta e esterilização da mamadeira do leite artificial	71
13. Nutrição e alimentação de crianças de 0 a 6 anos.....	71
14. Cuidado especial com a criança que apresenta a doença do refluxo gastroesofágico.....	78
15. A prática das ações de cuidado e educação com a criança.....	78
16. Fundamentos de saúde da criança, principais doenças infantis, cuidados com o ambiente e riscos para as crianças.....	83
17. Calendário nacional de vacinas e importância da vacinação	84
18. Primeiro socorro e prevenção de acidentes.....	97

LÍNGUA PORTUGUESA

INTERPRETAÇÃO DE TEXTO

Compreender e interpretar textos é essencial para que o objetivo de comunicação seja alcançado satisfatoriamente. Com isso, é importante saber diferenciar os dois conceitos. Vale lembrar que o texto pode ser verbal ou não-verbal, desde que tenha um sentido completo.

A **compreensão** se relaciona ao entendimento de um texto e de sua proposta comunicativa, decodificando a mensagem explícita. Só depois de compreender o texto que é possível fazer a sua interpretação.

A **interpretação** são as conclusões que chegamos a partir do conteúdo do texto, isto é, ela se encontra para além daquilo que está escrito ou mostrado. Assim, podemos dizer que a interpretação é subjetiva, contando com o conhecimento prévio e do repertório do leitor.

Dessa maneira, para compreender e interpretar bem um texto, é necessário fazer a decodificação de códigos linguísticos e/ou visuais, isto é, identificar figuras de linguagem, reconhecer o sentido de conjunções e preposições, por exemplo, bem como identificar expressões, gestos e cores quando se trata de imagens.

Dicas práticas

1. Faça um resumo (pode ser uma palavra, uma frase, um conceito) sobre o assunto e os argumentos apresentados em cada parágrafo, tentando traçar a linha de raciocínio do texto. Se possível, adicione também pensamentos e inferências próprias às anotações.

2. Tenha sempre um dicionário ou uma ferramenta de busca por perto, para poder procurar o significado de palavras desconhecidas.

3. Fique atento aos detalhes oferecidos pelo texto: dados, fonte de referências e datas.

4. Sublinhe as informações importantes, separando fatos de opiniões.

5. Perceba o enunciado das questões. De um modo geral, questões que esperam **compreensão do texto** aparecem com as seguintes expressões: *o autor afirma/sugere que...; segundo o texto...; de acordo com o autor...* Já as questões que esperam **interpretação do texto** aparecem com as seguintes expressões: *conclui-se do texto que...; o texto permite deduzir que...; qual é a intenção do autor quando afirma que...*

Tipologia Textual

A partir da estrutura linguística, da função social e da finalidade de um texto, é possível identificar a qual tipo e gênero ele pertence. Antes, é preciso entender a diferença entre essas duas classificações.

Tipos textuais

A tipologia textual se classifica a partir da estrutura e da finalidade do texto, ou seja, está relacionada ao modo como o texto se apresenta. A partir de sua função, é possível estabelecer um padrão específico para se fazer a enunciação.

Veja, no quadro abaixo, os principais tipos e suas características:

TEXTO NARRATIVO	Apresenta um enredo, com ações e relações entre personagens, que ocorre em determinados espaço e tempo. É contado por um narrador, e se estrutura da seguinte maneira: apresentação > desenvolvimento > clímax > desfecho
TEXTO DISSERTATIVO ARGUMENTATIVO	Tem o objetivo de defender determinado ponto de vista, persuadindo o leitor a partir do uso de argumentos sólidos. Sua estrutura comum é: introdução > desenvolvimento > conclusão.
TEXTO EXPOSITIVO	Procura expor ideias, sem a necessidade de defender algum ponto de vista. Para isso, usa-se comparações, informações, definições, conceitualizações etc. A estrutura segue a do texto dissertativo-argumentativo.
TEXTO DESCRITIVO	Expõe acontecimentos, lugares, pessoas, de modo que sua finalidade é descrever, ou seja, caracterizar algo ou alguém. Com isso, é um texto rico em adjetivos e em verbos de ligação.
TEXTO INJUNTIVO	Oferece instruções, com o objetivo de orientar o leitor. Sua maior característica são os verbos no modo imperativo.

