



Estratégias para apoiar

Planejamento da
visita domiciliar de
participantes
adolescentes,
desde a gestação
até 18 meses da
criança

mães e pais adoles- centes

 **criança
feliz**

**Estratégias
para apoiar** | **mães
e pais
adoles-
centes**

Planejamento da
visita domiciliar de
participantes
adolescentes,
desde a gestação
até 18 meses da
criança

**ESTRATÉGIAS PARA APOIAR
MÃES E PAIS ADOLESCENTES.
PLANEJAMENTO DA VISITA DOMICILIAR
DE PARTICIPANTES ADOLESCENTES,
DESDE A GESTAÇÃO ATÉ 18 MESES DA CRIANÇA.**

©2022 Ministério da Cidadania

Todos os direitos reservados. É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte e que não seja venda ou qualquer fim comercial.

1ª edição – 2022

Presidente da República

Jair Messias Bolsonaro

Ministro da Cidadania

João Inácio Ribeiro Roma Neto

Secretário Executivo

Luiz Antonio da Galvão da Silva Gordo

Secretário Especial

Adjunto de Desenvolvimento Social

Alexandre Reis de Souza

Secretaria Nacional

de Atenção à Primeira Infância

Luciana Siqueira Lira de Miranda

Diretor do Departamento
de Atenção à Primeira Infância

Leonardo Milhomem Rezende

Secretário-Geral das Nações Unidas

UNFPA

UNICEF

ONU Mulheres

UNESCO

PNUD

FICHA TÉCNICA

Colaboradores de Conteúdo

Departamento de Atenção à Primeira Infância

(SNAPI/Ministério da Cidadania)

Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF)

Consultoria Técnica e Autoria

Universidade de São Paulo

Fundação Faculdade de Medicina

Lislaine Aparecida Fracolli – Coordenação

Flávia C. P. Abreu D'Agostini

Lucíola D'Emery

Letícia Silva

Rosemary Fracolli

Equipe do Projeto Primeiros Laços

Eurípedes Constantino Miguel

Guilherme Polanczyk

Criação e Coordenação Editorial

ES Mídia & Arte Digital

Revisão Técnica

Daniela Teixeira Santos

Katiuska Lopes dos Santos

Lisane Marques Lima

Luciana Maria Dias Mota

Mayara Gouveia de Castro Souza

Paulo Sérgio de Aquino

Pedro Victor Sousa Aroso

Rosa Maria Lopes de Sousa

Vanessa Alessandra Cavalcanti Peixoto Queiroz

Equipe de Comunicação SNAPI

Igor Pereira Silva de Pinho

Lívia Dias Jácome Reis

Ráyra Elizama da Silva Fernandes

Apoio

Fundo Conjunto para os ODS |

Joint SDG Fund das Nações Unidas

Imagens

Freepik

Inspirado pela reforma do Secretário-Geral das Nações Unidas, o Fundo Conjunto para os ODS (Joint SDG Fund) incentiva a aceleração do progresso dos 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) em diversos países. No Brasil, o Fundo Conjunto para os ODS é desenvolvido por cinco agências das Nações Unidas (PNUD, UNESCO, UNFPA, ONU Mulheres e UNICEF – agência líder) e apoia o desenvolvimento da primeira infância através do fortalecimento do Programa Criança Feliz, implementado pelo Ministério da Cidadania. Para mais informações visite: www.jointsdfund.org

	União Europeia e governos de:		Holanda
	Dinamarca		Noruega
	Alemanha		Portugal
	Irlanda		Espanha
	Luxemburgo		Suécia
	Mônaco		Suíça

Sumário

Apresentação.....	8
Visita Domiciliar - Gestação 1 - 1º trimestre.....	16
Atividade 1 Como se sentiu quando soube que estava grávida?	
Como tem sido esse período da gravidez?	17
Atividade 2 E o pai do bebê, como reagiu? Quais são os	
sentimentos dele?	18
Visita Domiciliar - Gestação 2 - 1º trimestre.....	19
Atividade 1 Roda da Vida.....	20
Visita Domiciliar - Gestação 3 - 1º trimestre.....	22
Atividade 1 Avaliando o Ambiente.....	23
Check-List.....	24
Atividade 2 Recordatório Alimentar.....	25
Visita Domiciliar - Gestação 4 - 2º trimestre.....	27
Atividade 1 Mapeando os recursos da comunidade.....	28
Atividade 2 Eu cuido de mim?	29
Atividade 3 Direitos da Gestante	31
Visita Domiciliar - Gestação 5 - 2º trimestre.....	32
Atividade 1 Planos para o Futuro	33
Atividade 2 Entendendo o que é Importante para Mim.....	35
Visita Domiciliar - Gestação 6 - 2º trimestre.....	37
Atividade 1 Preparando o "Ninho".....	38
Atividade 2 A Barriga e Eu	39
Atividade 3 Automassagem e o Bebê Imaginário	42
Visita Domiciliar - Gestação 7 - 3º trimestre.....	43
Atividade 1 Pensando no Parto.....	44
Atividade 2 Preparo para Parto	45
Visita Domiciliar - Gestação 8 - 3º trimestre.....	46
Atividade 1 Conversando sobre Amamentação	47
Visita Domiciliar - Gestação 9 - 3º trimestre.....	48
Atividade 1 Que apoio gostaria de ter depois que o bebê nascer?	
E que apoio espera ter?	49
Atividade 2 Pensando nas Mudanças	50
Visita Domiciliar - Puerpério 1	51
Atividade 1 Desvendando o Parto	52
Atividade 2 Será que estou desanimada?	53
Atividade 3 A Nova Rotina	55

Sumário

Visita Domiciliar - Puerpério 2.....	57
Atividade 1 O Desenvolvimento do Bebê	58
Atividade 2 Identificando o Choro	59
Atividade 3 Estimulando os bebês	61
Atividade 4 Direitos da Criança	62
Visita Domiciliar - Puerpério 3.....	63
Atividade 1 Pensando nas Finanças	64
Visita Domiciliar - 3 - 6 meses.....	65
Atividade 1 Como me Sinto?.....	66
Atividade 2 Montando um Plano de Bem-Estar.....	67
Atividade 3 Vamos Falar de Emoções.....	69
Visita Domiciliar - 6 - 9 meses.....	71
Atividade 1 A Importância do Toque	72
Atividade 2 Oi, Eu Conheço Você!.....	73
Atividade 3 Eu Vou, mas Eu Volto!	74
Visita Domiciliar - 9 - 12 meses	76
Atividade 1 Pensando no Futuro	77
Atividade 2 Construção do Plano de Vida	79
Atividade 3 Minha Sexualidade, Minhas Escolhas.....	82
Visita Domiciliar - 12 - 15 meses.....	84
Atividade 1 Olhe ao Seu Redor Antes de Fumar	85
Atividade 2 Mexa-se!.....	87
Atividade 3 Você É o Que Você Come	89
Visita Domiciliar - 15 - 18 meses.....	91
Atividade 1 Qual Tipo de Pai e Mãe Você É?	92
Atividade 2 Pai Presente!	93
Atividade 3 Por Que Educar Sem Bater?	94
Referências.....	96

Estratégias para apoiar

Planejamento da
visão domiciliar de
participantes
adolescentes,
desde a gestação
até 18 meses da
criança

mães
e pais
adoles-
centes



Apresentação

A gravidez na adolescência é um fenômeno vivenciado em todas as classes sociais, entretanto, tem grande impacto em adolescentes em situação de vulnerabilidade socioeconômica, onde há dificuldades em acessar serviços de saúde, educação e assistência social, e condições sociais de privações e vulnerabilidades. Inúmeros fatores influenciam a ocorrência da gravidez não planejada, o que tem desfechos negativos no curso de vida da mulher e no desenvolvimento da criança, podendo também repercutir na vida do pai adolescente.

Pensar em iniciativas para apoiar esses adolescentes a refletir sobre os rumos da sua vida e promover o desenvolvimento infantil são estratégias importantes. Programas baseados na visita domiciliar têm o potencial de aproximar-se das necessidades da família, estreitar o vínculo com os participantes para compreender suas demandas e possibilitar um apoio condizente com sua realidade.

Considerando a complexidade do fenômeno da gravidez na adolescência, carece pensar numa articulação intersetorial para abarcar as dimensões envolvidas nesse processo, e dessa forma promover impactos positivos no desenvolvimento infantil.

Diante disso, os programas que adotam a visita domiciliar como estratégia de apoio às famílias têm demonstrado resultados promissores. No Brasil, o Programa Criança Feliz (PCF) é uma iniciativa de abrangência nacional que pretende aprimorar as competências parentais e impactar positivamente no desenvolvimento de crianças pertencentes a famílias em vulnerabilidade social e também se apresenta como estratégia para o acompanhamento e orientação de gestantes adolescentes, e pais e mães adolescentes.

Este manual foi elaborado pensando nas especificidades do PCF, tendo como público-alvo mães e pais adolescentes, suas crianças e suas famílias, sendo que os conteúdos devem ser abordados em complemento ao protocolo de visitas domiciliares proposto pelo Programa Criança Feliz. As atividades utilizam o lúdico como princípio para atuar nos fatores relevantes para a construção da parentalidade¹ e das competências parentais² na adolescência.

1. Promover um ambiente seguro para garantir a sobrevivência e o desenvolvimento da criança, e torná-la mais autônoma (FMCSV, 2015).

2. Conjunto de atitudes e comportamentos que permitem o reconhecer e o atender as necessidades dos filhos em todos os momentos do ciclo vital; são adquiridas através de programas parentais, experiência própria e/ou observação de outros pais (FMCSV, 2015).



A estrutura deste manual visa contribuir com a visita domiciliar realizada pelo visitador. Serão abordados, em cada visita, com a mãe adolescente, pai e sua família temas e atividades pertinentes, de acordo com o momento em que se encontram, sendo eles: gestação, puerpério e criança até 18 meses.

As visitas domiciliares no período da gestação estão organizadas por trimestre. No primeiro trimestre, propõe-se a abordagem de temas como sentimentos dos pais, autoconhecimento, hábitos alimentares e saúde ambiental. No segundo trimestre são: os direitos sociais, plano para o futuro e apego. E no terceiro trimestre: abordagem sobre parto, amamentação e chegada do bebê.

No puerpério, os temas a serem articulados com a mãe e pai adolescente e suas famílias correspondem a: pós-parto e depressão, desenvolvimento do bebê, relações familiares e adaptação familiar.

E por fim, as propostas de temas para as visitas na fase da criança de 3 a 6 meses são saúde emocional e apoio ao bem-estar; no período de 6 a 9 meses, apego seguro; de 9 a 12 meses, métodos contraceptivos e planos para o futuro; de 12 a 15 meses, adoção de estilos de vida saudável; e de 15 a 18 meses, os estilos parentais e a educação não-violenta.

As visitas estão estruturadas em três momentos, seguindo a proposta do manual do PCF: a chegada, onde a(o) visitadora(o) apresenta a atividade aos participantes; o desenvolvimento, onde a atividade é proposta e/ou realizada no momento da visita; e o final, onde se avalia os “ganhos” da atividade. Ainda nas visitas para gestantes é IMPRESCINDÍVEL que o visitador, antes de iniciar as atividades, solicite o caderno da gestante para verificar se ela já está realizando acompanhamento pré-natal com os profissionais específicos para isso.

Espera-se que o manual seja uma ferramenta potente para visitadoras e visitadores do PCF, para aproximação à realidade das mães adolescentes e pais, construindo, assim, uma relação de cuidado e apoio pautada no vínculo e no relacionamento colaborativo.

Boa leitura!



As especificidades da maternidade e paternidade na adolescência

O Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) caracteriza a adolescência como a fase de desenvolvimento humano entre 12 e 18 anos incompletos¹. Para a Organização Mundial da Saúde (OMS), adolescência é o período entre 10 a 19 anos, e é dividida em duas fases: pré-adolescência (10 a 14 anos) e adolescência (15 a 19 anos completos)²⁻³. Apesar das diferenças de classificação, que se devem aos contextos sociais e culturais que instituem as formas de conceber e abordar a adolescência, é consenso de que a adolescência é um período de grandes transformações em diferentes âmbitos. Esse período é caracterizado pela transição entre a infância e a vida adulta, marcado pelas alterações corporais, por importantes aquisições cognitivas, principalmente pelo aprimoramento das funções executivas, e por grandes mudanças sociais.

A adolescência começa com as alterações corporais (fenômeno da puberdade) e se consolida com o término do crescimento e desenvolvimento da personalidade⁴⁻⁶. Nesse período, também ocorre o desenvolvimento psicológico demarcado pelo aumento do interesse na socialização e ampliação de sua rede social com pessoas fora do âmbito familiar e em integrar um determinado grupo social.

É no período da adolescência que se conquista o desenvolvimento cognitivo caracterizado pelo pensamento formal, pela capacidade de raciocínio mediante hipóteses e pela capacidade de abstração por meio da assimilação. Esse desenvolvimento auxilia o adolescente a se inserir no meio adulto, dá sentido ao seu próprio crescimento, revela a forma individual de compreender a própria realidade e permite a adaptação ao mundo⁷.

