CUIDEMOS DA CRIANÇA!

COOPERAÇÃO DO
DEPARTAMENTO NACIONAL DA CRIANÇA
À
CAMPANHA DE EDUCAÇÃO DE ADULTOS

4
87
rl.

D.Ri. 374
C 387
Sa. Ci.

A INFÂNCIA

OLAVO BILAC

O berço em que, adormecido,
Repousa um recém-nascido,
Sob o cortinado e o véu,
Parece que representa,
Para mamãe que o acalenta,
Um pedacinho do céu.

Que júbilo, quando, um dia,
A criança principia,
Aos tombos, a engatinhar...
Quando, agarrada às cadeiras,
Agita-se horas inteiras
Não sabendo caminhar!

Depois, o andar já começa,
E pelos móveis tropeça,
Quer correr, vacila, cai...
Depois, a bôca entreabrindo,
Vai pouco a pouco sorrindo,
Dizendo: mamãe... papai...

Vai crescendo. Forte e bela,
Corre a casa, tagarela,
Tudo escuta, tudo vê...
Fica esperta e inteligente...
E dão-lhe, então, de presente,
Uma carta de A. B. C.

CENTRO BRASILEIRO DE PESQUISAS EDUCACIONAIS
REG. 25342
ANO 1962

FRES-1300

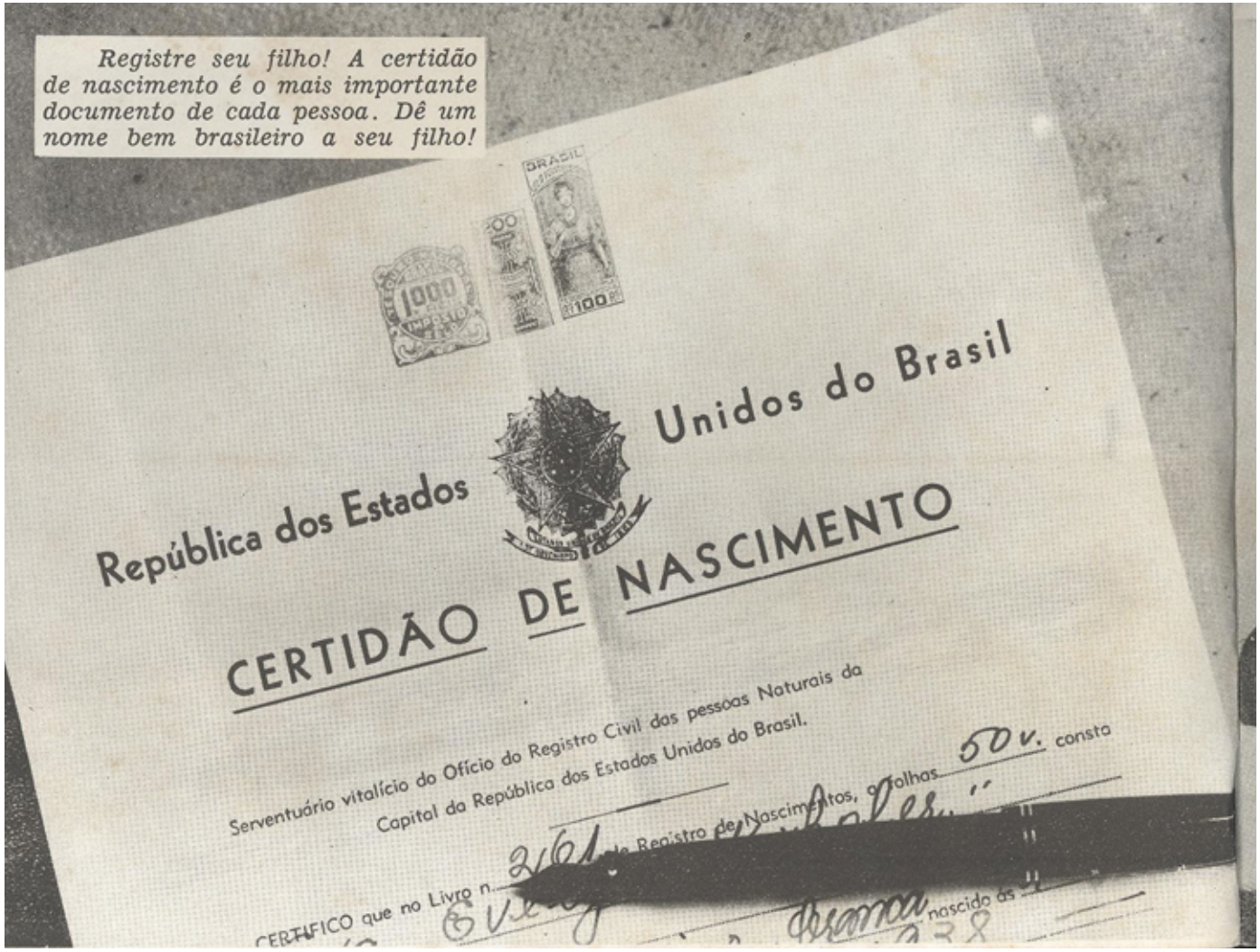
A futura mãe deve procurar o Pôsto de Puericultura. Os exames médicos permitem descobrir qualquer doença e tratá-la a tempo.