Gêneros textuais

A classificação dos gêneros textuais se dá a partir do reconhecimento de certos padrões estruturais que se constituem a partir da função social do texto. No entanto, sua estrutura e seu estilo não são tão limitados e definidos como ocorre na tipologia textual, podendo se apresentar com uma grande diversidade. Além disso, o padrão também pode sofrer modificações ao longo do tempo, assim como a própria língua e a comunicação, no geral.

Alguns exemplos de gêneros textuais:

- Artigo
- Bilhete
- Bula
- Carta
- Conto
- Crônica

- E-mail
- Lista
- Manual
- Notícia
- Poema
- Propaganda
- Receita culinária
- Resenha
- Seminário

Vale lembrar que é comum enquadrar os gêneros textuais em determinados tipos textuais. No entanto, nada impede que um texto literário seja feito com a estruturação de uma receita culinária, por exemplo. Então, fique atento quanto às características, à finalidade e à função social de cada texto analisado.

ARGUMENTAÇÃO

O ato de comunicação não visa apenas transmitir uma informação a alguém. Quem comunica pretende criar uma imagem positiva de si mesmo (por exemplo, a de um sujeito educado, ou inteligente, ou culto), quer ser aceito, deseja que o que diz seja admitido como verdadeiro. Em síntese, tem a intenção de convencer, ou seja, tem o desejo de que o ouvinte creia no que o texto diz e faça o que ele propõe.

Se essa é a finalidade última de todo ato de comunicação, todo texto contém um componente argumentativo. A argumentação é o conjunto de recursos de natureza linguística destinados a persuadir a pessoa a quem a comunicação se destina. Está presente em todo tipo de texto e visa a promover adesão às teses e aos pontos de vista defendidos.

As pessoas costumam pensar que o argumento seja apenas uma prova de verdade ou uma razão indiscutível para comprovar a veracidade de um fato. O argumento é mais que isso: como se disse acima, é um recurso de linguagem utilizado para levar o interlocutor a crer naquilo que está sendo dito, a aceitar como verdadeiro o que está sendo transmitido. A argumentação pertence ao domínio da retórica, arte de persuadir as pessoas mediante o uso de recursos de linguagem.

Para compreender claramente o que é um argumento, é bom voltar ao que diz Aristóteles, filósofo grego do século IV a.C., numa obra intitulada “Tópicos: os argumentos são úteis quando se tem de escolher entre duas ou mais coisas”.

Se tivermos de escolher entre uma coisa vantajosa e uma desvantajosa, como a saúde e a doença, não precisamos argumentar. Suponhamos, no entanto, que tenhamos de escolher entre duas coisas igualmente vantajosas, a riqueza e a saúde. Nesse caso, precisamos argumentar sobre qual das duas é mais desejável. O argumento pode então ser definido como qualquer recurso que torna uma coisa mais desejável que outra. Isso significa que ele atua no domínio do preferível. Ele é utilizado para fazer o interlocutor crer que, entre duas teses, uma é mais provável que a outra, mais possível que a outra, mais desejável que a outra, é preferível à outra.

O objetivo da argumentação não é demonstrar a verdade de um fato, mas levar o ouvinte a admitir como verdadeiro o que o enunciador está propondo.

Há uma diferença entre o raciocínio lógico e a argumentação. O primeiro opera no domínio do necessário, ou seja, pretende demonstrar que uma conclusão deriva necessariamente das premissas propostas, que se deduz obrigatoriamente dos

postulados admitidos. No raciocínio lógico, as conclusões não dependem de crenças, de uma maneira de ver o mundo, mas apenas do encadeamento de premissas e conclusões.

Por exemplo, um raciocínio lógico é o seguinte encadeamento:

A é igual a B.

A é igual a C.

Então: C é igual a B.

Admitidos os dois postulados, a conclusão é, obrigatoriamente, que C é igual a A.