Na fase da adolescência, o adolescente se torna sujeito ativo de seu desenvolvimento por meio das interações que ele estabelece com o seu contexto de vida, com suas relações com a família, amigos, comunidades, escolas, serviços de saúde, bem como com sua cultura e crenças. O contexto em que o adolescente está inserido influencia o curso de seu desenvolvimento e comportamento⁸. O Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) define os adolescentes como sujeitos portadores de garantias e direitos próprios, sendo assegurado por lei, todas as oportunidades e facilidades a fim de proporcionar o desenvolvimento físico, mental, moral, espiritual e social nessa fase da vida.

A gravidez na adolescência é um fenômeno complexo, relacionado a múltiplos determinantes individuais, socioculturais e institucionais em



países desenvolvidos⁹⁻¹⁰ e em desenvolvimento. Por isso, a compreensão da gravidez nessa fase da vida exige um olhar ampliado.

De acordo com dados preliminares do Sistema de Informações sobre Nascidos Vivos, em 2020, nasceram 380,7 mil filhos de mães com idade entre 10 e 19 anos (17,5 mil de meninas de 10 a 14 anos). A região Nordeste corresponde a mais de 30% dos registros (123,6 mil gestações)¹¹. Um levantamento realizado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) aponta para uma diminuição na porcentagem dos nascimentos de mães adolescentes (entre 15 e 19 anos), que variou de 14,51% em 2018 para 13,82% em 2019¹². Esse fato está relacionado a vários fatores, tais como: ampliação da Estratégia de Saúde da Família; programa Saúde na Escola, que realiza ações de educação em saúde¹³; campanhas e ações nacionais sobre saúde sexual e reprodutiva na adolescência¹⁴.

A prevalência da gravidez na adolescência é maior nas populações em situações de maior vulnerabilidade socioeconômica¹⁵⁻¹⁶, com piores condições de saúde, alimentação e moradia^{14,17}, menores oportunidades de emprego, baixa escolaridade e menor estrutura familiar^{14-15,18}.

Em adolescentes, a gravidez não planejada está relacionada a limitações na inserção ao mercado de trabalho, perpetuação do ciclo intergeracional da pobreza¹⁹, sobrecarga física, psíquica, emocional e social²⁰⁻²¹, estigma e/ou rejeição em seu âmbito familiar e social, abandono escolar e baixa escolaridade^{14,21}. Além disso, pode trazer riscos à saúde das adolescentes e do bebê como: trabalho de parto prematuro, complicações obstétricas, depressão pós-parto, morte materna, baixo peso ao nascer, transtornos no desenvolvimento e morte perinatal^{15,22}.

Por isso, a gravidez na adolescência é considerada uma situação de preocupação na saúde pública. É importante intuir que a adolescente grávida é vulnerável; por isso, a criança também se torna vulnerável, dado que o bem-estar da mãe influencia o desenvolvimento físico, cognitivo, comportamental e emocional do(a) filho(a)²³.

Nesse sentido, foi lançado em 2022 o Plano Nacional de Prevenção Primária do Risco Sexual Precoce e Gravidez de Adolescentes, com objetivo de apresentar diretrizes e ações governamentais integradas para o enfrentamento das causas da sexualização precoce e da gravidez não planejada na adolescência. Além disso, o Ministério da Cidadania, por meio do Programa Criança Feliz, lançou um material sobre Prevenção da Sexualização Precoce na Primeira Infância, que apoiará as interações entre os visitadores e as famílias sobre a temática. Uma outra ação importante foi o lançamento da nova versão da Caderneta de Saúde do Adolescente, utilizada para acompanhar a saúde, o crescimento e o de-



senvolvimento do adolescente, a partir dos 10 anos de idade. Essas são ações conjuntas intersetoriais para a promoção da atenção integral às crianças, adolescentes e suas famílias e prevenção da gravidez precoce.

A adolescente que vivencia a gravidez não planejada assume responsabilidades legais e socioeconômicas e, principalmente, o papel maternal/parental perante o(a) filho(a)²³. Porém, principalmente para a adolescente grávida, assumir a maternidade não é um papel simples e, muitas vezes, resulta no abandono do filho(a) e/ou na dificuldade de afeto e criação de vínculo com a criança²⁴.

Com a gravidez na adolescência e o nascimento da criança, a reestruturação nas relações familiares é necessária por ser um momento que se estabelecem e se criam novas rotinas de cuidado²⁵. Isso inclui também as relações com o pai da criança, visto que tem sido observada uma tendência crescente na proporção de mães adolescentes que vivem com o companheiro - de 9,8% para 11,8% nos anos de 2006 a 2015²⁵.

Sendo assim, a rede de apoio a esses adolescentes, mãe e pai, é um fator primordial e determinante da aceitação e suporte para que passem pela gestação, o nascimento da criança, e os desafios de exercerem seu papel de cuidador¹⁴.

As interações e vínculo do pai/mãe com a criança têm relação direta com o desenvolvimento infantil, assim como a promoção de um ambiente seguro e agradável desde o início da vida. Ou seja, os vínculos afetivos ao longo do ciclo da vida interferem no comportamento da criança. A qualidade da interação é considerada um mediador fundamental para o desenvolvimento da criança no que tange a comunicação, socialização, cognição, desenvolvimento da personalidade e saúde mental²⁶.

A participação do pai e a construção do vínculo afetivo à criança desde a gestação também é importante e contribui de maneira positiva no desenvolvimento infantil adequado. Assim, para construir vínculos positivos entre mães/pais adolescentes e crianças, é necessário implementar políticas sociais e programas de intervenção que tenham como objetivo o cuidado da mãe/pai adolescente e de seu(sua) filho(a)²³.

Programas de intervenção e política social eficaz para acompanhar os/as adolescentes durante a parentalidade são aqueles que levam em consideração:

(1) a fragilidade emocional da mãe adolescente²³ para enfrentar o estigma que recai sobre elas e promover os cuidados no pré-natal/parto/pós-parto^{19,24,27};



(2) reinserção social e retomada dos estudos^{19,27};

(3) inserção no mercado de trabalho e estabelecimento de relacionamentos entre mãe e pai da criança e posterior planejamento familiar²⁷.

Programas de intervenção, voltados às adolescentes grávidas e mães e pais adolescentes, para aperfeiçoar o papel de cuidador proporcionam mais qualidade na relação mãe-filho/pai-filho e um desenvolvimento infantil adequado¹⁴. As especificidades desses programas de intervenção não estão só no tipo de ação a ser desempenhada, mas igualmente no ambiente e/ou local onde acontecerão os atendimentos, devendo ser espaços acolhedores e promotores de diálogo¹⁴, assim como os atendimentos realizados em domicílios¹³.

Nessa perspectiva, de tomar o domicílio como local de atendimento, a estratégia da Visita Domiciliar (VD) é uma técnica fundamental para o cuidado às mães e pais adolescentes na adaptação do papel de cuidador(a)²⁸.

A VD propicia a escuta ativa e encorajadora do(a) cuidador(a) principal durante a gravidez e enfrentamento da maternidade/paternidade não planejada. O resultado desse tipo de abordagem é o aumento na autoconfiança das jovens mães/pais e em sua capacidade para “cuidar” do bebê²⁷.

Programa Criança Feliz

O Programa Criança Feliz (PCF) adota a VD como parte fundamental do cuidado às famílias, instituído pelo Decreto nº 8.869, de 5 de outubro de 2016 de caráter intersetorial com o propósito principal de promover os vínculos familiares e o desenvolvimento integral das crianças na primeira infância, levando em consideração a família e seu contexto de vida²⁸. O Ministério da Saúde também anunciou a nova versão da Caderneta de Saúde do Adolescente, que é um documento importante para acompanhar a saúde, o crescimento e o desenvolvimento do adolescente, a partir dos 10 anos de idade.

Conforme a Portaria n 664 de 02 de setembro de 2021 o PCF tem como público prioritário gestantes e crianças de até setenta e dois meses e suas famílias, sendo: gestantes e crianças de até 36 (trinta e seis) meses inseridas no Cadastro Único para Programas Sociais do Governo Federal; crianças de até 72 (setenta e dois) meses e suas famílias beneficiárias do Benefício de Prestação Continuada; crianças de até 72 (setenta e dois) meses afastadas do convívio familiar em razão da apli-



cação de medida de proteção prevista no art. 101, caput, incisos VII e VIII, da Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990, e suas famílias; crianças de até 72 (setenta e dois) meses inseridas no Cadastro Único para Programas Sociais do Governo Federal - CadÚnico, que perderam ao menos um de seus responsáveis familiares, independente da causa de morte, durante o período Emergência em Saúde Pública de Importância Nacional (ESPIN) decorrente da Covid-19²⁸.

O visitador é o profissional responsável por realizar as VD, pois o programa reconhece que no contexto do atendimento domiciliar, o vínculo é fundamental para o cuidado. O visitador domiciliar também apoia a família na identificação das necessidades familiares e fortalecimento do papel do cuidado desde a gestação, preparo para o nascimento, exercício da parentalidade, acesso da família às políticas públicas, e o estímulo para o desenvolvimento infantil na primeira infância²⁸.

A atuação do visitador do PCF e a preparação para as VD são importantes para conceituar e viabilizar as iniciativas de cuidado nas famílias através de conhecimentos, habilidades e atitudes qualificadas²⁸. As VD têm o potencial de auxiliar mães e pais adolescentes e jovens em sua jornada na parentalidade, assim como apoiá-los também no seu próprio desenvolvimento e na garantia dos seus próprios direitos, como por exemplo, a permanência dos estudos, seus direitos sexuais e reprodutivos, o planejamento familiar, e o planejamento de vida. Para tal, esse manual visa auxiliar na instrumentalização da visita domiciliar desde a gestação abarcando as especificidades da gravidez e da parentalidade na adolescência.

REFERÉNCIAS

1. BRASIL. Lei n. 8.069, de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o estatuto da criança e do adolescente, e dá outras provisões. Diário Oficial da União, Brasília, 13 julho 1990, 1990.
2. WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). *Young people's health: a challenge for society*. Geneva: World Health Organization; 1986.
3. WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). *Pregnant adolescents: delivering on global promises of hope*. Geneva: World Health Organization; 2006. Disponível em: <http://www.who.int/child-adolescent-health/publications/publist.htm>. Acesso em: 12 fev. 2019.
4. BANDURA, A. Adolescent Development Form An Agentic. In: PAJARES, F.; URDAN, T. C. *Self-efficacy beliefs of adolescents*. Copyright, 2004. p. 1-43.
5. COUTINHO, M. F. G. Crescimento e desenvolvimento na adolescência. *Revista de Pediatria SOPERJ*, v. 12, n. 1, p. 28-34, 2011.
6. TANNER, J. *Growth at adolescence*. 2.ed. Oxford: Blackwell Scientific, 1962.
7. INHELDER, B.; PIAGET, J. *Da lógica da criança a lógica da adolescente: ensaio sobre a construção das estruturas operatórias formais*. São Paulo: Pioneira, 1976.
8. BRONFENBRENNER, U. Environments in developmental perspective: Theoretical and operational models. In: FRIEDMAN, S. L.; WACHS, T. D. (Eds.) *Measuring environment across the life span: emerging methods and concepts*. Washington: American Psychological Association, 2004. p. 3-28.
9. OLIVEIRA, E. M. A. et al. Report contraceptive of pregnant adolescents and your feelings as the gestation and professional future. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, v. 10, n. 2, p. 484-490, 2008.
10. REICHERT, A. P. S. et al. Vínculo entre enfermeiros e mães de crianças menores de dois anos: percepção de enfermeiros. *Ciência e Saúde Coletiva*, v. 21, n. 8, p. 2375-2382, 2016.
11. BRASIL. Ministério da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos. Governo Federal anuncia ações para prevenir a gravidez na adolescência. Disponível em: <https://www.gov.br/mdh/pt-br/assuntos/noticias/2022/fevereiro/governo-federal-anuncia-acoes-para-prevenir-gravidez-na-adolescencia>. Acesso em: 10 fev. 2022.
12. INSTITUTO BRASILEIRO DE ESTATÍSTICA E GEOGRAFIA (IBGE). Sistema de Estatísticas Vitais. Rio de Janeiro. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/populacao/9110-estatisticas-do-registro-civil.html?edicao=29639&t=destaques>.
13. BRASIL. Ministério da Saúde. Gravidez na adolescência tem queda de 17% no Brasil. Brasília, 2017b. Disponível em: <http://portalsms.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/28317-gravidez-na-adolescencia-tem-queda-de-17-no-brasil>. Acesso em: 10 fev. 2019.
14. SANTOS, B. R. DOS M. et al. Gravidez na adolescência no brasil – vozes de meninas e de especialistas. Brasília: Fundo Das Nações Unidas. 2017.
15. CRUZ, M. S.; CARVALHO, F. J. V.; IRFFI, G. Perfil socioeconômico, demográfico, cultural, regional e comportamental da gravidez na adolescência no Brasil. *Planejamento e Políticas Públicas*, n. 46, p. 243-266, 2016.
16. UNITED NATIONS POPULATION FUND- UNFPA. *Girlhood, not motherhood: preventing adolescent pregnancy*. New York: United Nations Population Fund, 2015. Disponível em: https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/Girlhood_not_motherhood_final_web.pdf.
17. BRASIL. Secretaria Executiva, Rede Nacional da Primeira Infância. *Primeira Infância e Gravidez na Adolescência*. Brasília, 2015.
18. BIKKER, A. P. et al. Measuring empathic, person-centred communication in primary care nurses: validity and reliability of the consultation and relational empathy (CARE) measure. *BMC Family Practice*, v. 16, n. 1, p. 2-9, 2015.
19. WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). *Health for the world's adolescents: a second chance in the second decade*. Geneva: World Health Organization; 2014. Disponível em: www.who.int/adolescent/second-decade.
20. RIBEIRO, V. C. S. et al. Papel do enfermeiro da estratégia de saúde da família na prevenção da gravidez na adolescência. *Revista de Enfermagem do Centro Oeste Mineiro*, v. 6, n. 1, p. 1957-1975, 2016.
21. WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). *Adolescent pregnancy*. Geneva: World Health Organization; 2018. Disponível em: <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-pregnancy>.
22. BOUZAS, I. C. DA S.; CADER, S. A.; LEÃO, L. *Pregnancy in adolescence: a systematic review of the impact of maternal age on clinical, obstetric and neonatal complications in the first phase of adolescence*. *Adolescência e Saúde*, v. 11, n. 3, p. 7-21, 2014.
23. BRASIL. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. *Proteger e cuidar da saúde de adolescentes na atenção básica*. Brasília: 2017.
24. SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA- SBP. Departamento Científico de Adolescência. *Guia Prático de Atualização. Prevenção da Gravidez na Adolescência*. São Paulo, 2019. Disponível em: http://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/Adolescencia_-_21621c-GPA_-_Prevencao_Gravidez_Adolescencia.pdf.
25. BURATTO, J. et al. *Temporal trend of adolescent pregnancy in Brasil*. *Revista da Associação Médica Brasileira*, v. 65, n. 6, p. 880-885, jun. 2019.
26. SILVA, E. L. C. et al. *Pregnancy and family dynamics from the perspective of teenagers*. *Boletim Academia Paulista de Psicologia*, v. 34, n. 86, p. 118-138, 2014.
27. VIEIRA, E. M. et al. *Gravidez na adolescência e transição para a vida adulta em jovens usuárias do SUS*. *Revista de Saúde Pública*, v. 51, n. 25, p. 1-11, 2017.
28. BRASIL. Ministério da Cidadania. Portaria 664, de 02 de setembro de 2021. Consolida os atos normativos que regulamentam o Programa Criança Feliz/Primeira Infância no Sistema Único de Assistência Social - SUAS. DOU de 01 de outubro de 2021. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-mc-n-664-de-2-de-setembro-de-2021-343007090>.

