

SLIDE 1

Bom dia a todos os presentes.

Quando fizeram a proposta à Enfermeira Chefe e Coordenadora da Unidade de Cuidados na Comunidade de Castelo Branco (UCCCB), de apresentar o tema **O Contributo da Saúde para um Crescer Saudável**, no **I Encontro de CPCJ** em Vila Velha de Ródão, no dia 29 de Abril de 2016, várias hipóteses se levantaram:

É Apresentar um trabalho com evidências teórico/científicas;

É Apresentar um estudo de investigação;

É ()

E depois pensámos: Estamos no mês de Abril!

Abril é o **Mês da Prevenção dos maus tratos na Infância**, e, não há nenhuma criança/jovem que não goste de ouvir uma história. Por tal facto, e, dedicado a todas as crianças e jovens, vou ler uma história, da autoria dos Colaboradores da UCCCB em que as imagens vão ser projetadas, ao som de **L'Ultima Diligenza per Red Rock** de Ennio Morricone.

UMA HISTÓRIA DE ENCANTAR

↔ **Era uma vez, há já algum tempo, numa pequena aldeia à beira de uma densa floresta, que a Teresa e o José numa tarde do fim de novembro, já sem nenhum outono, se dirigiram a um serviço de saúde e agendaram uma consulta de Saúde Reprodutiva.**

SLIDE 2

Esta consulta visa a promoção da vivência da sexualidade de forma saudável e segura;

É Pretende regular a fecundidade segundo o desejo do casal;

É Preparar para a maternidade e a paternidade responsável;

É Reduzir a incidência das ITS e as suas consequências;

É Melhorar a saúde e o bem-estar dos indivíduos e da família.

A Equipa de Saúde efectuou a História Clínica exhaustiva com a Avaliação do Graffar, Apgar familiar, Escala Duvall, Risco familiar Garcia-Gonzalez e verificação do cumprimento do PNV.

É A Teresa e o José foram informados sobre a anatomia e a fisiologia da reprodução;

ÉA Teresa efectuou rastreio do cancro do colo do útero e da mama;

ÉE foi facultada informação completa, isenta sobre Métodos

Contracetivos;

ÉEfetuadas ações de educação para a saúde no sentido de promover a adopção de estilos de vida saudáveis

↔ **Teresa e o José andavam felizes, mas ainda não tinham concretizado o seu maior sonho, que era terem filhos e efectuaram uma consulta Pré-Natal.**

Durante as consultas foi efetuada a :

ÉPreparação da gravidez;

ÉAvaliação do risco através de história clínica / reprodutiva e familiar;

ÉDeterminação do grupo sanguíneo e fator RH;

ÉRastreio das hemoglobinopatias;

ÉDeterminação da imunidade à rubéola;

ÉRastreio da toxoplasmose, Sífilis, HIV, hepatite B;

ÉFoi recomendado ao JOSÉ a realização do rastreio da sífilis, HIV e hepatite B.

ÉE , avaliadas as competências parentais.

↔ **Finalmente Concretizam o seu maior sonho!**

SLIDE 3

E, efectivam uma consulta de Vigilância da Gravidez de Baixo Risco.

Nesta consulta foram definidos um conjunto de recomendações e intervenções adequadas na gravidez e puerpério.

ÉAs consultas são programadas com o objetivo de identificar e orientar precocemente complicações e fatores de risco que possam afetar a evolução da gravidez e o bem-estar do feto;

ÉFoi avaliado o risco psicossocial e estruturadas intervenções individuais à medida da grávida/casal/família;

ÉSão encorajadas as grávidas/casal/famílias a falar sobre alterações do seu estado emocional ; no sentido de desenvolver fatores protetores da saúde mental na gravidez e na primeira infância, intervindo precocemente nas situações identificadas como problemáticas ;

ÉNo caso de pertinente são referenciados para consultas de saúde mental a grávida e/ou companheiro que apresentem sintomas inequívocos de depressão.

ÉSendo a avaliação das competências parentais um continuum.

É Entre as 28 ó 30 semanas de gravidez é efetuado o encaminhamento , para as consultas de preparação para o Parto e Parentalidade, com visita acompanhada ao serviço de Obstetrícia, iniciando o casal a preparação para o parto pelo método psicofilático .