Outro exemplo:

Todo ruminante é um mamífero.

A vaca é um ruminante.

Logo, a vaca é um mamífero.

Admitidas como verdadeiras as duas premissas, a conclusão também será verdadeira.

No domínio da argumentação, as coisas são diferentes. Nele, a conclusão não é necessária, não é obrigatória. Por isso, deve-se mostrar que ela é a mais desejável, a mais provável, a mais plausível. Se o Banco do Brasil fizer uma propaganda dizendo-se mais confiável do que os concorrentes porque existe desde a chegada da família real portuguesa ao Brasil, ele estará dizendo-nos que um banco com quase dois séculos de existência é sólido e, por isso, confiável. Embora não haja relação necessária entre a solidez de uma instituição bancária e sua antiguidade, esta tem peso argumentativo na afirmação da confiabilidade de um banco. Portanto é provável que se creia que um banco mais antigo seja mais confiável do que outro fundado há dois ou três anos.

Enumerar todos os tipos de argumentos é uma tarefa quase impossível, tantas são as formas de que nos valem para fazer as pessoas preferirem uma coisa a outra. Por isso, é importante entender bem como eles funcionam.

Já vimos diversas características dos argumentos. É preciso acrescentar mais uma: o convencimento do interlocutor, o auditório, que pode ser individual ou coletivo, será tanto mais fácil quanto mais os argumentos estiverem de acordo com suas crenças, suas expectativas, seus valores. Não se pode convencer um auditório pertencente a uma dada cultura enfatizando coisas que ele abomina. Será mais fácil convencê-lo valorizando coisas que ele considera positivas. No Brasil, a publicidade da cerveja vem com frequência associada ao futebol, ao gol, à paixão nacional. Nos Estados Unidos, essa associação certamente não surtiria efeito, porque lá o futebol não é valorizado da mesma forma que no Brasil. O poder persuasivo de um argumento está vinculado ao que é valorizado ou desvalorizado numa dada cultura.

Tipos de Argumento

Já verificamos que qualquer recurso linguístico destinado a fazer o interlocutor dar preferência à tese do enunciador é um argumento. Exemplo:

Argumento de Autoridade

É a citação, no texto, de afirmações de pessoas reconhecidas pelo auditório como autoridades em certo domínio do saber, para servir de apoio àquilo que o enunciador está propondo. Esse recurso produz dois efeitos distintos: revela o conhecimento do produtor do texto a respeito do assunto de que está tratando; dá ao

texto a garantia do autor citado. É preciso, no entanto, não fazer do texto um amontoado de citações. A citação precisa ser pertinente e verdadeira. Exemplo:

“A imaginação é mais importante do que o conhecimento.”

Quem disse a frase aí de cima não fui eu... Foi Einstein. Para ele, uma coisa vem antes da outra: sem imaginação, não há conhecimento. Nunca o inverso.

*Alex José Periscinoto.
In: Folha de S. Paulo, 30/8/1993, p. 5-2*

A tese defendida nesse texto é que a imaginação é mais importante do que o conhecimento. Para levar o auditório a aderir a ela, o enunciador cita um dos mais célebres cientistas do mundo. Se um físico de renome mundial disse isso, então as pessoas devem acreditar que é verdade.

Argumento de Quantidade

É aquele que valoriza mais o que é apreciado pelo maior número de pessoas, o que existe em maior número, o que tem maior duração, o que tem maior número de adeptos, etc. O fundamento desse tipo de argumento é que mais = melhor. A publicidade faz largo uso do argumento de quantidade.

Argumento do Consenso

É uma variante do argumento de quantidade. Fundamenta-se em afirmações que, numa determinada época, são aceitas como verdadeiras e, portanto, dispensam comprovações, a menos que o objetivo do texto seja comprovar alguma delas. Parte da ideia de que o consenso, mesmo que equivocado, corresponde ao indiscutível, ao verdadeiro e, portanto, é melhor do que aquilo que não desfruta dele. Em nossa época, são consensuais, por exemplo, as afirmações de que o meio ambiente precisa ser protegido e de que as condições de vida são piores nos países subdesenvolvidos. Ao confiar no consenso, porém, corre-se o risco de passar dos argumentos válidos para os lugares comuns, os preconceitos e as frases carentes de qualquer base científica.