A futura mãe deve alimentar-se bem e usar roupas folgadas. Os conselhos da Visitadora Social são sempre úteis.

Primeiros cuidados: o curativo do umbigo deve ser feito a sêco, com gaza esterilizada.

Nos olhos do menino que acabou de nascer pingue colírio de nitrato de prata, a 1 %, que qualquer Pôsto de Puericultura fornece gratuitamente.

Registre seu filho! A certidão de nascimento é o mais importante documento de cada pessoa. Dê um nome bem brasileiro a seu filho!



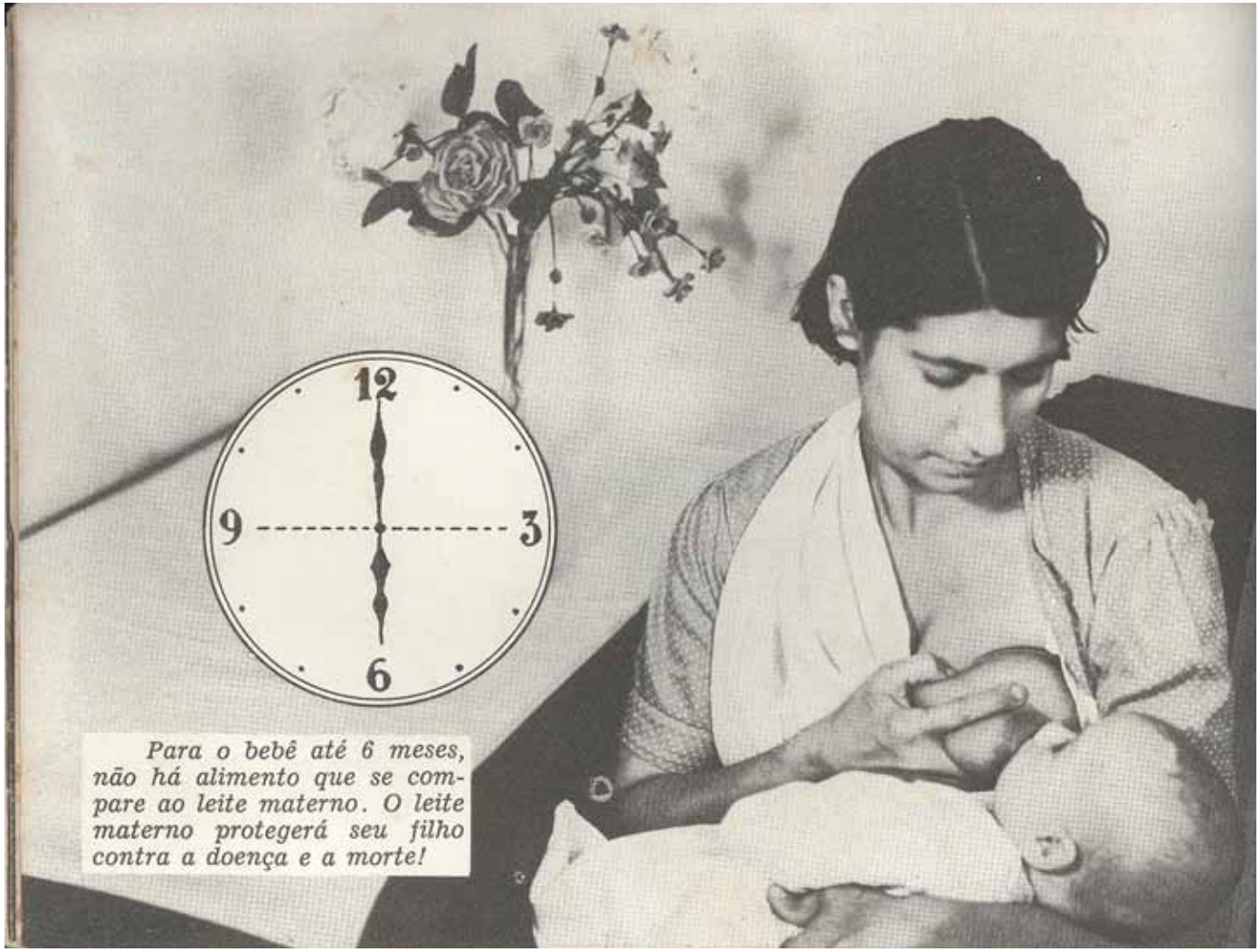
O banho diário, depois da queda do umbigo, é necessário à saúde do bebê.