SLIDE 4

É O parto foi assistido no Hospital, com assistência clinica , num ambiente acolhedor e saudável, e com a presença do JOSÉ .

É Pretende-se a diminuição do sofrimento fetal , pelo que foram prestados cuidados imediatos à Teresa e à Luísa, reforçando sempre a importância do apego mãe/filha, para estabelecer o vínculo.

É Sendo do mesmo modo, incentivado o Aleitamento materno , como fundamental para a transmissão de anticorpos e fortalecimento do Vínculo mãe/filha.

É Devido às altas precoces do Hospital, estão previstas consultas no domicílio para prevenção da depressão pós parto, observação do RN, avaliação das competências parentais e adaptação familiar.

É Entre as 6 e as 8 semanas após o parto a Teresa efetua Consulta de Revisão do Puerperio e inicia Contraceção.

↔ **Conhecedores das suas responsabilidade parentais, a Teresa e o José agendam para a sua filha Luísa uma Consulta de Saúde Infantil.**

SLIDE 5

É O Programa Nacional de Saúde Infantil e Juvenil , adequou as Consultas a idade chave (etapas do desenvolvimento físico / psicomotor / socialização / alimentação / escolaridade / PNV).

É Os cuidados antecipatórios prestados visam a promoção da saúde e prevenção de doenças, implicando um melhor desempenho dos pais no que respeita à proteção e promoção dos direitos da criança e ao exercício da Parentalidade. É importante reconhecer a capacitação dos pais, enquanto primeiros prestadores de cuidados, apoiando-os e estimulando o exercício adequado das responsabilidades parentais e promoção do bem estar familiar.

É Intervirmos na prevenção das perturbações emocionais e do comportamento.

É Nos casos detetados de crianças e famílias de risco são efetuadas Consultas no Domicílio.

ÉAs Ações de educação para a saúde são direccionadas ao estadio da criança e família visando a aquisição de comportamentos promotores da saúde.

ÉCabe à equipa de saúde identificar/apoiar/orientar, numa perspetiva centrada na família, as necessidades especiais de cada criança, sinalizando-as, promovendo a articulação entre os intervenientes nos cuidados (NACJR/ CPCJ/SNIPI).

↔ A equipa de saúde continuou a seguir a Luísa no programa nacional de saúde escolar

O Programa Nacional de Saúde Escolar pretende contribuir para mais saúde, mais educação, mais equidade e maior participação e responsabilização da comunidade educativa, em particular das crianças e dos jovens no seu desenvolvimento saudável e sustentável e no da sua comunidade.

ÉContribui também, para o aumento do nível de literacia em saúde enquanto promove a adoção de estilos de vida saudáveis.

ÉAumenta as competências sociais e emocionais para a tomada de decisões responsáveis, nomeadamente em áreas como : saúde mental,

alimentação saudável e atividade física, sexualidade, prevenção do consumo de tabaco, álcool e outras substâncias aditivas.

SLIDE 6 e 7

A Luísa conhece o Luís e o ciclo continua.

SLIDE 8

É A oferta de CUIDADOS DE SAÚDE DE QUALIDADE, permite-nos afirmar que existem actualmente ganhos em saúde na população residente em Portugal. Para tal é de extrema importância a visualização de forma global do utente, família e comunidade, sendo a articulação entre os vários programas de saúde um continuum, permitindo inputs e outputs , com influência no sistema micro e macro.

SLIDE 9

É Estamos cientes, de que com uma articulação efetiva entre as várias estruturas, instituições e parceiros, contribuímos para o bem estar das crianças e jovens.

Desta forma, **TODOS NÓS**, que estamos nesta sala e outros espalhados pelo País, **CONTRIBUIMOS** para **UM CRESCER SAUDÁVEL**.

E, todos os personagens desta história viveram felizes para sempre!

Que bom seria, se esta história, fosse ãa realidade de todas as crianças e jovens .ö

**Em nome de todos os Colaboradores da Unidade de Cuidados na Comunidade de Castelo Branco, deixo expresso, o meu,
Muito Obrigada!**