Argumento de Existência

É aquele que se fundamenta no fato de que é mais fácil aceitar aquilo que comprovadamente existe do que aquilo que é apenas provável, que é apenas possível. A sabedoria popular enuncia o argumento de existência no provérbio “Mais vale um pássaro na mão do que dois voando”.

Nesse tipo de argumento, incluem-se as provas documentais (fotos, estatísticas, depoimentos, gravações, etc.) ou provas concretas, que tornam mais aceitável uma afirmação genérica. Durante a invasão do Iraque, por exemplo, os jornais diziam que o exército americano era muito mais poderoso do que o iraquiano. Essa afirmação, sem ser acompanhada de provas concretas, poderia ser vista como propagandística. No entanto, quando documentada pela comparação do número de canhões, de carros de combate, de navios, etc., ganhava credibilidade.

Argumento quase lógico

É aquele que opera com base nas relações lógicas, como causa e efeito, analogia, implicação, identidade, etc. Esses raciocínios são chamados quase lógicos porque, diversamente dos raciocínios lógicos, eles não pretendem estabelecer relações necessárias

entre os elementos, mas sim instituir relações prováveis, possíveis, plausíveis. Por exemplo, quando se diz “A é igual a B”, “B é igual a C”, “então A é igual a C”, estabelece-se uma relação de identidade lógica. Entretanto, quando se afirma “Amigo de amigo meu é meu amigo” não se institui uma identidade lógica, mas uma identidade provável.

Um texto coerente do ponto de vista lógico é mais facilmente aceito do que um texto incoerente. Vários são os defeitos que concorrem para desqualificar o texto do ponto de vista lógico: fugir do tema proposto, cair em contradição, tirar conclusões que não se fundamentam nos dados apresentados, ilustrar afirmações gerais com fatos inadequados, narrar um fato e dele extrair generalizações indevidas.

Argumento do Atributo

É aquele que considera melhor o que tem propriedades típicas daquilo que é mais valorizado socialmente, por exemplo, o mais raro é melhor que o comum, o que é mais refinado é melhor que o que é mais grosseiro, etc.

Por esse motivo, a publicidade usa, com muita frequência, celebridades recomendando prédios residenciais, produtos de beleza, alimentos estéticos, etc., com base no fato de que o consumidor tende a associar o produto anunciado com atributos da celebridade.

Uma variante do argumento de atributo é o argumento da competência linguística. A utilização da variante culta e formal da língua que o produtor do texto conhece a norma linguística socialmente mais valorizada e, por conseguinte, deve produzir um texto em que se pode confiar. Nesse sentido é que se diz que o modo de dizer dá confiabilidade ao que se diz.

Imagine-se que um médico deva falar sobre o estado de saúde de uma personalidade pública. Ele poderia fazê-lo das duas maneiras indicadas abaixo, mas a primeira seria infinitamente mais adequada para a persuasão do que a segunda, pois esta produziria certa estranheza e não criaria uma imagem de competência do médico:

- Para aumentar a confiabilidade do diagnóstico e levando em conta o caráter invasivo de alguns exames, a equipe médica houve por bem determinar o internamento do governador pelo período de três dias, a partir de hoje, 4 de fevereiro de 2001.

- Para conseguir fazer exames com mais cuidado e porque alguns deles são barrapitada, a gente botou o governador no hospital por três dias.

Como dissemos antes, todo texto tem uma função argumentativa, porque ninguém fala para não ser levado a sério, para ser ridicularizado, para ser desmentido: em todo ato de comunicação deseja-se influenciar alguém. Por mais neutro que pretenda ser, um texto tem sempre uma orientação argumentativa.

A orientação argumentativa é uma certa direção que o falante traça para seu texto. Por exemplo, um jornalista, ao falar de um homem público, pode ter a intenção de criticá-lo, de ridicularizá-lo ou, ao contrário, de mostrar sua grandeza.

