

## CONSELHOS PARA VIAJAR COM OS SEUS FILHOS

### > PREPARAÇÃO

1. Prepare o seu filho, explicando-lhe o que esperar, desde o check-in aos procedimentos de segurança, alfândega e imigração, descolagem, aterragem ou levantamento da bagagem.
2. Faça com que a viagem pareça uma aventura, mas assegure-se que o seu filho compreende que deve manter o seu comportamento usual, tal como evitar falar com estranhos ou correr descontroladamente. As crianças devem estar sempre com a sua família, em todos os momentos.
3. Se é a primeira vez que o seu filho viaja, e para ajudar a combater o possível medo de voar, desperte a sua curiosidade, fazendo com que toda a experiência seja emocionante.
4. Fale com ele sobre o que pode fazer no aeroporto (veja as nossas soluções de entretenimento) e conte-lhe histórias interessantes sobre viagens ou mostre algumas fotos de aviões. É importante que o seu filho perceba quanto tempo vai demorar para chegar ao destino final ou que existem voos de ligação.
5. Fique calmo e relaxado: não se esqueça que o seu comportamento é o melhor exemplo para o seu filho

### > CUIDADOS DE SAÚDE

É seguro para um bebé, mesmo com poucos meses de idade, acompanhar os pais num voo. No entanto, o destino deve ser cuidadosamente selecionado e a viagem bem preparada.

Viajar pode ser cansativo para as crianças especialmente em viagens longas. O ar seco e a baixa pressão atmosférica no avião conduzem à ansiedade, e o facto de não haver muito espaço para brincar, não é muito apelativo para as crianças.

Para ajudar a lidar com todas estas questões, aqui estão alguns conselhos práticos:

1. Consulte o pediatra antes do voo, para se certificar que o seu filho está apto para voar até ao destino planeado
2. O médico pode prescrever vacinas e dar-lhe algumas dicas extras. Se o seu filho tem uma doença contagiosa (varicela, sarampo, etc.) a companhia aérea poderá impedi-lo de viajar se não tiver uma declaração médica.
3. Para evitar dor nos ouvidos leve pastilhas elásticas e rebuçados;
4. Para evitar desidratação certifique-se que o seu filho bebe líquidos suficientes. Traga bebidas consigo ou compre-as no aeroporto ou a bordo.
5. As bebidas mais aconselháveis são sumos de frutas, chá e água, mas evite bebidas gaseificadas, devido ao seu efeito diurético.

## > O QUE DEVE TER EM MENTE AO COMPRAR O BILHETE

A oferta das companhias aéreas pode ser muito diferente, sobretudo no que diz respeito aos preços e pacotes de família, pelo que aconselhamos que consulte a sua companhia aérea.

No entanto, eis o que poderá estar incluído no seu bilhete:

1. Pacotes com brinquedos e jogos (principalmente em 1ª Classe e Executiva) ou um programa de entretenimento seleccionado para as crianças (principalmente em voos de longo curso);
2. Refeições para crianças. Estas devem ser solicitadas com antecedência;
3. Berços em voos de longo curso (número limitado);
4. Cadeiras para bebés, semelhantes às dos veículos;
5. Kits de higiene com fraldas;
6. Informando-se junto da sua companhia aérea com antecedência poderá evitar carregar alguns destes artigos desnecessariamente.

## > ALGUMAS DICAS PARA A COMPRA DO BILHETE

1. Quando comprar o bilhete informe o seu agente de viagens ou companhia aérea que o seu filho vai viajar consigo.
2. Tente reservar um lugar à janela para o seu filho já que as crianças gostam, geralmente, de viajar à janela para poderem olhar para fora.
3. Os pais devem ir no lugar do corredor, a fim de melhor controlarem os filhos.
4. Crianças menores de 15 anos não estão autorizadas a viajar perto da saída de emergência - certifique-se que a companhia está ciente de que viaja com criança no momento da reserva dos lugares (ou corre o risco de ter de mudar para outro lugar e ficar separada do resto da família durante a viagem).
5. Se puder, seleccione um voo nocturno para que as crianças sejam capazes de manter o seu padrão de sono habitual e descansar um pouco.

## > INFORMAÇÕES SOBRE OS PREÇOS DOS BILHETES PARA CRIANÇAS E NORMAS APLICÁVEIS

Os preços variam consoante a idade da criança. A maioria das companhias aéreas segue a seguinte estrutura:

1. 2 anos ou menos (Lactentes)
  - a. Criança de colo (Crianças que não ocupam um lugar) – Para alguns destinos, as crianças não têm de ocupar um lugar. No entanto, pode ser necessário que a criança tenha um bilhete como “criança de colo”. Contacte sua companhia sobre qual a melhor maneira de proceder.
  - b. Ocupar um assento infantil - Também é possível reservar um lugar para o seu bebé dando-lhe um conforto maior, ou o bebé pode viajar numa cadeirinha de segurança. No entanto, poderá ser cobrado um extra.

2. 2 a 12 anos

- a. Geralmente as companhias aéreas exigem que as crianças com mais de dois anos de idade tenham o seu lugar próprio.