A melhor maneira de saber se uma criança está passando bem é pesá-la! Pese seu filho, cada semana, durante os três primeiros meses; depois, de 15 em 15 dias, até seis meses; depois, uma vez por mês.

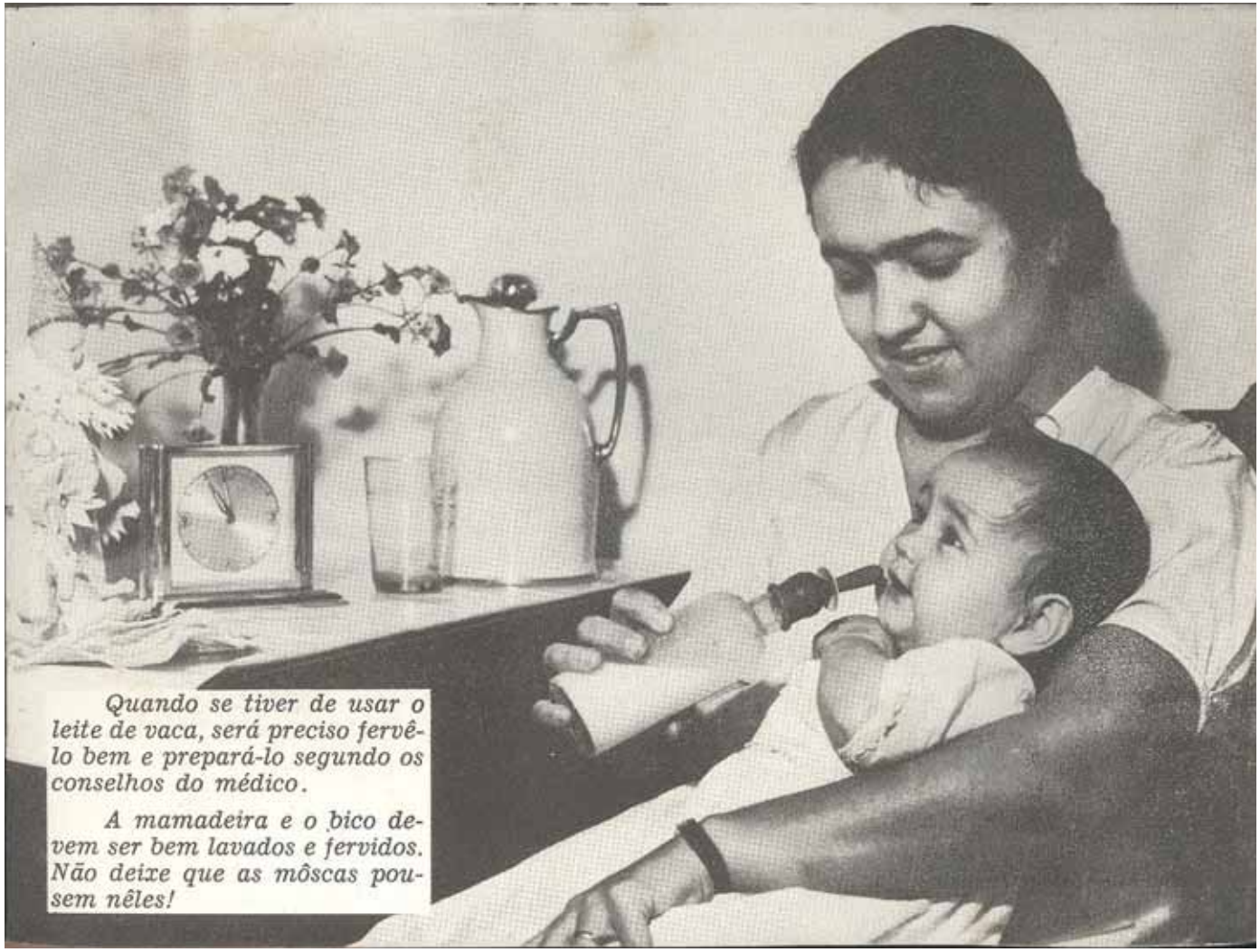
A criança normal nasce com o pêso de 3 quilos e meio, mais ou menos; com 5 meses deverá pesar o dôbro, isto é, 7 quilos; e, com um ano, o triplo do pêso inicial, ou 10 quilos e meio.