O enunciador cria a orientação argumentativa de seu texto dando destaque a uns fatos e não a outros, omitindo certos episódios e revelando outros, escolhendo determinadas palavras e não outras, etc. Veja:

“O clima da festa era tão pacífico que até sogras e noras trocavam abraços afetuosos.”

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

Monitor de Educação Infantil

CONHECIMENTO BÁSICO DE HIGIENE PESSOAL NA INFÂNCIA

Higiene

Se existe algo que devemos estimular desde cedo as nossas crianças, é o hábito da higiene pessoal.

Segundo a definição, higiene é um conjunto de conhecimentos e técnicas para evitar doenças infecciosas usando desinfecção, esterilização e outros métodos de limpeza com o objetivo de conservar e fortalecer a saúde.

A importância da higienização deve-se começar na infância, pois é nesse momento que os hábitos de higiene são adquiridos e permanecem na vida adulta, e cabe aos pais, serem incentivadores nessa tarefa de educação e conscientização.

Logo nos primeiros anos, as escolas fazem esse trabalho de ensinar e informar, porém reforçar os hábitos para que façam dentro e fora de casa é muito importante para a saúde das crianças.

Esses hábitos devem ser mostrados, porém de nada adianta pedir para que seu filho faça se você mesmo não o ensina através de demonstrações e através do exemplo.

Acompanha-los nesse processo, escovando os dentes junto com ele antes de dormir ou mesmo lavar as mãos com você antes das refeições é muito mais educativo que simplesmente pedir para que faça toda vez que precisar.

O mais incrível, é que ao longo desse processo de educação, você perceberá que esses hábitos de higiene ficarão incutidos em seu filho, e ele o fará antes que você a peça para fazer.

Mas antes que isso aconteça, você terá que lembra-los constantemente.

Portanto, ter paciência, saber lidar com a situação e estabelecer um diálogo constante com o seu filho, o ajudará a adquirir os hábitos de higiene com muito mais rapidez.

Lembre-se sempre de estimular os hábitos de higiene e saúde em seu filho, pois a boa saúde contribuirá para o desenvolvimento e aprendizado dele.

Sobre os diferentes tipos de higiene

A seguir os principais tipos de higiene que temos que ter atenção com as crianças:

1. Lavar as mãos antes e depois das refeições, assim como depois de usar o banheiro

Talvez este seja um dos mais importantes hábitos a ser ensinado ao seu filho, pois segundo estudos, a mão é a principal porta de entrada para infecções e doenças.

Lavar a planta das mãos, atrás e entre os dedos, ensaboando com sabão e enxaguando com água corrente, é de suma importância para mantê-las limpas.

2. Cortar e limpar regularmente as unhas

Cuidar das unhas não é apenas uma questão de estética. O espaço entre a unha e a pele é um lugar muito oportuno para o acúmulo de sujeiras e bactérias.

Portanto, é fundamental que a criança aprenda desde cedo a importância de limpar as unhas, mantendo-as corretamente aparadas, além de evitar o mau hábito de roer as unhas.

3. Tomar banho todos os dias

Como transpiramos ao longo do dia, é necessário que tomemos banho pelo menos uma vez ao dia e não poderia ser diferente com as crianças, ainda mais elas, que passam o dia brincando ou fazendo alguma atividade que demandam esforço.

Esta não é apenas uma questão de estética. O banho evita o acúmulo de micro-organismos capazes de provocar doenças.

4. Troca de fraldas

- Todo material necessário para a troca deve estar à mão para que não se deixe a criança sozinha na bancada.

- Lave a pele com água e sabão;

- Enxágue e seque bem para evitar assaduras;

- Coloque a fralda limpa;

- Evite que a criança manipule a fralda suja ou a pele com fezes.

Ao trocar a criança:

- Retire o excesso de fezes e/ou urina com algodão úmido ou lenço umedecido, passando sempre no sentido da genitália para o ânus, evitando o contato das fezes com a genitália;

Se a criança apresentar assaduras, aplique a pomada de óxido de zinco enviada pela mãe ou uma infusão de camomila. Caso haja prescrição médica para aplicação de outras pomadas ou medicamentos, siga as instruções médicas.