Visita Domiciliar

Gestação 1 1º trimestre

Sentimentos dos Pais

A transição para a paternidade e a maternidade nas primeiras semanas de gestação

Revelar a gravidez para as pessoas próximas e de confiança dos adolescentes

Pais adolescentes devem compartilhar seus sentimentos com a descoberta da gravidez

Objetivo dessa visita

Aumentar o apoio para as questões emocionais e criar um momento para que os jovens pais expressem seus sentimentos com a descoberta da gravidez, impactando positivamente na transição de papel.

Apresentação do Programa Criança Feliz: buscar um ambiente seguro e tranquilo para apresentação e contrato com a mãe adolescente e os responsáveis legais; Propor a realização de atividades conjuntas com a gestante e família no momento da visita; Programar as visitas de acordo com a disponibilidade da gestante e da família; Enfatizar a relevância de trabalhar os sentimentos maternos e paternos sobre a descoberta da gravidez.

Iniciar a atividade do mês e seguir os passos descritos abaixo.
VERIFICAR O ATENDIMENTO PRÉ-NATAL NO CADERNO DA GESTANTE.

A visitadora avalia a participação na atividade e como a gestante se sentiu em verbalizar e compartilhar os seus sentimentos e emoções.



Como se sentiu quando soube que estava grávida?
Como tem sido esse período da gravidez?

Objetivo da Atividade: refletir sobre os sentimentos dos pais adolescentes na descoberta da gravidez.

Como iniciar: converse com a mãe adolescente e o pai perguntando: “Como vocês se sentiram quando descobriram a gravidez?”. Encoraje-os a expressar os sentimentos positivos e negativos. Durante a conversa use frases como: “Explique-me melhor o que quer dizer” ou “Conte-me um pouco mais sobre esse assunto”. No relato podem surgir questões sobre medos, inseguranças, conflitos familiares e problemas socioeconômicos. Frases como: “Já falou desses sentimentos para seu marido/companheiro/pai do bebê?” e “Pode me explicar isso melhor?” podem ser úteis.

Ações pós-atividade: Caso venham à tona sentimentos muito negativos de difícil manejo, não aceitação da gestação ou intenção da adolescente de se ferir, procure a sua supervisão e informe o ocorrido, pois talvez seja necessário o referenciamento do(a) adolescente para cuidados especializados.

Finalize a conversa com a sugestão dos filmes e documentários ao lado.

Sugestões de Filmes

Juno / Tallulah / 17 garotas / O que esperar quando você está esperando.

Sugestões de Documentários

A vida secreta dos bebês / Bebês em foco.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

E o pai do bebê, como reagiu?
Quais são os sentimentos dele?

Objetivo da Atividade: refletir sobre os sentimentos do pai (adolescente ou não) na descoberta da gravidez.

Como iniciar: Converse com o casal e faça a seguinte pergunta: “Como o pai deve participar de uma gravidez para cuidar da parceira e do bebê?”. É importante explorar os sentimentos do pai em relação à gravidez e agir sobre eles da seguinte forma:

Se os sentimentos dele forem positivos e ele oferece apoio à gestação, reforce e elogie a relação e destaque as falas positivas;

Se os sentimentos forem vagos ou ele não oferecer apoio à gestação, encoraje uma maior comunicação entre o casal e sugira a participação dele nas visitas;

Se o pai estiver ausente ou rejeitar a gravidez, identifique a(s) pessoa(s) que pode(m) dar maior suporte emocional à adolescente (mãe, irmã, amiga(o)) e encoraje a manutenção de um canal de comunicação com o pai, caso haja desejo de reaproximação no futuro, lembrando que a criança tem o direito de conviver com o pai.

Ações pós-atividade: Caso haja necessidade de encaminhar os pais para algum suporte jurídico ou social, converse com seu supervisor.

Finalize a conversa com a sugestão dos filmes e série ao lado.

Sugestões de Filmes

Ligeiramente grávidos / Uma família de dois / O paizão / Juntos pelo acaso / Presente de grego / Nove meses.

Sugestão de Séries

Parenthood.

*Os filmes e séries podem ser encontrados nas plataformas de streaming (Netflix/Globoplay/Amazon Prime/ Now/ Vivo Play, dentre outras)

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Visita Domiciliar

Gestação 2 1º trimestre

Autoconhecimento

A adolescência, de uma maneira geral, é vista com estigmas e preconceito pela sociedade

É um período de muita instabilidade e conflitos internos para os adolescentes

A gravidez na adolescência traz questionamentos e conflitos que devem ser respeitados e valorizados pelos visitadores

É fundamental para o jovem adolescente se conhecer, saber dos seus valores, necessidades e prioridades, pois auxilia na definição dos seus objetivos, metas e projetos de vida no futuro.

A visitadora será recebida na casa da família em acompanhamento, escuta os relatos dos fatos ocorridos desde a última visita, observa as demandas atuais da família e dialoga sobre possíveis soluções ou encaminhamentos. Retoma a atividade anterior, sobre como foi desenvolvê-la, e inicia a abordagem do tema da visita; Enfatizar a relevância de trabalhar o autoconhecimento.

Iniciar a atividade do mês e seguir os passos descritos abaixo.
VERIFICAR O ATENDIMENTO PRÉ-NATAL NO CADERNO DA GESTANTE.

A visitadora avalia a participação na atividade e como a participante se sentiu em verbalizar e compartilhar os seus sentimentos e emoções.



Atividade 1

Roda da Vida

Objetivo da Atividade: refletir sobre o autoconhecimento da adolescente sobre si mesma.

Como iniciar: Converse com a mãe adolescente e o pai sobre a dinâmica roda da vida (um sistema de autoavaliação, originalmente desenvolvido pelos hindus, para mapear como estão as principais áreas da vida de uma pessoa em um determinado momento). A roda é composta por um círculo com as doze áreas da vida consideradas fundamentais para a conquista do equilíbrio pessoal. Primeiramente, peça para que a/o adolescente pontue de 0 a 10 (ou de 0 a 100%) o quanto está satisfeita com a área em questão. Para melhor visualização, experimente colorir da mesma cor a área da figura referente à pontuação. Ao final, perceba que tipo de imagem foi formada: um círculo em perfeito funcionamento ou uma figura geométrica irregular e travada? Estimule a/o adolescente a refletir sobre seu autoconhecimento e, se desejar, compartilhar a reflexão: “O que está impedindo minha roda de girar?” “O que está tornando o girar do círculo, que deveria ser leve e contínuo, tão difícil e pesado?”

Ações pós-atividade: Quais estratégias podem ser pensadas/orientadas? Lembre de sugerir o uso dos equipamentos e recursos disponíveis no território (Unidade Básica de Saúde (UBS), Centro de Referência da Assistência Social (CRAS), Praças, Igrejas, Organizações Não Governamentais (ONG) etc.). Caso verifique que a/o adolescente não consegue pensar em estratégias, a visitadora pode incentivar e auxiliar a gestante e/ou pai adolescente sobre o que pode ser feito para aumentar o pontuação.

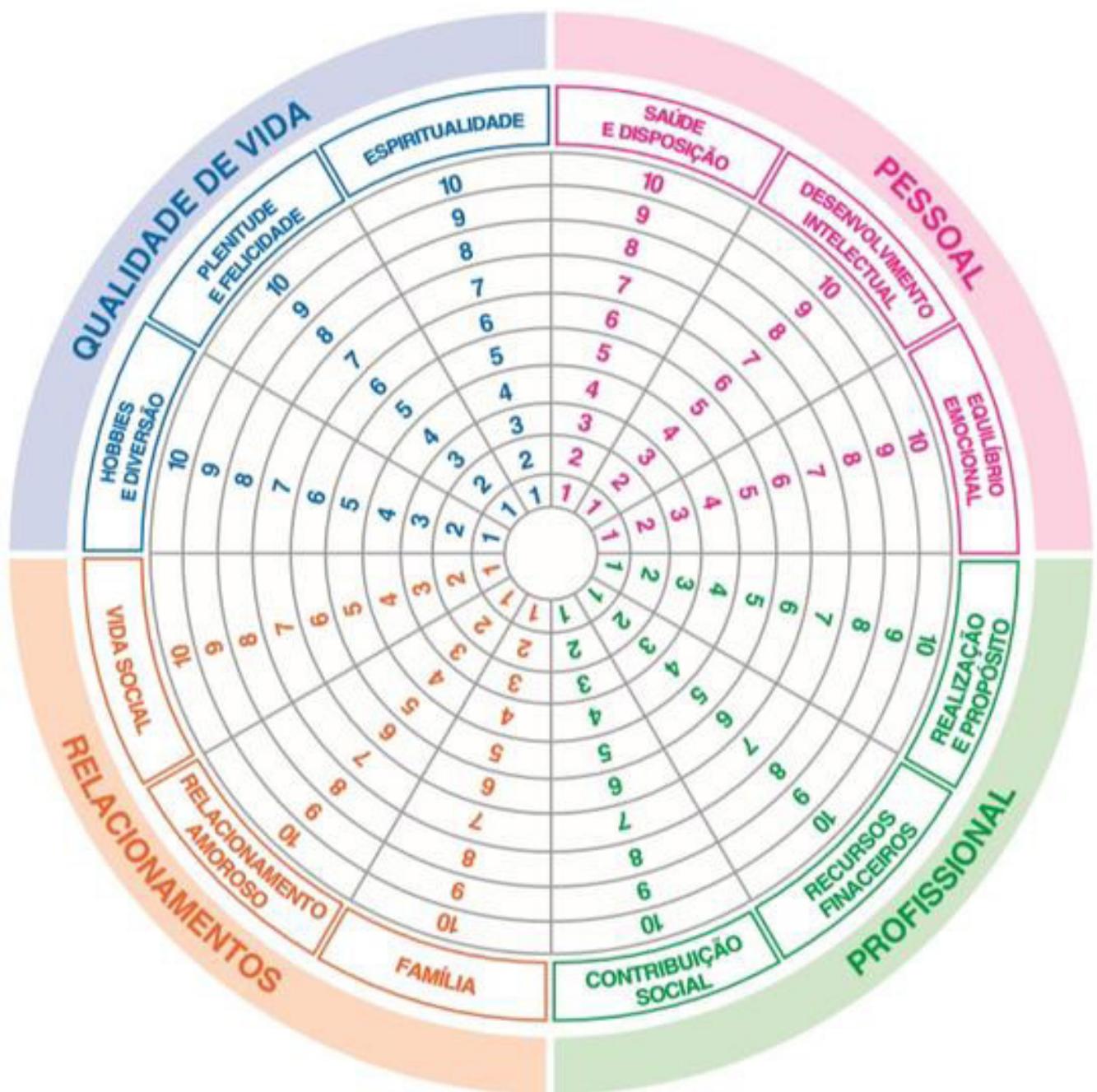
AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 1

Roda da Vida



AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Visita Domiciliar

Gestação 3 1º trimestre

Hábitos Alimentares e Saúde Ambiental

**Alimentação saudável
durante a gravidez é
fundamental**

**Adolescentes têm maior
probabilidade de ter uma
dieta pobre e habilidades
culinárias limitadas**

**A maioria dos pais jovens
vivem com recursos
financeiros dos seus próprios
pais/familiares**

**“Grande parcela das
adolescentes grávidas
se encontra em situação
socioeconômica precária,
o que se associa à ausência
de condições adequadas
de saúde, higiene,
alimentação e habitação”
(UNICEF, 2017, p. 17).**

A visitadora será recebida na casa da família em acompanhamento, escuta os relatos dos fatos ocorridos desde a última visita, observa as demandas atuais da família e dialoga sobre possíveis soluções ou encaminhamentos. Retoma a atividade anterior, sobre como foi desenvolvê-la, e inicia a abordagem do tema da visita; Enfatiza a relevância de trabalhar os hábitos alimentares e a saúde ambiental.