A mãe cuidadosa, se estiver resfriada, deverá usar máscara, ou lenço, para não passar a gripe ao bebê. É tão simples!

As crianças não devem dormir na cama dos pais. Devem ter um berço — caro ou barato, mas limpo!



Para o bebê até 6 meses, não há alimento que se compare ao leite materno. O leite materno protegerá seu filho contra a doença e a morte!



Quando se tiver de usar o leite de vaca, será preciso fervê-lo bem e prepará-lo segundo os conselhos do médico.

A mamadeira e o bico devem ser bem lavados e fervidos. Não deixe que as môscas pousem nêles!

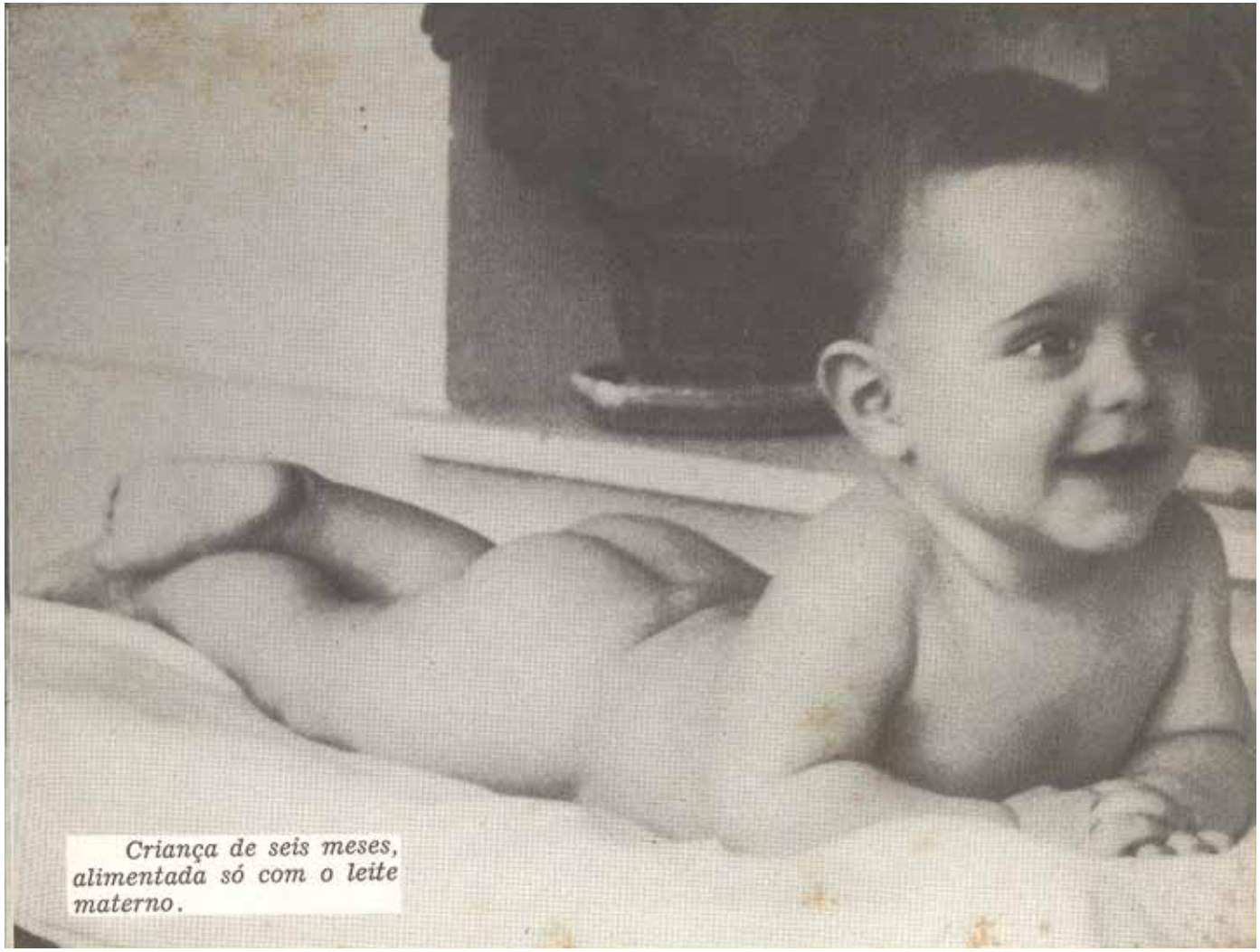
Nosso País perde, cada ano, milhares de crianças de menos de um ano de idade. Vejam que tristeza!