Após a troca de cada criança, é fundamental que o PDI:

- Lave bem as mãos;

- Limpe o local onde lavou a criança e o trocador onde ela estava antes de ser trocada.

Esses cuidados evitam que outras crianças ou a própria pessoa se contamine, adquirindo, por exemplo, uma parasitose;

- Descarte das fraldas - Descarte a fralda suja em saco plástico fechado, acondicionado em recipiente para lixo, com tampa acionada por pedal, exclusivo para este fim;

O lixo com as fraldas descartáveis deve ser retirado antes que fique cheio, para evitar o mau cheiro e para que possa ser fechado e transportado com facilidade e segurança para a área externa de lixo;

5. Uso do penico ou vaso sanitário pelas crianças

- Deve ocorrer sempre acompanhado pelo PDI.
- Observe se o penico ou o vaso sanitário está limpo;
- Evite que a criança entre em contato com fezes e/ou urina;
- Limpe a criança com papel higiênico, passando sempre no sentido da genitália para o ânus, evitando o contato das fezes com a genitália;
- Quando ocorrer o uso do penico, o conteúdo (fezes e/ou urina) deve ser desprezado no vaso sanitário. As fezes que restarem podem ser retiradas com papel toalha ou higiênico. Encaminhe o penico para higienização, conforme descrito mais adiante;
- Acione a descarga com o vaso tampado;
- Lave bem as suas mãos e as da criança.

6. Dentes

- A rotina de higiene bucal é muito importante. Antes mesmo que tenha dentes, pode-se iniciar a limpeza da boca do bebê por volta dos 4 meses de idade para que comece a se acostumar com esta prática de higiene bucal.

Proceda da seguinte maneira:

- Utilize gaze ou pedaço de fralda (exclusiva para esse fim) embebida em água filtrada;
- Limpar todas as partes da gengiva e da língua.

Quando a criança já tiver os dentes da frente (anteriores), a limpeza com gaze ou fralda poderá continuar da mesma forma, limpando também todas as faces dos dentes.

É fundamental higienizar os dentes depois das refeições e antes de dormir para remover e evitar a nova formação da placa de bactérias que provoca a cárie.

Quando a criança tiver os dentes do fundo (posteriores), inicia-se a limpeza com escova de dente (de cabeça pequena e cerdas macias) e pasta de dente sem flúor. Apesar dos benefícios do flúor na prevenção da cárie dentária, a ingestão diária de pasta de dente com flúor pela criança em idade precoce, que ainda não consegue controlar a deglutição, pode causar uma má formação dos dentes permanentes, chamada de fluorose dentária.

Pode-se também realizar a escovação dos dentes das crianças pequenas somente com água limpa, pois a escova removerá e evitará a formação da placa de bactérias.

É importante que:

- Cada criança tenha a sua própria escova de dente;
- A escovação seja feita em todas as faces dos dentes, com movimentos circulares sempre da gengiva em direção ao dente;

Recomenda-se usar a pasta de dente com flúor em pequena quantidade a partir dos 5 anos de idade, quando a criança já consegue cuspir, e os dentes permanentes anteriores já estão formados.

A escova deve ser trocada assim que for verificado o desgaste das cerdas, comprometendo a qualidade da escovação.

- Na face de mastigação do dente, o movimento mais indicado é o vaivém;

- A língua seja escovada para retirar a placa que nela também se forma;

- A escova deve ser bem lavada com água corrente e mantida em lugar limpo e arejado, em porta-escovas de dente individualizados, de modo seco para evitar o crescimento de fungos.

- Escovar os dentes ao acordar, depois das refeições e antes de dormir

A saúde bucal é outro hábito ao qual as crianças devem se habituar desde pequenas. Assegurar que elas lavem os dentes, pelo menos três vezes ao dia é o essencial!

Proporcionar que a criança tenha uma escova e uma pasta de dente adequada à sua idade é o dever e obrigação de todo pai e mãe, além, é claro, de fazer visitas ao dentista, pelo menos uma vez ao ano.