Iniciar a atividade do mês e seguir os passos descritos abaixo.
VERIFICAR O CADERNO DA GESTANTE.

A visitadora avalia a participação na atividade e como a participante reagiu ao tema dos hábitos alimentares e da saúde ambiental.



Atividade 1

Avaliando o Ambiente

Objetivo da Atividade: refletir sobre a saúde do ambiente e como melhorá-la para receber o bebê.

Como iniciar: Converse com a mãe e com o pai para responderem ao checklist e assinalarem uma única opção por pergunta. O item de infraestrutura diz respeito aos acabamentos, pisos, portas e janelas. Após o preenchimento do checklist, estimule os adolescentes a falarem como eles gostariam que fosse cada um dos itens que foram assinalados como insatisfatórios, e o que eles podem fazer ou onde podem buscar ajuda para melhorar. Os serviços assistenciais devem ser apontados.

Ações pós atividade: Se pertinente, incentive os adolescente a conhecer programas de moradias populares. Você também pode conversar com seu supervisor para pedir ajuda.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Check-List

AMBIENTE DOMICILIAR

Condições de moradia

Preencha de 1 a 4 conforme tabela abaixo
1) Insatisfatório | 2) Regular | 3) Bom | 4) Ótimo

LUZ

ÁGUA

ESGOTO

HIGIENE

VENTILAÇÃO

INFRAESTRUTURA

ORGANIZAÇÃO

LOCAIS DE LAZER

VIZINHANÇA

ESCOLA PRÓXIMA

SEGURANÇA



Atividade 2

Recordatório Alimentar

Estratégia para apoiar mães e pais adolescentes | 25

Objetivo da Atividade: Refletir sobre a alimentação e os hábitos saudáveis da adolescente gestante.

Como iniciar: Converse com a mãe adolescente e com o pai para conhecer a alimentação habitual deles e da família através do preenchimento do recordatório alimentar. Anotar o tipo e a hora/local da refeição, os alimentos, as preparações consumidas e as quantidades aproximadas de um dia habitual (24 horas) ou do dia anterior (24 horas). Explorar os sentimentos envolvidos no ato de se alimentar (angústia, ansiedade, tristeza, alegria, plenitude, compulsão, culpa). Avaliar a alimentação com base no “Guia alimentar da população brasileira” (MS, 2014).

Ações pós-atividade: Se pertinente, sugira programas de TV ou Canais no Youtube que oferecem dicas culinárias; converse com seu supervisor sobre a possibilidade de encaminhamento para avaliação e/ou orientação nutricional.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 2

Recordatório Alimentar

REFEIÇÃO (DESJEJUM, LANCHE, ALMOÇO, CAFÉ DA TARDE, JANTAR E CEIA)	LOCAL E HORÁRIO	ALIMENTO	QUANTIDADE CONSUMIDA

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Visita Domiciliar

Gestação 4 2º trimestre

Direitos Sociais e Recursos da Comunidade

Incentive e apoie mães adolescentes e pais para conhecerem os serviços e recursos da comunidade durante o pré-natal

É preciso considerar que há dois sujeitos de direitos neste contexto: a mãe e pai adolescente e a criança

A adolescente deve ter conhecimento sobre seus direitos, por exemplo, o direito à educação, conciliando sua maternidade com o direito de aprender

A Lei n.º 6.202/75 garante a permanência da adolescente na escola através do regime de exercício domiciliar. Este é um direito que deve ser declarado e resguardado pela escola para evitar o abandono escolar. O direito ao acompanhante, garantido pela Lei n.º 11.108/2005, no caso das adolescentes, deveria contar com a possibilidade da presença também da mãe da mesma, tendo em vista o suporte emocional e a confiança estabelecidos.

A visitadora será recebida na casa da família em acompanhamento, escuta os relatos dos fatos ocorridos desde a última visita, observa as demandas atuais da família e dialoga sobre possíveis soluções ou encaminhamentos. Retoma a atividade anterior, sobre como foi desenvolvê-la, e inicia a abordagem do tema da visita; Enfatizar a relevância de trabalhar com os direitos sociais e recursos da comunidade.

Iniciar a atividade do mês e seguir os passos descritos abaixo. **VERIFICAR O ATENDIMENTO PRÉ-NATAL NO CADERNO DA GESTANTE.**

A visitadora avalia a participação na atividade e como a participante se sentiu em verbalizar e compartilhar os seus sentimentos e emoções.

A existência ou não de uma rede social de apoio, composta por familiares, amigos, vizinhos, comunidade e instituições como igreja, coletivos juvenis e organizações não governamentais, pode ser fundamental na maneira como as/os adolescentes vivenciam a gravidez e pode se constituir num fator minimizador dos riscos comumente enfrentados.

Não há, do ponto de vista legal, nenhuma diferença entre os direitos da criança que nasce e da sua mãe adolescente. Continua sendo dever do Estado, da família e da sociedade zelar pela garantia integral dos direitos da mãe adolescente e da criança que dela nasce.



Atividade 1

Mapeando os recursos da comunidade

Objetivo da Atividade: Refletir sobre os recursos da comunidade e investigar o quanto a mãe adolescente e o pai conhecem e os utilizam. É importante conhecer a rede de serviços regionais que possa oferecer suporte à gestante/família e a utilização dos recursos da comunidade.

Como iniciar: Pergunte: Quais são os recursos da comunidade que você conhece? O que sabe sobre eles? Você já utilizou algum recurso social? Qual?

Ações pós-atividade: Caso a mãe adolescente não conheça, oferecer informações sobre a maternidade de referência e sugerir que a gestante faça uma visita; oferecer informações sobre os principais recursos de saúde, sociais e de lazer da região. Consulte seu supervisor caso sinta necessidade.

RECURSOS	CONHECIDOS	UTILIZADOS
_____	<input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Sim
_____	<input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Sim
_____	<input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Sim
_____	<input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Sim
_____	<input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Sim
_____	<input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Sim

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 2

Eu cuido de mim?

Estratégia para apoiar mães e pais adolescentes | 29

Objetivo da Atividade: Refletir sobre a autoeficácia materna buscando aprimorá-la.

Como iniciar: Faça o quiz abaixo com a mãe. As afirmações são relacionadas à gestante e aos sentimentos dela sobre a sua gravidez, sua saúde e a vinda do bebê. Oriente para que ela leia atentamente e assinale uma única alternativa que mais corresponda ao seu estado atual. Caso a mãe apresente dificuldade de compreensão das afirmações, procure usar linguagem mais simples e exemplos para facilitar a compreensão.

Ações pós-atividade: Após a mãe responder todas as afirmativas, some as respostas para encontrar o escoré geral. As respostas possuem os seguintes valores: **a = 1, b = 2, c = 3, d = 4, e = 5**

SCORE do quiz “Eu cuido de mim?”

Insatisfatório (12 a 24) 

Regular (25 a 36) 

Bom (37 a 48) 

Ótimo (49 a 60) 

Caso o SCORE da gestante adolescente seja INSATISFATÓRIO ou REGULAR, discuta com seu supervisor estratégias para ajudá-la a melhorar sua autoeficácia.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Eu Cuido de Mim?

Preencha de a, b, c ou d conforme tabela abaixo

- a) Acho que não
- b) Um pouco?!
- c) Às vezes sim e às vezes não
- d) Na maioria das vezes
- e) Com certeza, sempre!

Eu posso cuidar de mim mesma durante a gravidez?

Eu sei como conseguir bons cuidados médicos enquanto estou grávida?

Posso falar com os médicos e enfermeiras que estão acompanhando meu pré-natal sobre qualquer problema que estou passando durante a minha gravidez?

Quero participar das decisões e cuidados durante o parto?

Eu posso lidar com a pressão de uma experiência de parto normal?

Os médicos e a enfermagem que estão comigo durante o pré-natal são os mesmos que farão meu parto?

Quando eu estiver no hospital, sou capaz de dizer como me sinto e o que desejo para os médicos e as enfermeiras?

Após o parto eu vou conseguir voltar ao hospital para pegar os meus exames?

Eu posso cuidar do meu Bebê?

Se meu bebê ficar doente, eu serei capaz de levá-lo para um serviço de saúde?

Quando eu levar meu bebê para um serviço de saúde, eu conseguirei explicar os problemas que o bebê está apresentando para os médicos e enfermeiras?

Eu sou capaz de levar meu bebê para um serviço de saúde para fazer exames?



Objetivo da Atividade: Refletir sobre o acesso aos direitos da gestante adolescente.

Como iniciar: Pergunte para a mãe adolescente e, se possível, para o pai também: Vocês conhecem os direitos sociais da gestante adolescente? Caso a resposta seja não, apresente todos os direitos, ressalte os direitos que a adolescente não conseguiu ter acesso e/ou aqueles que precisam de encaminhamento.

Ações pós-atividade: Estimule a adolescente a seguir a página oficial do Ministério da Mulher, Família e Direitos Humanos no Facebook (<https://www.facebook.com/mdhbrasil>). Converse com seu supervisor para realizar os encaminhamentos pertinentes para que a adolescente acesse todos os seus direitos.

Sugestão de Vídeo

<https://www.youtube.com/watch?v=TBYX2XFqMEE>

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Visita Domiciliar

Gestação 5 2º trimestre

Planos para o Futuro

A maternidade e a paternidade trazem para os adolescentes um novo papel social

A gestação na adolescência gera evasão escolar, situação de pobreza, vulnerabilidade e desemprego

Com as mudanças na trajetória de vida dos pais adolescentes, faz-se necessário pensar no futuro

A gestação adolescente, que antes não era vista como um problema, começa a mudar quando novas concepções sobre adolescência são definidas, gerando outras expectativas quanto às suas trajetórias de vida e prescrevendo a maternagem para a fase adulta, já de mulher (Unicef, 2017, p.20)

A visitadora será recebida na casa da família em acompanhamento, escuta os relatos dos fatos ocorridos desde a última visita, observa as demandas atuais da família e dialoga sobre possíveis soluções ou encaminhamentos. Retoma a atividade anterior, sobre como foi desenvolvê-la, e inicia a abordagem do tema da visita. Enfatiza a relevância de trabalhar com o planejamento do futuro.

Iniciar a atividade do mês e seguir os passos descritos abaixo.

A visitadora avalia a participação na atividade e como a participante reagiu ao tema do planejamento do futuro.

| O momento do pré-natal deve ser também uma oportunidade de rever expectativas e planos de vida;

| Projetos intersetoriais e atividades de grupo são estratégias que devem ser valorizadas.



Atividade 1

Planos para o Futuro

Objetivo da Atividade: Promover a reflexão e o planejamento para o futuro.

Como iniciar: converse com a mãe adolescente e com o pai sobre os planos para o futuro. A partir do resultado do quiz “Eu cuido de mim”, incentive a adolescente a pensar como eles estão agora, como se veem daqui a um ano e como se veem em cinco anos. Ofereça lápis e papel para os pais e construam juntos os planos para o futuro.

Ações pós-atividade: Nas próximas visitas leve em consideração as metas para o futuro aqui listadas para oferecer orientações e realizar encaminhamentos. converse com seu supervisor sobre ações que podem ajudar o casal e principalmente a mãe adolescente.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 1

Planos para o Futuro

PLANNER PESSOAL

UM DIA DE CADA VEZ! METAS PARA O FUTURO

CANTINHO DA INSPIRAÇÃO

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Entendendo o que é Importante para Mim

Você sabe o que é um valor?

Valor é tudo aquilo que é importante para você. Ao longo da sua vida você aprendeu pela própria experiência que algumas coisas são boas para você e que outras não lhe fazem bem. Com o tempo, você aprendeu também que algumas coisas que você achava que eram boas magoavam as pessoas que você gostava, então elas já não lhe pareciam mais tão boas, porque as pessoas que você ama eram mais importantes. Por isso que, além da nossa própria experiência, a gente aprende muito sobre valores com a família, os amigos e a comunidade em geral.