E isso por que?

— porque muitas e muitas crianças deixam de tomar leite materno antes dos 6 meses;

— porque o alimento artificial — leite de vaca, de cabra etc. — dado em mamadeiras não é preparado sob a orientação do médico;

— porque as crianças com diarréia, vômitos, disenterias, sarampo, coqueluche e outras doenças não são levadas ao médico ou ao Pôsto de Puericultura, logo que adoecem.



Criança de seis meses, alimentada só com o leite materno.

Aos 6 meses, a criança já deve tomar suco de frutas e sopa de legumes.

Para preparar SUCO DE FRUTAS basta misturar o caldo de 1 laranja com o caldo de 1 limão, mais o suco de 1 cenoura de tamanho médio (lavada, raspada, ralada e espremida em pano fino), mais a polpa de 1 tomate (lavado e passado no coador fino). Acrescentar 1 xícara das de café de água filtrada, e açúcar, para adoçar.

85362

Preparo da SOPA DE LEGUMES:

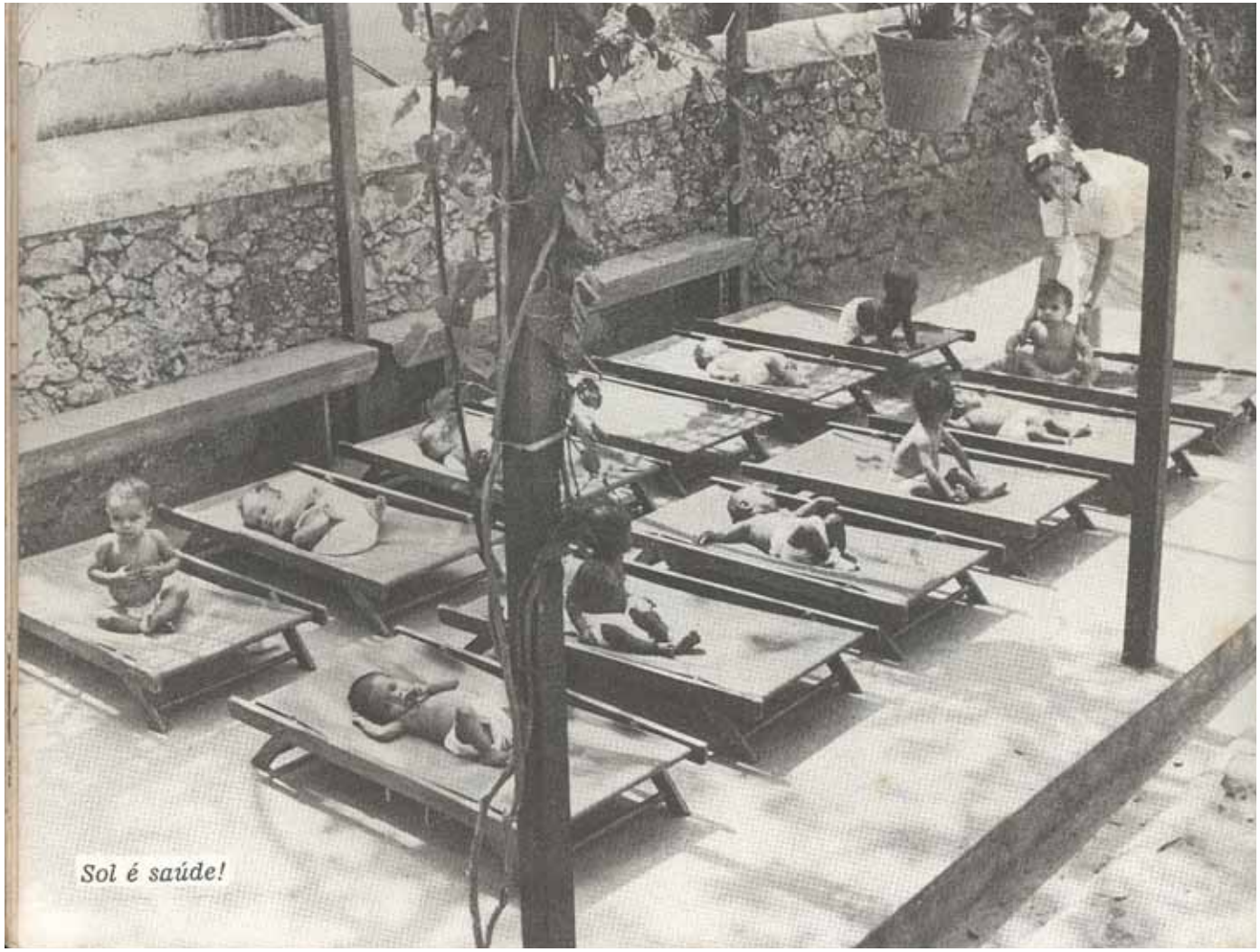
Carne magra	200 gramas
Chuchu	½
Cenoura	1
Batata inglêsa	1
Abóbora	1 pedaço pequeno
Massa miúda	1 colher das de sopa
Tomate	1
Cebola	2 rodelas
Sal	1 pitada
Água	2 litros

