

Boletim de Saúde Infantil e Juvenil

- Destina-se ao registo dos factos mais importantes relacionados com a saúde do seu filho e transmite a sua evolução;
- Sempre que a criança/jovem reorror aos serviços de saúde deve ser portador deste Boletim;



- Contém informações úteis que podem auxiliar os pais a cuidar melhor da saúde dos seus filhos;
- Contém um espaço onde os pais podem escrever as suas dúvidas e preocupações.

Nunca use os procedimentos com agulha como ameaça, nem minta à criança quanto aos procedimentos dolorosos, pois desta forma a criança irá desconfiar e ficar com medo dos profissionais de saúde



Referências Bibliográficas

- Direção-Geral da Saúde (2013). *Programa Nacional de Saúde Infantil e Juvenil*. Lisboa: Ministério da Saúde.
- Ordem dos Enfermeiros (2011). *Guias Orientadores de Boa Prática em Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica – Volume II*. Coimbra: Ordem dos Enfermeiros.
- Ordem dos Enfermeiros (2010). *Guias Orientadores de Boa Prática em Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica - Volume I*. Lisboa: Ordem dos Enfermeiros.



Este trabalho está licenciado com uma Licença [Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Elaborado por: Ana Lopes
Estudante do Curso de Mestrado em Enfermagem SIP da ESEL

Sob orientação da Enfermeira Cláudia Martins, Enfermeira Fátima Fernandes, Enfermeira Teresa Antunes e Professora Paula Diogo

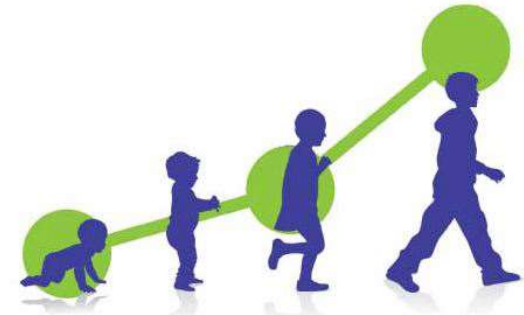


Programa
Nacional de
saúde Infantil e
Juvenil

Consulta de Enfermagem de Saúde Infantil e Juvenil

Os pais são nossos parceiros e ajudam-nos a cuidar melhor da criança

Ajude o seu filho a lidar com o medo associado aos cuidados de saúde



Nas consultas de saúde infantil é natural que as crianças sintam medo. Ele faz parte do processo de crescimento e de desenvolvimento. De modo individual cada criança é capaz de, a seu tempo ultrapassá-lo, onde a ajuda dos pais/cuidadores é fundamental.

Consulta de Saúde Infantil e Juvenil

A consulta com os enfermeiros serve para:

- Avaliar o crescimento e desenvolvimento do seu filho;
- Facultar aos pais/cuidadores, em cada fase do desenvolvimento da criança/jovem, os conhecimentos necessários no que respeita à: alimentação, higiene, sono, saúde oral, prevenção de acidentes, brincar, atividade física, puberdade, sexualidade, vacinação, entre outros.



Promoção da saúde e prevenção da doença

Características da criança/Estratégias para os pais:

No primeiro ano de vida: o bebé chora e movimenta os braços e pernas ao mesmo tempo e fica irritado pois não gosta das sensações de frio e movimentos bruscos. A partir dos 6 meses apresenta medo e ansiedade da separação e medo de pessoas estranhas.

Os pais podem dar afeto, dar colo, utilizar objetos que tranquilizem a criança como a chucha, fraldinha de pano, cantar e embalar.

1 - 3 anos: medo e ansiedade máximos à separação, reação a pessoas estranhas onde é esperada mais angústia. Não têm uma correta noção do tempo e entendem mais do que são capazes de dizer.

Converse com a criança na véspera e explique de forma simples que no dia seguinte, depois de acordar vão ao Centro de Saúde. Traga o seu brinquedo preferido.

4 - 9 anos: apresenta sentimentos de culpa e entende os procedimentos invasivos (vacinação), como uma punição, tem medo do dano corporal.

Evite palavras como: pica, injeção, picada de abelha, agulha. Pode por exemplo dizer-lhe: “vão colocar-te um remédio por debaixo da pele”. Explique o que vai acontecer de forma clara e simples. Pode ler-lhe o livro: “O Diogo vai às vacinas” ou contar uma história de um menino que se portou muito bem na vacinação. Distraia o seu filho e encoraje-o a respirar fundo e a contar até 10, até o procedimento estar acabado.



Adolescência: medo da alteração da imagem corporal, de perder o controlo, rejeição, coloca em questão a necessidade dos cuidados, pode apresentar-se pouco comunicativo.

Fale com o seu filho sobre o que vai acontecer, incentive-o a participar na tomada de decisões e a esclarecer dúvidas e preocupações com os enfermeiros sobre esta fase da sua vida.