3. A partir de 12 anos (Adultos)

Lembre-se que:

- a. Poderão pedir-lhe para comprovar a idade dos seus filhos para poder viajar.
- b. Algumas companhias aéreas cobram preços de adultos para crianças a partir dos 2 anos.
- c. Um bilhete de adulto equivale a um bilhete de criança grátis.
- d. Um passageiro deve ter pelo menos 18 anos para levar uma criança de colo.
- e. Um passageiro adulto que viaje com mais de um filho pode precisar de reservar um lugar adjacente para cada criança, excepto a primeira, ao preço aplicável.
- f. Poderá ser-lhe ser pedido que indique o seu filho como estando a viajar sozinho se for menor de 12 anos e viajar numa classe de serviço diferente da sua.
- g. Se a criança fizer dois anos durante a viagem, pode viajar como criança de colo no voo de ida, mas será necessário um lugar próprio no voo de regresso.

Relembramos que deve sempre contactar a sua companhia aérea.

> INFORMAÇÃO LEGAL

Em voos internacionais, caso a criança esteja acompanhada por apenas um dos pais, será necessário apresentar uma carta autenticada com a autorização de saída assinada pelos dois pais ou procuração do outro progenitor.

No caso de pais divorciados, separados judicialmente de pessoas e bens ou cujo casamento foi declarado nulo ou anulado, a autorização de saída tem que ser prestada pelo ascendente a quem foi confiado e/ou com quem reside; Como actualmente o regime normal, em caso de divórcio, é o de responsabilidades parentais conjuntas, o menor poderá sair com qualquer um dos progenitores, desde que não haja oposição do outro.

Se o menor é órfão de um dos progenitores a autorização de saída deve ser elaborada pelo progenitor sobrevivente devendo ser exibida a certidão de óbito do ascendente falecido.

Regra geral, os menores de 18 anos deverão ter sempre o seu próprio Bilhete de Identidade e Passaporte se aplicável.

Também as crianças de colo necessitam de cartão de embarque. E é necessário apresentar também:

1. Cartão único/B.I. para validar a idade de todas as crianças menores de dois anos - a certidão de nascimento, por não ter fotografia, poderá não ser aceite pela companhia.
2. Autorização médica para viajar para qualquer criança com menos de 14 dias. No entanto, o direito da companhia prevalece nestes casos e poderá ver recusado o embarque do bebé.

Para outras situações aconselha-se o contacto com as autoridades competentes e sempre um contacto prévio com a companhia aérea. No caso de ser no estrangeiro, será o Consulado Português da área de residência.

Para mais informação consulte o [site do SEF](http://www.sef.pt/portal/v10/PT/asp/apoioCliente/detalheApoio.aspx?id_linha=4350) ([http://www.sef.pt/portal/v10/PT/asp/apoioCliente/detalheApoio.aspx?id\\_linha=4350](http://www.sef.pt/portal/v10/PT/asp/apoioCliente/detalheApoio.aspx?id_linha=4350))

#### > BAGAGEM DE MÃO

Também na preparação da sua bagagem deve ter em atenção os cuidados necessários a ter ao viajar com uma criança. Aqui encontra algumas dicas para a preparação da sua bagagem de mão ao viajar com uma criança. Por favor, veja também a lista de itens proibidos e as restrições de líquidos.

1. Vista o seu filho com várias camadas de roupa que possa adaptar-se às diferenças de temperatura a bordo e no destino.
2. Tudo o que é essencial deve estar na sua bagagem de mão, como brinquedos, roupas e artigos de higiene.
3. Traga comida suficiente para a criança, tendo em mente possíveis atrasos.
4. Leve os medicamentos do seu filho, especialmente se não estiver familiarizado com o seu destino e não tiver a certeza de encontrar uma farmácia.
5. Não leve brinquedos de que o seu filho goste muito para o avião, pois podem perder-se.

Itens essenciais a incluir na sua bagagem de mão:

- Cobertor contra o ar frio do ar condicionado (Muitas companhias aéreas disponibilizam este artigo)
- Pastilhas para ajudar a criança com as alterações de pressão atmosférica.
- Snack favorito
- Biberão
- Peluche
- Livro para colorir
- Fraldas e toalhetes
- Uma muda de roupa para o bebé e mãe
- Medicamentos necessários