Juntar água aos legumes e à carne, já preparados e limpos. Ferver durante uma hora. Juntar sal, cebola e tomate. Ferver durante 15 minutos. Retirar a carne. Amassar os legumes e passar em peneira fina. Juntar a massa e ferver de novo.

Tudo que se usar para a criança deverá ser muito limpo!

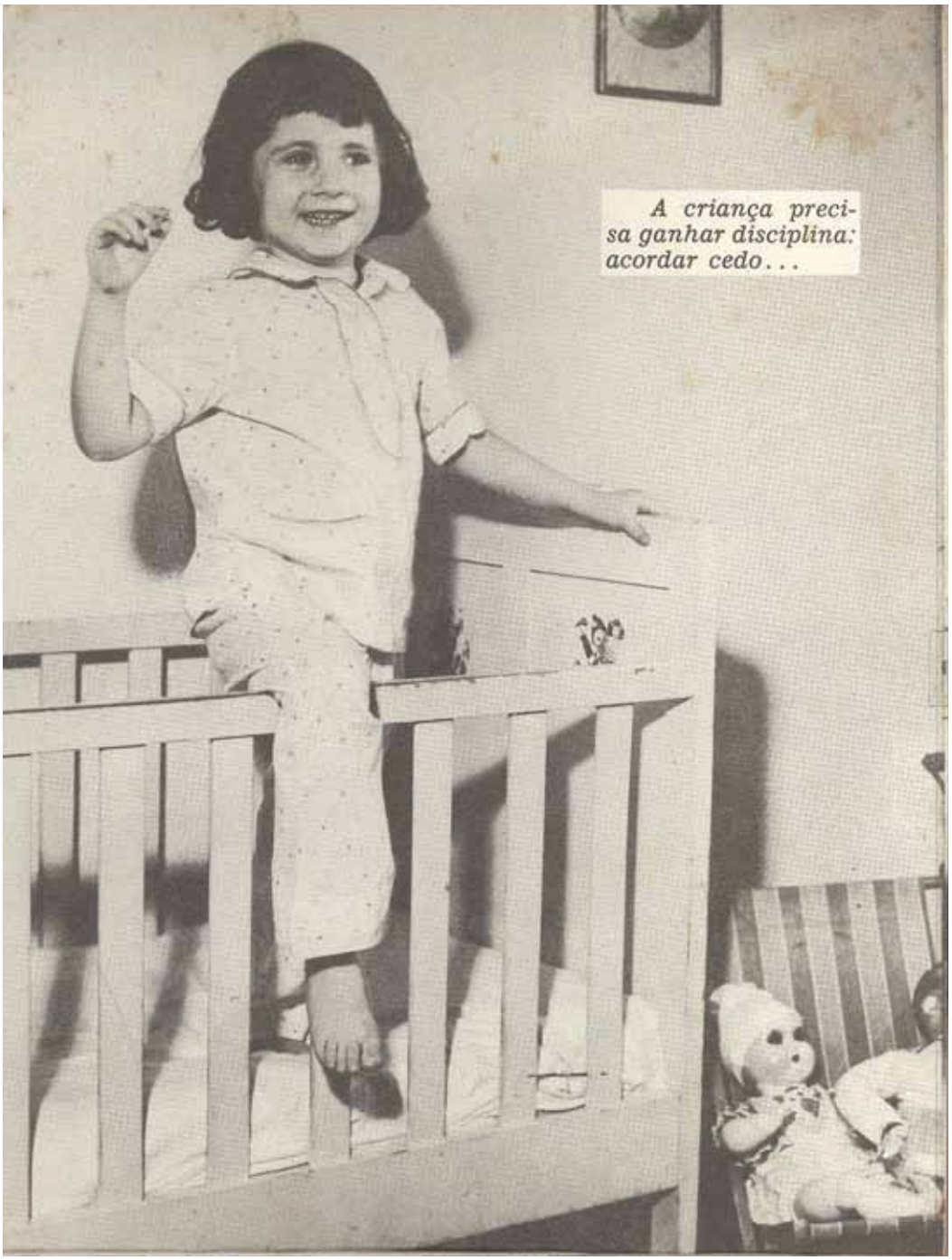
Não se esqueça de dar ao bebê água fervida, fria, várias vêzes por dia.