A falta de higiene bucal pode acarretar em cáries, pode provocar fortes dores e infecções à criança.

7. Manter o nariz limpo

Manter a limpeza nasal é muito importante para evitar doenças. Lavar o nariz com frequência é um hábito que traz tantas vantagens à saúde que deveria ser uma regra tão comum quanto escovar os dentes todos os dias.

Lavar o nariz com soro fisiológico não só ajuda a limpá-lo de impurezas e secreção como combate mal-estar, doenças respiratórias, de ouvido e de garganta.

8. Lavar os alimentos antes de comê-los

O cuidado na higienização dos alimentos é um procedimento de extrema importância, pois alimentos manipulados de forma inadequada podem ser grandes transmissores de doenças.

Caso esses alimentos não sejam higienizados de forma correta, estamos deixando nossas crianças suscetíveis a microrganismos que podem causar sérios danos à saúde deles.

Ensiná-los a lavar e a cuidar da higiene dos alimentos também é um dever que temos e passar adiante é nossa obrigação.

9. Manter o ambiente limpo e organizado

Manter o ambiente limpo é muito importante para que se preserve o bem-estar e a saúde do seu filho.

Muitas das doenças respiratórias se disseminam com maior facilidade em ambientes de pouca higienização.

Exigir que seu filho guarde seus brinquedos e os mantenha limpo é algo que deve ser exercitado. Fazer ele participar desse processo, o fará perceber a importância, e no futuro se tornará uma pessoa mais organizada e limpa.

Algumas dicas de higiene e saúde...

- Que a troca de escova de dente é recomendável sempre que as cerdas estão desalinhadas?

- O momento da refeição é importante para a criação de hábitos saudáveis, entre eles o de comer sentado à mesinha ou à cadeirinha.

- Durante a refeição, cada criança deve comer somente de seu prato, utilizando talheres e copos individuais e previamente higienizados.

- Os alimentos devem ser servidos em temperatura adequada para a criança. A prática de o adulto soprar o alimento deve ser abolida, por conta da vasta disseminação de micro-organismos. Caso seja necessário, incentive a própria criança a soprar sua comida. O ideal é ensinar à criança a esperar um pouquinho até que o alimento esteja na temperatura ideal para ser ingerida.

- Nunca adiar a troca de fraldas, que deverá ser realizada de acordo com a necessidade individual da criança e nunca em horários predeterminados.

- Higienizar as partes íntimas das crianças da frente para trás com algodão umedecido em água e, quando houver necessidade, lavá-las com sabão.

- Os lenços de papel umedecidos são uma opção, porém contém conservantes que podem provocar assaduras.

- A higiene oral deve fazer parte da rotina. Vale à pena buscar parcerias com os serviços de saúde para obter esclarecimentos sobre o método adequado a cada grupamento.

- Banho - O banho é um ato de afeto, que deve ser feito com calma. É um momento precioso, onde um adulto interage individualmente com uma criança. Este momento deve ser de muita conversa, de olho no olho, de brincadeiras com a água:

* Antes de começar o banho, deixe todos os objetos à mão;

* Não utilize esponjas;

* Dê preferência ao sabonete líquido;

* Deve-se ter sempre uma mão segurando a criança;

* Sempre verifique a temperatura da água do banho com a face interna do antebraço, para evitar queimaduras nas crianças.

* Não use talco, pois pode provocar alergias e sufocamento.

* Banheira é a principal causa de afogamento em crianças pequenas.

NUNCA DEIXE A CRIANÇA SOZINHA, NEM POR “UM SEGUNDO”! ACIDENTES OCORREM RAPIDAMENTE!

* O banho de chuveiro para as crianças maiores deve ser protegido por material antiderrapante que deve ser mantido sempre limpo, para evitar o acúmulo de germes.

Ao final, enxugar bem entre os dedos dos pés e das mãos, assim como as dobrinhas, evitando as assaduras.