Compre o seu bilhete com antecedência

## DIA DO VOO

### No aeroporto

#### > Conselhos Gerais

1. Dê ao seu filho algo para comer ou beber pouco antes da decolagem e aterragem, uma vez que ajudará a lidar com a mudança da pressão de ar.
2. Os lanches leves são sempre uma boa opção. Apesar de algumas companhias aéreas fornecerem comida para bebê, é sempre preferível levar o alimento favorito do seu bebê.
3. Chegue cedo. Viajar com crianças e lidar com a bagagem pode levar algum tempo. Reserve duas horas para voos domésticos e europeus e 3 horas para voos intercontinentais.
4. Normalmente, os passageiros com crianças estão autorizados a embarcar primeiro. Para tal, deverá estar na porta de embarque antes do início do embarque.
5. Nunca deixe a criança sozinha, nem mesmo quando for à casa de banho. Se perder de vista o seu filho, peça ajuda a um membro do staff para o encontrar.
6. Permita às crianças brincar e desfrutar do aeroporto (o aeroporto oferece várias opções de entretenimento) tanto quanto possível para garantir que estarão mais silenciosas durante o voo. Desde ver os aviões a levantar voo e aterrar a jogar num dos parques infantis, há muito para fazer nos nossos aeroportos.
7. Se trouxer um carrinho de bebé e desejar mantê-lo até ao embarque, a companhia fará o "check-gate" do mesmo e colocá-lo-á no compartimento de carga para transporte. Alternativamente, a ANA disponibiliza carrinhos de bebé após a passagem pela segurança para que possa despachar o seu carrinho no momento do check-in.
8. Quando chegar ao destino, o carrinho ser-lhe-á devolvido. A maioria das companhias aéreas não se responsabiliza por danos ocorridos aos carrinhos de bebé não entregues como bagagem fora de formato no check-in.

#### > Raio-X

Todos os passageiros deverão passar pelo raio-X, incluindo crianças. No entanto, os pais estão autorizados a permanecer em todos os momentos com os filhos. De modo a facilitar este procedimento, por favor, tenha em mente os seguintes conselhos:

1. Todas as bagagens de mão, incluindo itens de crianças, devem passar pelo raio-X.
2. Se levar o seu carrinho, pegue no seu bebé ao colo e só depois passe o carrinho pelo raio-X. Arrume todo o equipamento relacionado com o seu filho - todos os artigos que estejam em bolsas deverão ser retirados e colocados nos tabuleiros adequadas para a inspeção.
3. Se algum dos equipamentos não passar no raio-X, o agente de segurança inspecioná-lo-á.
4. Se a criança já souber andar, os pais e a criança deverão passar separadamente pelo detetor de metais.

### Os líquidos e o raio-x

1. Líquidos, géis e aerossóis não devem exceder 100 ml e devem estar num saco de plástico com fecho zip. Cada passageiro poderá usar apenas um saco.
2. Medicamentos, comida, leite ou sumo, são permitidos desde que em quantidades razoáveis. Estes artigos não precisam de estar no saco de plástico com fecho zip, mas deverão ser declarados para inspeção no raio-X.
3. Retire o saco de plástico da sua bagagem de mão e coloque-o num tabuleiro no tapete rolante para triagem no raio-X.
4. Lembre-se que todos os líquidos que leva consigo devem ser para o conforto imediato da criança. Todos os outros artigos necessários apenas no destino devem ser despachados com a restante bagagem no check-in.

### Crianças com cuidados especiais

Estas são algumas dicas para os pais ou responsáveis de crianças com cuidados especiais para a passagem no raio-X:

1. Informar o agente de segurança se a criança tem um dispositivo médico especial.
2. Se acha que a criança poderá ficar incomodada durante o processo de inspeção, fale com ela e ajude-a a encontrar o melhor caminho para minimizar o stress.

3. Nunca deixe o seu filho sozinho durante o processo de inspecção, mesmo quando é necessário uma inspecção particular.
4. O adulto que viaja com a criança é a única pessoa responsável por retirá-la do dispositivo para inspecção.
5. Se o seu filho é incapaz de andar ou ficar de pé, o agente de segurança fará a inspecção, enquanto a criança permanece no equipamento.

A ANA providencia um serviço personalizado para facilitar o percurso dos passageiros com mobilidade reduzida, Serviço My Way. O serviço deverá ser solicitado à sua companhia aérea no momento da reserva, que por sua vez contactará a ANA.

#### Durante o Voo

Durante o voo, é importante que o seu filho esteja calmo, entretido e seguro.

1. Se viajar com várias crianças, peça a uma hospedeira ajuda para tomar conta delas quando tiver de ir à casa de banho.
2. Uma vez a bordo, descalce-as, pois os pés podem inchar devido à altitude elevada
3. Mantenha o seu filho ocupado durante o voo. Use os brinquedos que trouxe - algumas companhias aéreas oferecem também alguns brinquedos.
4. Se o seu filho tiver um jogo electrónico, desligue o som, e certifique-se que não é utilizado na descolagem e na aterragem.
5. Espere que os outros passageiros saiam do avião para que esteja mais à vontade ao recolher a sua bagagem.

#### > Segurança a bordo

1. Todas as crianças devem estar devidamente sentadas e seguras nos seus lugares
2. Se estiver com uma criança de colo, certifique-se de que lhe é dada uma cadeirinha de bebé para que a criança fique segura

3. Apesar de algumas companhias aéreas oferecerem berços de viagem a bordo, estes normalmente só estão disponíveis para voos de longo curso. Além disso, o tamanho e o peso do seu bebé também podem determinar se pode utilizar esses dispositivos.
4. Poderá reservar um lugar para a criança e utilizar uma cadeira de carro para bebés certificada para uso em aeronaves.
5. Deve colocar o seu filho na cadeira para a descolagem, aterragem e durante turbulência, ou seja, seguir o mesmo procedimento aconselhado para os adultos.