É preciso não esquecer de vacinar a criança contra a varíola, contra a difteria etc.



Sol é saúde!

A vida ao ar livre faz bem à criança!



A criança precisa ganhar disciplina: acordar cedo...

...comer a horas certas.

As crianças devem brincar juntas, em casa, ou...

... no Jardim da Infância.

Na idade certa, isto é, de 7 a 12 anos, as crianças devem freqüentar a escola primária.

As crianças devem ter as suas horas de brinquedo, porque isso é necessário para o seu desenvolvimento.

Ocupações leves também são muito úteis à criança. Uma excelente ocupação é cuidar de plantas, no jardim ou na horta.

Uma criança bem cuidada é uma bênção de Deus, a alegria da casa e a segurança de uma Pátria forte!

A alimentação apropriada é fundamental à saúde da criança.

ESTRADA DA SAÚDE

1 — Procure o médico antes do casamento, para evitar a tristeza de ter filhos doentes e deformados.

2 — A mulher que vai ser mãe deve estar sob a orientação do médico, para ser feliz e ter um filho sadio.

3 — O melhor alimento para as crianças, até o 6.º mês de vida, é o leite materno.

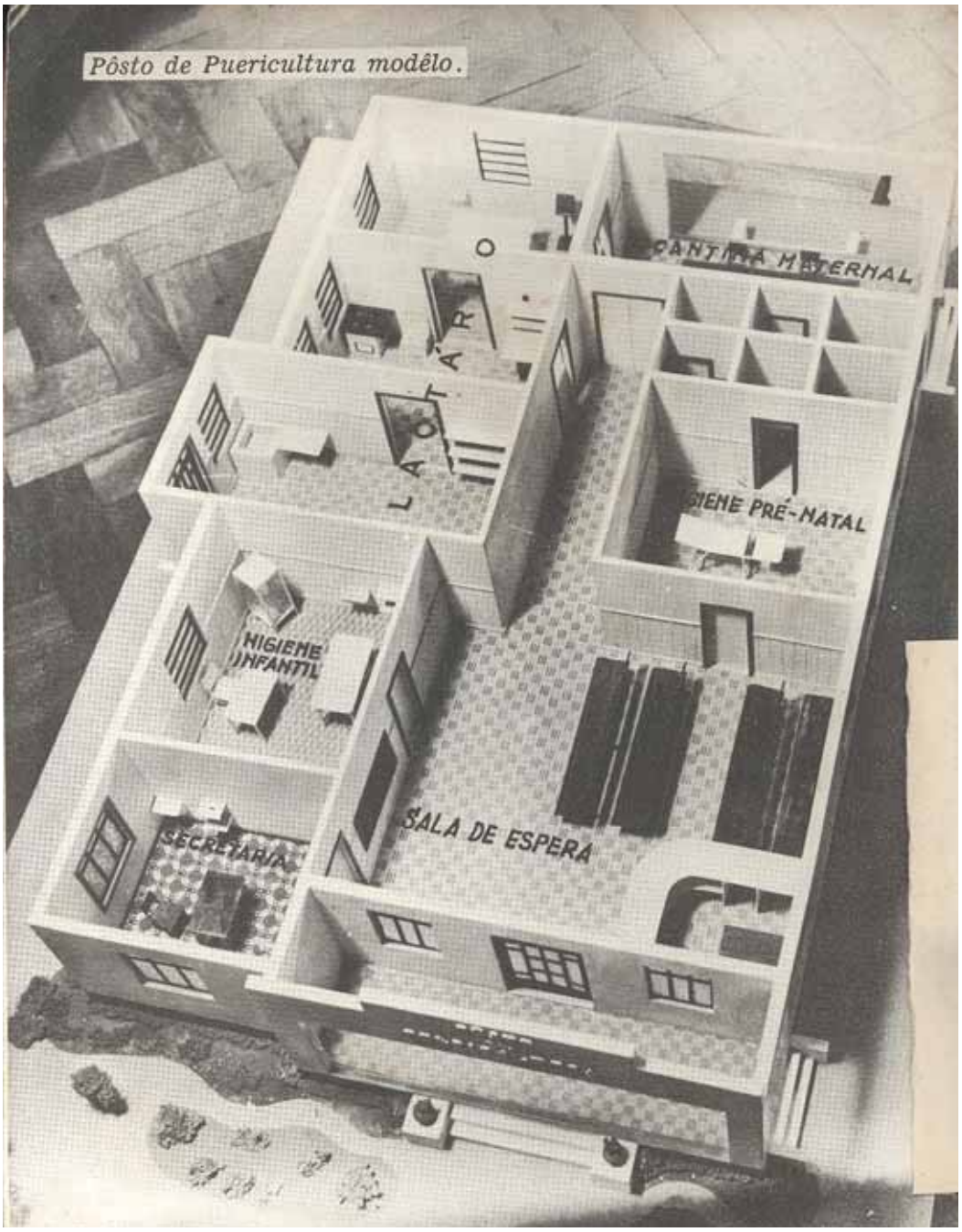
4 — A criança pequena deve mamar ao peito materno de 3 em 3 horas, durante o dia.

5 — Assim como os adultos não se alimentam desde o jantar até o despertar, a criança não deve mamar de noite, para que o seu organismo descanse.