Objetivo da Atividade: Refletir sobre o que considera importante para transmitir ao bebê no futuro.

Como iniciar: Converse com a mãe adolescente e o pai através da leitura do texto de Caballo (2003) proposto abaixo. Após a leitura e preenchimento do quadro, pergunte aos pais: “Quais são as consequências positivas em ensinar os seus valores para o seu filho?” e faça uma reflexão com eles sobre a resposta .

Ações pós-atividade: Caso algum dos valores apresentados chame a atenção de forma negativa, converse com seu supervisor.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____



Refletindo sobre seus valores

Agora pense um pouco na sua vida e, com o auxílio da visitadora, preencha o quadro abaixo:

Valor 1:

O que isso significa pra mim?

Por que isso é importante pra mim?

Valor 2:

O que isso significa pra mim?

Por que isso é importante pra mim?

Valor 3:

O que isso significa pra mim?

Por que isso é importante pra mim?

Agora vamos refletir um pouco sobre esses valores. Esse três valores que você escolheu não são os únicos que você possui, mas devem ser os mais importantes para você. Procure responder a pergunta abaixo pensando nos seus valores, mas principalmente no que é mais importante para você:

Quais são as consequências positivas de ensinar os meus valores para meu(minha) filho(a)?

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Visita Domiciliar

Gestação 6 2º trimestre

Apego

A gestação também é marcada por muitas transformações para assumir o papel de mãe

Apoiar os adolescentes na construção das habilidades para o papel de mãe e de pai

É na gestação que o binômio mãe-filho se estabelece e o preparo é fundamental

“ Temos que entender que se a adolescente grávida é vulnerável, o filho dessa menina é mais vulnerável ainda. O primeiro passo é buscar construir um vínculo positivo da mãe adolescente e o pai da criança com o bebê. É preciso que a adolescente possa, ainda no pré-natal, iniciar o elo positivo com o bebê, tendo em vista os benefícios que isso pode trazer” (RNPI, 2015, p.22).

A visitadora será recebida na casa da família em acompanhamento, escuta os relatos dos fatos ocorridos desde a última visita, observa as demandas atuais da família e dialoga sobre possíveis soluções ou encaminhamentos. Retoma a atividade anterior, sobre como foi desenvolvê-la, e inicia a abordagem do tema da visita. Enfatiza a relevância de trabalhar com o apego e preparo da chegada do bebê.

Iniciar a atividade do mês e seguir os passos descritos abaixo.

A visitadora avalia a participação na atividade e como a participante reagiu ao tema do apego e preparo da chegada do bebê.

| O apego é um comportamento que promove uma relação afetiva que se desenvolve entre pais e filho, em estar disponíveis e oferecer respostas proporcionando um sentimento de segurança à criança.



Atividade 1

Preparando o “Ninho”

Objetivo da Atividade: Refletir sobre as mudanças de vida necessárias para receber o bebê.

Como iniciar: Apresente e discuta a seguinte afirmação com os pais: “A chegada de uma criança exige alguma preparação”. A seguir, incentive os pais a falarem sobre como têm se preparado para receber o filho. Pergunte: “O nascimento de um filho pode levar a pressões e novas exigências financeiras, isso gera uma preocupação em você? O novo bebê deve estar na mente da mãe/do pai mesmo antes de nascer, e muitas vezes abrir um espaço físico para a criança ajuda a mãe/ o pai a abrir também um espaço mental?”. Incentive os adolescentes a falarem sobre coisas que eles fizeram para o bebê, por exemplo: enxoval, roupinhas, quartinho, berço, brinquedinhos? Pergunte: “A rotina e a organização da casa também mudam com a chegada do bebê, você tem preocupação com estes aspectos?”

Ações pós-atividade: Se surgirem preocupações negativas em relação a finanças, apresente para a adolescente programas sociais de qualificação profissional ou de renda. Converse com seu supervisor caso as situações discutidas precisem de encaminhamentos mais específicos.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 2

A Barriga e Eu

Estratégia para apoiar mães e pais adolescentes | 39

Objetivo da Atividade: Verificar o quanto “amiga” da barriga e do bebê a mãe está neste momento. É uma maneira de identificar o vínculo entre mãe e bebê que está em construção.

Como iniciar: Leia e responda com mãe o quiz abaixo. As perguntas ali presentes são relacionadas à gestante e ao sentimento dela sobre si e o bebê que está esperando. A visitadora deve orientá-la para que leia atentamente e assinale uma única alternativa que mais corresponda ao seu estado atual. Reforce que não existem respostas certas ou erradas e que a primeira impressão dela é a que melhor reflete seu sentimento.

Ações pós atividade: Assim que a adolescente terminar de responder, separe as respostas pelas categorias. Caso tenha mais respostas “nunca” converse com seu supervisor e discuta o que vocês poderiam fazer para melhorar a construção do vínculo entre mãe e bebê.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

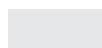
A Barriga e Eu

As afirmativas a seguir são sobre você e o bebê que está esperando. Deverá respondê-las e lembre-se que não existem respostas certas ou erradas.

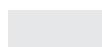
Sua primeira impressão é a que mostra melhor seus sentimentos. Marque apenas uma resposta por pergunta.

Preencha com **a, b, c** conforme tabela abaixo

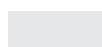
- a) Frequentemente
- b) Às vezes
- c) Nunca



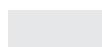
Eu converso com o meu bebê na barriga?



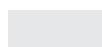
Eu acho que, apesar de toda a dificuldade, a gravidez vale a pena?



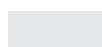
Eu gosto de ver minha barriga se mexer quando o bebê chuta?



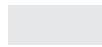
Eu me imagino alimentando o bebê?



Eu realmente estou ansiosa para ver como vai ser o meu bebê?



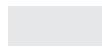
Eu me pergunto se o bebê se sente apertado lá dentro?



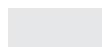
Eu chamo o meu bebê por um apelido?



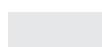
Eu me imagino cuidando do bebê?



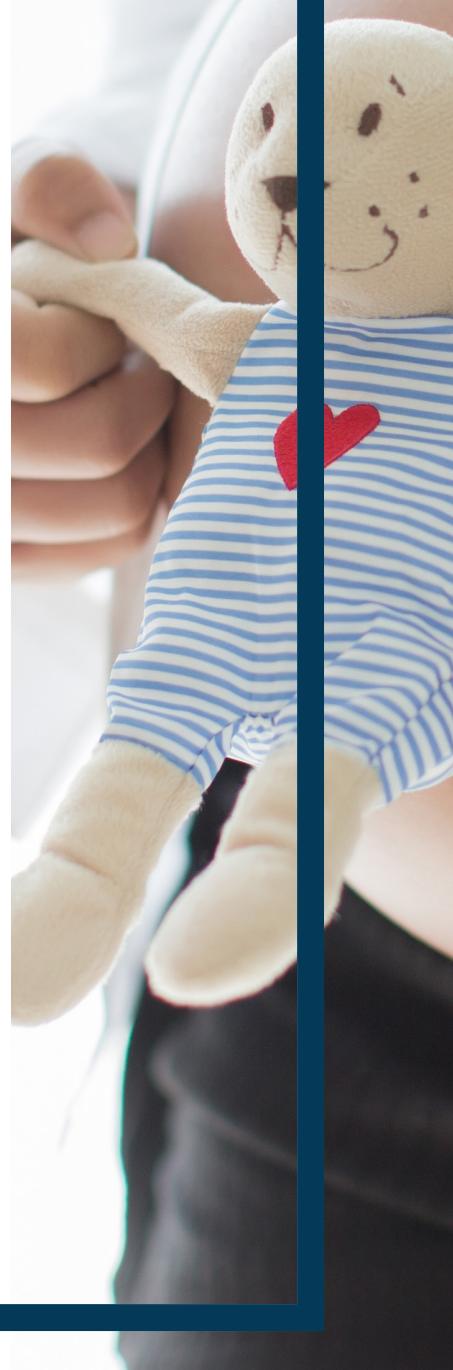
Eu quase posso adivinhar qual vai ser a personalidade do meu bebê pelo modo como ele se mexe?



Eu já decidi que nome eu vou dar se for uma menina?



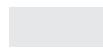
Eu faço coisas para manter a saúde que eu não faria se não estivesse grávida?



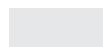
A Barriga e Eu

Preencha com **a**, **b**, **c** conforme tabela abaixo

- a) Frequentemente
- b) Às vezes
- c) Nunca



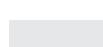
Eu imagino se o bebê pode ouvir dentro de mim?



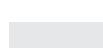
Eu já decidi que nome eu vou dar se for um menino?



Eu imagino se o bebê pensa e sente “coisas” dentro de mim?



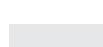
Eu procuro comer o melhor que eu posso para o meu bebê ter uma boa dieta?



Parece que meu bebê chuta e se mexe para me dizer que é hora de comer?



Eu cutuco meu bebê para que ele me cutuque de volta?



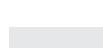
Eu mal posso esperar para segurar o bebê?



Eu tento imaginar com quem o bebê vai se parecer?



Eu acaricio minha barriga para acalmar o bebê quando ele chuta muito?



Eu posso dizer quando o bebê tem soluço?



Eu sinto que o meu corpo está feio?



Eu deixo de fazer certas coisas para o bem do meu bebê?



Eu tento pegar o pé do meu bebê para brincar com ele?



Automassagem e o Bebê Imaginário

Objetivo da Atividade: Proporcionar um momento de relaxamento e conexão entre os pais e o bebê.

Como iniciar: Coloque uma música relaxante, peça que a adolescente fique sentada de maneira confortável e, com auxílio de um óleo corporal ou creme hidratante, oriente que posicione delicadamente as mãos logo abaixo da mama e inicie a automassagem na barriga, com as pontas dos dedos, fazendo movimentos circulares concêntricos no sentido horário até chegar ao umbigo.

Incentive a adolescente a pensar sobre o bebê: “Como você imagina que o seu bebê é neste momento?”, “Como acha que é o temperamento dele/dela?”, “Como imagina que o seu bebê vai ser quando nascer?”

- Incentive a adolescente a pensar nas características físicas e emocionais do bebê, com quem se parecem seus olhos, seu jeitinho etc.
- Convide o pai a tocar a barriga (com a permissão da mãe) e a imaginar o bebê como gostaria que ele fosse.
- Pergunte aos pais se eles sentem partes do bebê, se conseguem localizar os pezinhos sem apertar a barriga, apenas sentindo os movimentos do bebê.
- Incentive os pais a contarem recordações prazerosas que têm sobre a infância deles.

Ações pós-atividade: Caso os pais se sintam incomodados em tocar a barriga e/ou as lembranças da infância não forem boas, converse com seu supervisor para pensarem em formas mais eficientes de melhorar o vínculo dos pais com o bebê e ressignificar a infância de forma positiva.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Visita Domiciliar

Gestação 7 3º trimestre

Parto

Momento mais esperado e que gera ansiedade na maioria das gestantes

O parto em adolescentes menores de 15 anos é considerado de risco

A jovem adolescente precisa se preparar para vivenciar o parto

“É muito comum que, ao engravidar, a menina passe a ser tratada como mulher e seja inserida sem restrições aos protocolos e regras de atendimento de uma gestante. Precisamos entender que aquela menina que fica grávida é uma adolescente gestante! Que o menino que agora será pai é ainda um menino” (RNPI, 2015, p.22).

A visitadora será recebida na casa da família em acompanhamento, escuta os relatos dos fatos ocorridos desde a última visita, observa as demandas atuais da família e dialoga sobre possíveis soluções ou encaminhamentos. Retoma a atividade anterior, sobre como foi desenvolvê-la, e inicia a abordagem do tema da visita. Enfatiza a relevância de pensar sobre o parto.

Iniciar a atividade do mês e seguir os passos descritos abaixo.

A visitadora avalia a participação na atividade e como a participante reagiu ao tema proposto.

| É fundamental que já no pré-natal seja oferecida aos pais a oportunidade de se prepararem para maternidade e paternidade, assim como para ter um parto sem intercorrências.



Atividade 1

Pensando no Parto

Objetivo da Atividade: Refletir sobre o parto.

Como iniciar: Conversar com a mãe adolescente e o pai sobre seus sentimentos e expectativas em relação ao parto, perguntando:

- Quais são as suas expectativas acerca do parto?
- O que seus familiares pensam acerca do parto?

Se surgirem sentimentos positivos, reforce-os e encoraje a adolescente a partilhá-los com o pai do bebê e outros membros da família. Se forem negativos, tente descobrir a causa entre os familiares, em particular a mãe da adolescente, irmãs ou outra figura feminina relevante que possa apoiá-la. Encoraje a grávida a falar com a pessoa mais disponível e capaz de a apoiar perguntando:

- “Acha que pode falar sobre seus sentimentos e preocupações relacionadas ao parto com outras mulheres da sua família?”
- “Já falou disso com a sua médica de família ou enfermeira de saúde materna/obstétrica? Já preencheu seu plano de parto com a enfermeira/médica?