Por fim, lembre-se que para criarmos hábitos de higiene nas crianças, a principal motivação está na definição de rotinas.¹

NOÇÕES DE ASSIDUIDADE, RESPONSABILIDADE E PONTUALIDADE NO TRABALHO

Primeiramente, para tratar da boa apresentação pessoal, é importante seguir a etiqueta nas mais diversas situações, visando manter boas relações no ambiente de trabalho e cuidando da imagem pessoal como um todo.

A etiqueta consiste num conjunto de regras no relacionamento entre pessoas, no ambiente profissional, social ou familiar. As pessoas aprendem a comportar-se em diversas situações, na forma de vestir e na apresentação pessoal. Alguns “descuidos” podem levar à situações constrangedoras, as vezes não éticas, por desconhecimento de regras básicas, comprometendo a imagem pessoal, profissional e da Organização.

Isso quer dizer que deve-se preocupar em como a sua imagem está sendo transmitida desde o que aponta o comportamento do profissional, como a sua postura no ambiente de trabalho e a sua aparência em termos de vestimentas e acessórios.

Além da aparência que o profissional deve cuidar, também é importante zelar pelo comportamento a ser adotado, o qual deve ser íntegro, ético e cordial.

Muitas dessas regras não são impositivas, porém, os conceitos comportamentais visam contribuir para a qualidade na prestação do serviço ao público.

¹ Fonte: www.blog.educapais.com/www.prefeitura.sp.gov.br

Pontualidade

A pontualidade é uma regra básica que, apesar de indispensável, é uma das mais desrespeitada.

- Não se pode atrasar, salvo se ocorrer uma situação absolutamente imprevisível;

- Uma das atitudes mais desagradáveis no ambiente de trabalho, são os atrasos;

- Programe sua agenda com uma folga de 10 a 15 minutos, entre uma atividade e outra para compensar os imprevistos;

- Chegue na hora marcada e, caso não consiga evitar o atraso, ligue avisando e se desculpando.

Reuniões

- Se você que convocou a reunião, chegue antes dos convidados. É muito deslegante atrasar-se e deixá-los esperando. A não ser que haja um motivo realmente sério ou um imprevisto, o atraso é injustificável;

- Assuma o compromisso com o horário marcado;

- Cada participante deve esperar a sua vez para falar. Não faça interpelação no meio de uma conversa. Aguarde o momento em que possa falar sem interromper, se não conseguir peça licença, faça um sinal e espere a sua vez.

OBS: Sirva água para todos os participantes da reunião.

Ao Cumprimentar

- Na saudação, jamais cumprimentar alguém com a mão mole ou tocando somente as pontas dos dedos. O aperto de mão deve ser firme, sem ser agressivo ou exagerado, com três sacudidas compassadas. A intenção não é estraçalhar os dedos da outra pessoa. Sorria e olhe nos olhos da pessoa enquanto a cumprimenta;

- O “tapinha nas costas” e “os beijinhos” devem ser evitados, a menos que haja grande intimidade entre essas pessoas e que a ocasião permita esse tipo de carinho;

- Se a pessoa apresentada não esticar a mão para receber o cumprimento (por descortesia), retire a mão, mas continue a apresentação.

- Para apresentar alguém a um grupo, aproveite o momento em que estiverem reunidos, lembrando que estão dispensados os apertos de mão;

- Ao se apresentar a alguém, não se intitule doutor, professor ou mestre, todos saberão no momento oportuno. Você deve apenas dizer o seu nome e, se for o caso, a função que representa (gerente, supervisor, coordenador, etc);

- O homem, se estiver sentado deve se levantar. Se não se levantar pode parecer que está desinteressado ou alheio;

- A mulher, se estiver sentada só deve levantar-se se a pessoa apresentada for a anfitriã ou uma senhora de idade, e pode cumprimentar apertando as mãos.

Telefone

- Procure atender no máximo até o terceiro toque (se possível, no segundo);

- Ao atender ao telefone, diga: O nome da organização, seu nome e bom dia ou boa tarde ou boa noite. Em seguida pergunte “em que posso ajudar?”;

- Evite perguntar “quem fala?”. Só faça esta pergunta se não conseguir identificar quem está falando;