6 — A formação de bons hábitos e a disciplina devem começar nos primeiros dias de vida.

7 — A alimentação, o sono e outros hábitos da criança devem ser sempre regulados pelo relógio.

8 — Leve o bebê ao médico todos os meses mesmo que esteja passando bem, para poder evitar que êle venha a ficar doente.



Pôsto de Puericultura modêlo.

Muitos Municípios do Brasil já possuem POSTOS DE PUERICULTURA. Mas TODOS OS MUNICÍPIOS deveriam ter um dêsses POSTOS a fim de que tôdas as mães conseguissem uma sadia maternidade e tôdas as crianças uma infância feliz.

Se não puder ser construído um PÔSTO como o da planta da página anterior, adapte-se um prédio qualquer, mesmo que permita instalações modestas.

O PÔSTO DE PUERICULTURA, instalado em prédio construído especialmente ou em casa adaptada, é uma das melhores armas para o combate à mortalidade infantil.

ESTE FOLHETO FOI ORGANIZADO PELA DIVISÃO DE PROTEÇÃO SOCIAL DA INFANCIA DO DEPARTAMENTO NACIONAL DA CRIANÇA, E EDITADO PELO DEPARTAMENTO NACIONAL DE EDUCAÇÃO. RIO DE JANEIRO, 1956.

CAMPANHA DE EDUCAÇÃO DE ADOLESCENTES E ADULTOS ANALFABETOS,
PROMOVIDA PELO MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DEPARTAMENTO NACIONAL DE EDUCAÇÃO – RIO DE JANEIRO, BRASIL – 1956

Distribuição gratuita Tiragem: 200 000

Composto e impresso no Serviço Gráfico do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, em Luxas, D.F.