Ações pós-atividade: Com base no que foi apresentado na atividade, informe adequadamente a grávida sobre o parto e eventuais possibilidades de preparação para o mesmo. Se necessário, ajude a adolescente a encontrar um grupo de gestantes em que possa participar e dividir suas inseguranças com outras mulheres.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 2

Preparo para Parto

Objetivo da Atividade: Refletir sobre o parto.

Como iniciar: Conversando com os pais sobre o preparo da mala para a maternidade. Pergunte à mãe adolescente e ao pai se eles já montaram as malas para a maternidade. Ofereça ajuda para fazer isso utilizando a lista abaixo.

Organização da mala para a maternidade

PARA O BEBÊ

- 1 pacote de fralda descartável (RN);
- 3 body manga curta;
- 3 conjuntos de pagão com calça;
- 3 body manga longa (de acordo com o clima da cidade);
- 3 macacões de recém-nascido;
- 2 mantas (de acordo com a estação do ano);
- 6 fraldas de pano brancas, sem pintura (para usar como toalha e pano de boca);
- 1 escova macia para cabelos;
- 2 sapatinhos, meias e luvas (no frio);
- Produtos de higiene (sabonete líquido de glicerina, hastes flexíveis, álcool 70%, algodão, pomada para assadura, sacolinha para roupas sujas).

PARA O MAMÃE

- 1 pacote de absorvente noturno para o pós-parto;
- Chinelo de quarto e de banho;
- 3 jogos de camisolas próprias para amamentar;
- 6 calcinhas altas e confortáveis;
- Cinta pós-parto (se o médico indicar);
- 1 roupa para sair do hospital;
- 2 sutiãs de amamentação;
- Protetores de seios;
- Produtos de higiene íntima: escova de dentes, escova de cabelos, shampoo, sabonete, creme dental, toalhas;
- Documentos (plano de parto, RG da mãe e pai do bebê, Cartão da Gestante de pré-natal).

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Visita Domiciliar

Gestação 8 3º trimestre

Amamentação

Mães adolescentes têm 1/3 menos de probabilidade de começar a amamentar e 1/2 a mais de probabilidade de estar amamentando em 6/8 meses

A realização de visitas domiciliares e a abordagem do tema trazem impactos positivos na prática do aleitamento materno para mães adolescentes

Benefícios da amamentação

A mãe adolescente passa um processo de maturação do seu corpo, devido à fase da adolescência que está vivenciando, que pode trazer impactos em relação à quantidade de leite produzido e no manejo do ato de amamentar. A idade materna interfere no acontecimento do desmame precoce e/ou introdução precoce de fórmulas lácteas.

A visitadora será recebida na casa da família em acompanhamento, escuta os relatos dos fatos ocorridos desde a última visita, observa as demandas atuais da família e dialoga sobre possíveis soluções ou encaminhamentos. Retoma a atividade anterior, sobre como foi desenvolvê-la, e inicia a abordagem do tema da visita. Enfatiza a relevância da amamentação

Iniciar a atividade do mês e seguir os passos descritos abaixo.

A visitadora avalia a participação na atividade e como a participante reagiu ao tema proposto.



Atividade 1

Conversando sobre Amamentação

Objetivo da Atividade: Refletir sobre a amamentação.

Como iniciar: converse com a mãe estimulando-a a falar sobre a amamentação com base nas seguinte questões:

- “Como você pretende alimentar seu bebê?”
- “Já pensou em amamentar o seu bebê?”
- “O que é que pensa sobre isso?”
- “Pode me explicar melhor o que pensa sobre a amamentação?”
- “Que experiência (se existiu) teve anteriormente com a amamentação?”
- “Qual é a opinião do pai/família sobre a amamentação?”
- “E os outros membros da família?”

Ações pós-atividade: Mesmo mulheres que já amamentaram podem carregar alguns preconceitos e mitos em relação à amamentação. Caso a adolescente esteja muito insegura, ofereça o endereço do banco de leite ou da UBS mais próxima. Os bancos de leite contam com profissionais especializados no apoio à amamentação.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Visita Domiciliar

Gestação 9 3º trimestre

Chegada do Bebê

O apoio da família da adolescente é importante e deve envolver todos os membros

Prepara-se para a chegada do bebê para a construção de vínculo positivo da mãe adolescente e do pai da criança com o bebê;

Transição para a maternidade/paternidade

O processo da gestação é repleto de mudanças e novidades. Oferecer informações sobre cada fase, assim como os direitos e deveres da gestante, faz parte do processo de empoderamento e amadurecimento, preparando a jovem adolescente para a chegada do bebê.

A visitadora será recebida na casa da família em acompanhamento, escuta os relatos dos fatos ocorridos desde a última visita, observa as demandas atuais da família e dialoga sobre possíveis soluções ou encaminhamentos. Retoma a atividade anterior, sobre como foi desenvolvê-la, e inicia a abordagem do tema da visita. Enfatiza a relevância de refletir sobre a chegada do bebê.

Iniciar a atividade do mês e seguir os passos descritos abaixo.

A visitadora avalia a participação na atividade e como a participante reagiu ao tema proposto e chegada do bebê.



Atividade 1

Que apoio gostaria de ter depois que o bebê nascer?
E que apoio espera ter?

Objetivo da Atividade: Refletir sobre a rede de apoio.

Como iniciar: Converse com a mãe adolescente e o pai e estimule-os a falar sobre as necessidades que possam ter quando o bebê chegar e quais membros de sua rede de apoio poderão apoiá-los nos níveis emocional, financeiro e prático.

Ações pós-atividade: Caso os adolescentes tenham uma rede de apoio pequena ou necessidades diferenciadas, converse com seu supervisor e acione a UBS de referência, pois esta mãe pode precisar de um acompanhamento mais próximo.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 2

Pensando nas Mudanças

Objetivo da Atividade: Ajudar a mãe adolescente e o pai a se preparam para a nova fase de suas vidas que chegará em breve.

Como iniciar: Ofereça lápis e papel e peça que a adolescente construa uma lista com duas colunas; na primeira colocará as coisas que gosta em sua vida e na segunda as coisas que não gosta. Estimule-a a pensar em todos os aspectos da vida (qualidade de vida, pessoal, profissional, relacionamentos). Depois de prontas as colunas, pergunte para a adolescente: “Como acha que a chegada do bebê vai afetar você? E a sua vida familiar? E os outros membros da família? E as relações familiares? E a sua relação com o pai do bebê?” Estas questões abertas podem suscitar uma série de possibilidades. Se a adolescente não souber o que responder, continue com a pergunta: “O que acha que mudará na sua lista?”. Se forem esperadas mudanças positivas, reforce-as. Se forem esperadas mudanças negativas (conflitos sobre a educação da criança, falta de apoio para cuidar do bebê, problemas financeiros ou domésticos), pergunte: “Como pensa resolver esse problema?”. Se ela apresentar uma solução pensada, reforce-a. Se não houver perspectivas de solução, encoraje a adolescente a resolver o problema com a ajuda do companheiro e/ou outro familiar, perguntando: “E se falasse com o seu companheiro/pai do bebê sobre isso? Ou com outro familiar? Ou talvez com outra pessoa em quem confia?”.

Ações pós-atividade: Caso as mudanças citadas pela adolescente e o pai estejam no âmbito social e financeiro, fale com seu supervisor e veja a possibilidade de um encaminhamento para o CRAS da região. Caso as mudanças citadas estejam no âmbito da saúde mental, fale com seu supervisor e acione a UBS de referência.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Visita Domiciliar

Puerpério 1

Pós-parto e o bem-estar emocional

Insegurança frente ao novo papel de mãe em suprir as necessidades do bebê

Dividir os cuidados do bebê com os membros da família para não sobrecarregar a mãe adolescente

Transição para a maternidade/paternidade e suporte emocional

A gestação precoce, assim como a adolescência, é fator de risco para o desenvolvimento de sintomas depressivos. As mães adolescentes, em sua maioria, não têm a percepção desses sintomas em seu cotidiano, o que repercute na demonstração de seus sentimentos e busca pela ajuda da sua rede de apoio.

A visitadora será recebida na casa da família em acompanhamento, escuta os relatos dos fatos ocorridos desde a última visita, observa as demandas atuais da família e dialoga sobre possíveis soluções ou encaminhamentos. Retoma a atividade anterior, sobre como foi desenvolvê-la, e inicia a abordagem do tema da visita. Enfatiza a relevância de trabalhar o bem-estar emocional nessa fase da vida para o pós-parto.

Iniciar a atividade do mês e seguir os passos descritos abaixo.

A visitadora avalia a participação na atividade e como a participante reagiu ao tema do pós-parto e do bem-estar emocional.



Atividade 1

Desvendando o Parto

Objetivo da Atividade: Acolher e levantar as necessidades da família, além de refletir sobre o pós-parto.

Como iniciar: Converse com a mãe estimulando-a a falar sobre como foi o parto. Encoraje-a a falar sobre o parto, sobre as condições do atendimento recebido, dados do parto, uso de medicamentos. Proponha uma comparação com o que havia sido pensado ao elaborar o plano de parto. Estimule-a a falar sobre seus sentimentos com a pergunta disparadora: “Como se sente agora com o seu bebê em casa?”. Encoraje a mãe a falar sobre sentimentos positivos e negativos desta nova fase e explore a possibilidade de compartilhar estes sentimentos com o pai do bebê. Caso o pai esteja presente, encoraje-o a falar sobre suas percepções também. Verifique se existe alguma dificuldade em relação à amamentação e se a família recebeu a visita dos profissionais da Estratégia de Saúde da Família (ESF). Verifique se a mãe tem uma data agendada para comparecer à consulta de puerpério na UBS e se o bebê tem uma data agendada para comparecer à primeira consulta na UBS.

Ações pós-atividade: Caso as consultas não estejam agendadas, acione a UBS para fazer os encaminhamentos necessários. Caso apareçam sentimentos negativos em relação ao parto e ao bebê, procure seu supervisor para pensar nos encaminhamentos pertinentes.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atenção

Este é um instrumento de auto-avaliação que pode ajudar pais e mães a saber se está na hora de procurar ajuda.

O resultado não afirma o diagnóstico de depressão, mas a necessidade de cuidar dos próprios sentimentos e da situação emocional da família.

ESCORE do quiz “Eu cuido de mim?”

- Alto risco (12 ou mais)** 
- Médio risco (8-11)** 
- Baixo risco (0-7)** 

Objetivo da Atividade: Rastrear a necessidade de apoio profissional para lidar com sentimentos.

Como iniciar: Peça para que a mãe responda o quiz “Será que é depressão?”, adaptado de Edimburgo - Escala de Depressão Pós-Parto. As afirmações são relacionadas à gestante e ao sentimento da mãe sobre ela própria. Oriente a mãe a ler atentamente e assinalar uma única alternativa que mais represente seu estado atual. Reforce que não existem respostas certas ou erradas e que a sua primeira impressão é a que melhor reflete seu sentimento. Assim que aplicar o quiz, some a pontuação e classifique a mãe segundo o resultado obtido.

Gabarito das respostas:

As afirmações 1 e 2 são cotadas de acordo com a gravidade crescente dos sintomas (a-0, b-1, c-2 e d-3).

As afirmações 3, 5, 6, 7, 8, 9 e 10 são cotadas inversamente (a-3, b-2, c-1 e d-0).

Cada item é somado para obter a pontuação total.

Ações pós-atividade: Caso a classificação seja de médio ou alto risco procure seu supervisor para falar sobre os encaminhamentos possíveis.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Será que estou desanimada?

Como você recentemente teve um bebê, gostaria de saber como você está se sentindo nos últimos dias. Por favor, marque com o número que mais se aproxima ao que você tem sentido.

Preencha com **0, 1, 2, 3** conforme tabela abaixo:

- 0- como sempre fiz
- 1- não tanto quanto antes
- 2- sem dúvida, menos que antes
- 3- de jeito nenhum

Eu tenho sido capaz de rir e achar graça das coisas

Eu sinto prazer quando penso no que está por acontecer em meu dia a dia

Eu tenho me culpado sem necessidade quando as coisas saem erradas

Eu tenho me sentido ansiosa ou preocupada sem uma boa razão

Eu tenho me sentido assustada ou em pânico sem um bom motivo

Eu tenho me sentido tão infeliz que eu tenho tido dificuldade de dormir

Eu tenho me sentido triste ou arrasada

Eu tenho me sentido tão infeliz que eu tenho chorado

A ideia de fazer mal a mim mesma passou por minha cabeça



Atividade 3

A Nova Rotina

Estratégia para apoiar mães e pais adolescentes | 55

Objetivo da Atividade: Refletir sobre a nova rotina na família com a chegada do bebê.

Como iniciar: converse com os pais estimulando-os a falarem sobre sua nova rotina. Ofereça lápis e papel para os pais e construam juntos uma agenda diária com a rotina. Lembre-se que na rotina devem estar os cuidados com o bebê, com a casa e consigo mesmo.

Ações pós-atividade: Caso os pais tenham dificuldades em construir e manter uma rotina eficaz, utilize os dados das respostas para, inicialmente, construir uma rotina para eles. Estimule-os a fazerem as adaptações necessárias após alguns dias seguindo a rotina.

A chegada de um recém-nascido altera a rotina de todos na casa, e algumas adaptações são necessárias para atender às novas necessidades da família.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 3

A Nova Rotina



Como a chegada do bebê afetou os outros membros da família? Como foi a reação do pai da criança? E dos avós?

Reserve um momento para escrever sobre como você se sente agora, seus pensamentos sobre o nascimento e como você se sente em relação ao seu bebê. Não há respostas certas ou erradas, e o que você está sentindo pode mudar com o tempo. Pode ser útil manter um diário de como você está se sentindo.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Visita Domiciliar

Puerpério 2

Desenvolvimento do bebê

O desenvolvimento infantil é uma transformação complexa, contínua, dinâmica e progressiva

Existem diferenças entre desenvolvimento físico, cognitivo e psicossocial

Os aspectos do desenvolvimento estão interligados e influenciam-se durante a vida do indivíduo

“A interação da criança com os membros de sua família e com a sua rede social de proteção assegura a sua sobrevivência e a sua relação com o mundo, contribuindo para o seu desenvolvimento psicossocial” (Brasil, 2012, p. 121).

A visitadora será recebida na casa da família em acompanhamento, escuta os relatos dos fatos ocorridos desde a última visita, observa as demandas atuais da família e dialoga sobre possíveis soluções ou encaminhamentos. Retoma a atividade anterior, sobre como foi desenvolvê-la, e inicia a abordagem do tema da visita. Enfatiza a relevância de trabalhar o bem-estar emocional nessa fase da vida para o desenvolvimento infantil.

Iniciar a atividade do mês e seguir os passos descritos abaixo.

A visitadora avalia a participação na atividade e como a participante reagiu ao tema do desenvolvimento do bebê.

| “O desenvolvimento da criança será sempre mediado por outras pessoas, pelas famílias, pelos profissionais de saúde, da educação, entre outros, que delimitam e atribuem significados à sua realidade” (Brasil, 2012, p. 121).



Atividade 1

O Desenvolvimento do Bebê

Objetivo da Atividade: Refletir sobre o desenvolvimento do bebê.

Como iniciar: Converse com os pais para despertar neles o interesse em acompanhar o desenvolvimento do bebê. Inicie a conversa com a pergunta: “Vocês têm observado o desenvolvimento do bebê?”. Incentive os pais a observarem as diferentes habilidades conquistadas pelo bebê desde o nascimento. Utilize a caderneta da criança para falar sobre os marcos do desenvolvimento esperados para cada idade.

Ações pós-atividade: Caso a criança não apresente algum marco do desenvolvimento previsto para a idade (segundo a caderneta da criança), procure seu supervisor.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 2

Identificando o Choro

Objetivo da Atividade: Refletir sobre o choro do bebê.

Como iniciar: converse com os pais estimulando-os a falar sobre o choro como a principal forma de expressão do bebê. Ele chora quando precisa que alguma necessidade seja atendida. Mas o choro sempre vem acompanhado de outros sinais que podem ajudar a mãe e o pai a interpretarem as necessidades do bebê. Pergunte aos pais: “Vocês conseguem reconhecer os diferentes tipos de choro do bebê?”.

Ações pós-atividade: Caso os pais tenham dificuldades de identificar os diferentes tipos de choro do bebê, passe algum tempo com eles e vá apontando os sinais do bebê de acordo com a tabela abaixo

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 2

Identificando o Choro

CHORO	TIPO	O QUE FAZER?
Estou com fome	Um choro repetitivo rítmico, de baixa frequência, combinado com outros sinais, como um movimento de sucção com a língua ou chupando os dedos.	O ideal é alimentar o bebê o mais rapidamente possível. Se demorar muito ele ficará nervoso e com isso começa a engolir ar junto com o leite, o que pode causar gases e refluxo
Estou cansado ou desconfortável	Um choro magoado, contínuo e com som anasalado de intensidade crescente é geralmente o sinal de que o sono chegou, acompanhado de bocejos e olhos cansados.	O recomendado é que o bebê não chegue nesse estágio, pois será bem mais difícil fazê-lo adormecer. Quanto mais cansado estiver, mais difícil será fazer com que ele durma. Se não teve jeito e ele chorou assim, tente ir para um lugar calmo e silencioso para fazê-lo dormir o quanto antes.
Por hoje chega	Um choro agitado e bem manhoso. O bebê pode tentar virar a cabeça ou o corpo para longe dos estímulos sonoros e luminosos. Esse choro acontece em locais muito agitados, como shoppings, festas e reuniões com muitas pessoas.	Quando você reconhecer esse choro, tente afastar o bebê dos estímulos que o estejam incomodando. Procure um ambiente mais calmo, pode usar um ruído constante como de um secador, de um ventilador ou aspirador de pó, ou uma gravação de sons da natureza, como ondas do mar, para ajudar a relaxar. Se possível, vá para casa.
Estou entediado	Esse choro começa bem de leve (um resmungo), depois se transforma em um choro médio, para então se transformar em explosões de choro indignado (se o bebê não recebe atenção), alternando novamente para um choramingo (aguardando pela resposta da mãe).	Pegue seu bebê no colo, faça brincadeiras, entregue um mordedor, um brinquedo macio ou interessante para o bebê.
Eu tenho cólica	Lamentos ou gritos intensos acompanhados por movimentos inquietos. A cólica geralmente ocorre no final da tarde ou à noite, e os episódios podem durar horas. Normalmente começa cerca de três semanas após o nascimento e desaparece quando o bebê tem de três a quatro meses de idade.	Embora seja difícil acalmar um bebê com cólica, você pode tentar posições reconfortantes (colocando-o de bruços no antebraço ou nos joelhos, apoiando a cabeça e massageando as costas). Você também pode tentar colocá-lo deitado de costas e empurrar os joelhos até o estômago fazendo leve pressão por dez segundos, em seguida, soltando e repetindo, para tentar eliminar os gases que são um dos motivos das cólicas nos bebês.
Estou doente	Choramingos que soam fracos e anasalados, com um tom mais baixo do que o choro de "dor" ou de "cansaço", como se o bebê não tivesse energia para aumentar o volume do choro. Se você suspeitar que seu bebê está doente, fique atenta aos sintomas	Bebês ficam doentes às vezes e, em geral, não há nada para se preocupar. Ainda assim, é importante confiar em seus instintos. Se você estiver preocupada, não hesite em buscar ajuda de um profissional de saúde para seu bebê.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR : Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA : Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 3

Estimulando os bebês

Objetivo da Atividade: Refletir sobre o desenvolvimento do bebê.

Como iniciar: converse com os pais sobre os estímulos para o bebê. O bebê fica progressivamente mais acordado ao longo do dia, e a família deve aproveitar esse tempo para interagir com ele e estimular seu desenvolvimento. Do segundo ao terceiro mês o bebê já começa a acompanhar objetos e pessoas com os olhos, abre e fecha as mãos, segura no dedo do adulto com firmeza e pressão, gosta de levar as mãos à boca para sugar e explorar, reconhece e aprecia a voz da mãe, do pai e dos cuidadores mais próximos, chora para expressar suas necessidades e desconfortos, gosta de explorar os movimentos de seu próprio corpo, ouvir os seus próprios sons, movimenta a cabeça em direção ao som que escuta e comunica-se através do choro, gestos, expressões e sons. Nesta fase é muito importante conversar e cantar para o bebê, para acalmá-lo e para fortalecer o vínculo afetivo. É importante respeitar os movimentos que ele consegue fazer sozinho. Para deixá-lo mais seguro e confiante, deixe que ele fique em um colchonete no chão e tenha tempo para explorar seus próprios movimentos e sons. Objetos com movimento despertam a atenção do bebê. Diante disso, pergunte à mãe como ela acredita que pode brincar com o bebê e proponha realizar uma das brincadeiras junto com ela.

Ações pós-atividade: Caso os pais não citem nenhuma brincadeira, sugira que eles pendurem fitas e objetos leves que possam ser observados pelo bebê, relembrre com eles as músicas infantis e encoraje-os a cantar para o bebê.

Usar o Cardápio de Brinquedos e Brincadeiras desenvolvido pela PLAN International para ilustrar e inspirar os pais



AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 4

Direitos da Criança

Estratégia para apoiar mães e pais adolescentes | 62

Objetivo da Atividade: Refletir sobre os direitos da criança.

Como iniciar: Converse com os pais estimulando-os a falar sobre questões referentes aos direitos da criança. Utilize a Caderneta de Saúde da Criança e o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA). Apresente os serviços que podem ser úteis à família na garantia dos seus direitos, como o CREAS e o Conselho Tutelar. Levante as necessidades sociais da família.

Ações pós-atividade: Diante das necessidades levantadas, faça os encaminhamentos pertinentes com a ajuda do seu supervisor.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Visita Domiciliar

Puerpério 3

Adaptação familiar

Planejar os possíveis caminhos para trilhar esta etapa da vida e a adaptação familiar

Os relacionamentos sociais podem ser modificados

Respeite o próprio tempo, não se cobre tanto

As primeiras semanas com o bebê em casa podem ser muito estressantes. Os cuidados com o bebê devem ser revezados entre os pais e familiares. O auxílio financeiro das pessoas da sua rede social, membros da família e do pai da criança são fundamentais nesta fase de adaptação familiar da mãe adolescente.

A visitadora será recebida na casa da família em acompanhamento, escuta os relatos dos fatos ocorridos desde a última visita, observa as demandas atuais da família e dialoga sobre possíveis soluções ou encaminhamentos. Retoma a atividade anterior, sobre como foi desenvolvê-la, e inicia a abordagem do tema da visita. Enfatiza a relevância de trabalhar a adaptação familiar.

Iniciar a atividade do mês e seguir os passos descritos abaixo.

A visitadora avalia a participação na atividade e como a participante reagiu ao tema da adaptação familiar.



Atividade 1

Pensando nas Finanças

Objetivo da Atividade: Refletir sobre o planejamento financeiro.

Como iniciar: Converse com a mãe e encoraje-a a falar de suas preocupações relativas à situação financeira da família perguntando: “O nascimento de um filho pode levar a pressões e exigências financeiras que não existiam anteriormente. Você tem se preocupado com isso? Como planeja acomodar estes gastos na renda familiar?” Observe as modificações da situação financeira da família, as condições da habitação, o impacto do nascimento do bebê na vida pessoal e familiar.

Ações pós-atividade: Caso necessário, faça os encaminhamentos para que a família acesse os benefícios a que tem direito.



AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Visita Domiciliar

3 - 6 meses

Saúde emocional e apoio ao bem-estar

Alguns pais e mães adolescentes podem vivenciar a paternidade e a maternidade em situações de vulnerabilidades e problemas de saúde mental

Mães adolescentes têm três vezes mais chances de sofrer com depressão puerperal e têm taxas mais altas de saúde mental deficiente até três anos após o nascimento do bebê

Pais jovens têm maior probabilidade de apresentar distúrbios de ansiedade, depressão e comportamento

Problemas emocionais nesta fase da vida impactam negativamente a capacidade dos pais de desenvolverem as competências parentais necessárias para aprimorar o desenvolvimento infantil.

A visitadora será recebida na casa da família em acompanhamento, escuta os relatos dos fatos ocorridos desde a última visita, observa as demandas atuais da família e dialoga sobre possíveis soluções ou encaminhamentos. Retoma a atividade anterior, sobre como foi desenvolvê-la, e inicia a abordagem do tema da visita. Enfatiza a relevância de trabalhar o bem-estar emocional nessa fase da vida para o desenvolvimento infantil.

Iniciar a atividade do mês e seguir os passos descritos abaixo.

A visitadora avalia a participação na atividade e como a participante se sentiu em verbalizar e compartilhar os seus sentimentos e emoções.

- | Engajamento materno
- | Tempo de brincar e leitura
- | Contato visual com a criança



Atividade 1

Como me Sinto?

Ninguém viu você

Ninguém viu você às 3 da manhã quando o bebê acordou de novo;
Ninguém viu as casquinhas de machucados nos seios que ficaram no seu sutiã quando você o tirou para dormir à noite;
Ninguém viu você segurando por horas o bebê que só queria o seu colo;
Ninguém viu você segurando mãozinhas pequeninas na hora de dormir;
Segurando um corpinho nervoso enquanto ele chutava e gritava;
Segurando uma cabecinha com fome contra um peito naqueles primeiros dias caóticos;
Ninguém viu você quando você não tinha nada; Mas você deu algo, mas você fez algo, mas você pensou em um jogo;
Eu mesma não tenho te visto há um tempo;
Nós não conversamos por um tempo;
Mas quando eu vejo as lindas fotos dos seus filhos que você às vezes posta;
Eu sinto que estou vendo a mãe por trás das crianças;
A mãe por trás dos bebês sorrindo para as câmeras;
Eu vejo os lençós umedecidos e as fraldas os jogos e as músicas;
Eu vejo o nariz entupido, o cocô, os choros e os beijos;
Eu vejo você colocando bracinhos em pequenos macacões;
Ninguém te vê às vezes, mas você está construindo algo que nunca será destruído;
Um amor que nunca será removido.

Abigail Orbone

Objetivo da Atividade: Refletir sobre os primeiros meses da maternidade.

Como iniciar: O texto abaixo conta a história de uma mãe que convive com as dores e amores da maternidade, e como isso a tem afetado emocionalmente. Na atividade, faça uma leitura do poema com a adolescente e depois estimule uma reflexão sobre como têm sido esses primeiros meses da maternidade e como ela tem se sentido diante disso. Pode fazer perguntas reflexivas do tipo: “Como tem sido para você ficar mais tempo em casa cuidando do seu filho e ver menos os amigos?”, “Como você se sente dormindo menos horas por dia?”, “O que você tem feito para minimizar o cansaço e conversar com seus amigos e familiares?”.

Ações pós-atividade: Caso os relatos sobre os primeiros meses de maternidade sejam muito negativos, busque ajuda de seu supervisor para pensar o que você pode fazer para ressignificar a maternidade para a adolescente.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR : Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA : Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Montando um Plano de Bem-Estar

Objetivo da Atividade: Ajudar a mãe adolescente e o pai a preparam o suporte que precisam para o cuidado com o seu bem-estar.

Como iniciar: Certifique-se de estar em um ambiente reservado, para que os pais sintam-se à vontade e tranquilos. Ofereça papel e caneta a eles e diga: “Enquanto lida com as mudanças físicas da gravidez e do parto, o seu bem-estar emocional também é importante. Muitas mulheres se sentem ansiosas, infelizes, mentalmente angustiadas ou deprimidas. E os pais podem experimentar sentimentos como confusão, medo e sentirem-se deixados de lado. Este plano é para ajudá-los a pensar sobre o suporte que podem precisar”. É uma atividade de reflexão, deixe os pais à vontade para compartilharem ou não.

Ações pós-atividade: Caso compartilhem seus planos, verifique se é pertinente fazer algum encaminhamento que possa ajudar a concretizá-los.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 2

Montando um Plano de Bem-Estar



Como estou me sentindo?

Reserve um momento para escrever sobre como você se sente agora, seus pensamentos sobre o nascimento e como você se sente em relação ao seu bebê. Não há respostas certas ou erradas, e o que você está sentindo pode mudar com o tempo. Pode ser útil manter um diário de como você está se sentindo.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 3

Vamos Falar de Emoções

Estratégia para apoiar mães e pais adolescentes | 69

Objetivo da Atividade: Aprender a distinguir as emoções e verbalizar sobre as emoções vivenciadas em cada momento proposto.

Como iniciar: Peça para que a mãe adolescente escolha um número de 1 a 6 e depois uma letra de A a F. Leia em voz alta o quadrinho escolhido e peça para a ela verbalize o que foi proposto. Na sequência, faça o mesmo com o pai. Sugere-se que se repita a atividade três vezes com cada ou quantas vezes os pais se sentirem confortáveis para compartilhar os sentimentos. Ao fim da atividade, pergunte como os pais estão se sentindo e se acham possível adotar esse tipo de dinâmica na vida e falar sobre seus sentimentos um com o outro.

Ações pós-atividade: Caso os pais tenham dificuldade de realizar a atividade, ajude-os a encontrar grupos de apoio para que possam ter mais vivências como esta. Procure seu supervisor e conversem sobre a possibilidade de buscar ajuda profissional.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 3

Vamos Falar de Emoções



	A	B	C	D	E	F
1	Faça qualquer pergunta	Fale sobre o que faz você se sentir com medo	Fale sobre o que faz você se sentir chateada	Fale sobre o que faz você se sentir irritada	Fale sobre o que faz você se sentir entediada	Conte sobre uma situação que a deixou feliz
2	Fale sobre o que faz você se sentir calma	Conte sobre uma situação que a deixou muito surpresa	Fale sobre o que faz você se sentir confiante	Faça qualquer pergunta	Fale sobre o que faz você se sentir confusa	Fale sobre o que você tem curiosidade de aprender
3	Felicidade é mais importante do que dinheiro?	Fale sobre uma situação que a deixou desapontada	Fale sobre uma situação que a deixou envergonhada	Fale sobre o que faz você se sentir animada	Fale sobre como você tem se sentido na ultima semana	Faça qualquer pergunta
4	Você acha que os animais têm emoções?	Faça qualquer pergunta	Fale sobre uma situação que a deixou frustrada	Fale sobre uma situação que a fez sentir ciúmes	Fale sobre o que faz você feliz	Fale sobre uma situação em que você se sentiu sozinha
5	Fale sobre uma situação que a deixou nervosa	Fale sobre uma situação que a deixou orgulhosa	Fale sobre uma situação que a deixou triste	Você compartilha suas emoções com outras pessoas?	Faça qualquer pergunta	Fale sobre o que faz você se sentir tímida
6	Fale sobre uma situação que a deixou estressada	Fale sobre alguém que a faz se sentir feliz	Faça qualquer pergunta	Fale sobre uma situação que a deixou preocupada	Fale sobre como a maternidade a faz se sentir	Faça qualquer pergunta

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Visita Domiciliar

6 - 9 meses

Apego Seguro

O desenvolvimento do apego seguro entre o cuidador e a criança, mediado por uma relação pautada no afeto, tem sido um elemento fundamental para o pleno desenvolvimento

Mães adolescentes experimentam taxas mais altas de depressão e estresse, menor escolaridade, baixa empregabilidade, vivem em situação de pobreza e atendem às necessidades de seus filhos de forma inconsistente

Padrões de apego desorganizado impactam negativamente no desenvolvimento infantil

Problemas emocionais nesta fase da vida impactam negativamente a capacidade dos pais de desenvolverem as competências parentais necessárias para aprimorar o desenvolvimento infantil.

A visitadora dialoga sobre as atividades propostas na visita anterior, escuta as demandas da família e, conjuntamente, pensa em soluções e encaminhamentos possíveis. Introduz o tema a ser abordado na visita, conversando sobre a importância do apego para o desenvolvimento infantil, o sentimento da mãe sobre o seu papel na vida da criança e o que pode ser feito para que se desenvolva um padrão de apego seguro. Este tema também deve contar com a participação do pai, se possível.

Iniciar a atividade do mês e seguir os passos descritos abaixo.

A visitadora avalia a participação na atividade e como a participante reagiu ao tema proposto e sobre o seu papel parental no desenvolvimento do apego.

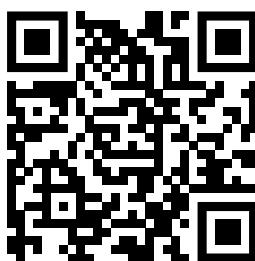
- | Oferecer conforto quando a criança precisar;
- | Fazer contato visual, sorrisos e carinhos nos cuidados diários e nas brincadeiras;
- | Ajudar a criança a gerenciar e compreender as emoções;
- | Aprender e se envolver nas atividades pelas quais a criança se interessa.



Atividade 1

A Importância do Toque

O contato físico e carinhoso com a criança é uma forma muito importante de desenvolver o vínculo afetivo entre o cuidador e o bebê. As massagens terapêuticas, como a Shantala, são comprovadamente uma forma de cuidado afetivo que estreita os vínculos e são de fácil aprendizagem para o cuidador. Esta massagem promove o relaxamento das crianças, melhora a qualidade do sono, alivia cólicas, melhora o funcionamento intestinal, diminui a frequência cardíaca, respiratória e o cortisol salivar.



Objetivo da Atividade: Conversar sobre a importância do toque e seus benefícios para o bebê.

Como iniciar: Apresente a massagem à mãe adolescente, explique os benefícios e, por meio de vídeos e demonstrações, ensine a forma de realizar a massagem. Utilizando o QR Code abaixo você pode assistir junto com a adolescente um vídeo que ensina como realizar a Shantala. Aponte a câmera do celular ou tablet para acessar o conteúdo.

Ações pós-atividade: Estimule os pais a introduzirem a Shantala na rotina de cuidados com o bebê. Caso os pais apresentem dificuldade de realizar a atividade, peça ajuda de seu supervisor para pensar em intervenções possíveis.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 2

Oi, Eu Conheço Você!

Objetivo da Atividade: Estimular a interação afetiva, divertida e saudável entre os pais e o bebê.

Como iniciar: Comece esta atividade levantando as seguintes perguntas e peça para a adolescente refletir:

Você sabia:

- Que o seu bebê já te reconhece e consegue acompanhar os seus movimentos com os olhos?
- Que o desenvolvimento do olhar possui significado especial na formação dos laços afetivos, além de ajudar o seu bebê a envolver-se e relacionar-se com os outros?
- Que quando o bebê vê os olhos e rosto de seus pais, ele começa a fazer associações entre as vozes e as pessoas, entre um sorriso e o que significa ser feliz ou amado?
- Que a troca de olhares entre vocês é uma oportunidade para interagirem, seja sorrindo, cantando, falando ou mesmo gesticulando?
- E que estas interações são registradas na mente do bebê e afetam seu desenvolvimento, contribuindo para que a criança se sinta mais segura, amparada e amada por você?

Em seguida, proponha a seguinte atividade:

- Aproveite para brincar com atividades de esconde-esconde, cobrindo o seu rosto com um pano e deixando que o bebê o retire. Em seguida, troquem sorrisos, olhares, favoreça uma relação de carinho e afeto entre vocês.
- Explore a troca de olhares entre vocês. Entre uma brincadeira e outra e sinta o seu amor fluir e a segurança do seu bebê crescer!!!!
- Fazer caretas divertidas também ajuda nessa interação!

Ações pós-atividade: Caso os pais apresentem dificuldade para realizar a atividade, peça ajuda de seu supervisor para pensar em intervenções que possam ajudá-los a se relacionarem melhor com o bebê e promoverem um vínculo afetivo.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 3

Eu Vou, mas Eu Volto!

Estratégia para apoiar mães e pais adolescentes | 74

Objetivo da Atividade: Ajudar os pais a lidarem com o estresse da separação do bebê.

Nesta fase, o bebê já engatinha ou até já tenta dar os primeiros passinhos e começa a explorar o ambiente, mas o que ele mais vai gostar de fazer é seguir a mãe pela casa.

Como iniciar: Propor para a mãe adolescente e o pai que, quando estiverem interagindo com o bebê e precisarem ir até outro cômodo da casa, expliquem ao bebê aonde vão e que logo voltarão (lembmando de deixar o bebê em segurança, caso estiverem sozinhos). Por exemplo: “Eu vou até a cozinha beber um copo de água e volto já”. Assim que voltar, comemore com ele, elogie e volte a brincar como estavam antes.

- Pode ser que ele vá atrás da mãe ou do pai, ou que comece a chorar. Se acontecer, oriente que eles peguem o bebê no colo carinhosamente, expliquem que precisarão se ausentar, coloquem-no de volta no chão e continuem a sua atividade.
- Reforce que isso seja feito sempre que se ausentarem da presença dele. Assim farão com que o bebê sinta que a ausência dos pais é tolerável, lhe darão a segurança que voltarão e ele se sentirá seguro e amado.
- Explique que fazendo assim ajudarão muito nos momentos em que a mãe adolescente e o pai precisarem sair de casa por alguns momentos ou quando precisarem deixar o bebê na creche!

Lembrar a mãe adolescente e o pai que:

- Sempre que estiverem brincando, conversando ou interagindo de alguma forma com o bebê, que estejam com ele de verdade! Integralmente. Nada de ficar olhando para o celular, conversando ao telefone ou se atentando a outra coisa. Esse momento é exclusivo!
- É assim ele vai entender que os pais se distanciaram por um momento, mas que ele continua sendo importante pra eles.
- E que a confiança e a segurança que o bebê adquire nesta fase da vida será fundamental para as fases seguintes, até a fase adulta.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 3

Eu Vou, mas Eu Volto!

Para Refletir:

Como você se sente compartilhando o seu tempo com o seu bebê?

Como é para você precisar se ausentar da presença seu bebê por alguns instantes do dia? E quando precisa sair e deixá-lo com alguém?

Como o seu bebê reage quando você fica longe, seja por alguns momentos ou por um tempo maior?

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Visita Domiciliar

9 - 12 meses

Métodos Contraceptivos e Planos para o Futuro

Adolescentes têm elevadas taxas de gravidez não planejada e possuem baixo conhecimento sobre métodos contraceptivos

Mães adolescentes tem taxas mais elevadas de abandono escolar e menor escolaridade

A gravidez subsequente na adolescência pode impactar negativamente na escolaridade materna e nos planos para o futuro

A visitadora dialoga sobre as atividades propostas na visita anterior, escuta as demandas da família e, conjuntamente, pensa em soluções e encaminhamentos possíveis. Introduz o tema a ser abordado na visita, conversando sobre a importância dos métodos contraceptivos e dos planos para o futuro. Planejar o futuro, estabelecer metas de vida e conhecer o(s) melhor(es) método(s) contraceptivo(s) para si são muito importantes para esta nova fase da vida da adolescente.

Iniciar a atividade do mês e seguir os passos descritos abaixo.

A visitadora avalia a participação na atividade e como a participante reagiu ao tema dos métodos contraceptivos e planos para o futuro.

| “Ainda é difícil para adolescentes acessar os serviços de saúde em busca de informações e apoio em relação à saúde sexual e à saúde reprodutiva. Esses serviços podem se preparar para atender esse público da melhor forma. E, assim, evitar que muita gente que sem informação sobre sua saúde e sem acesso aos métodos de prevenção e contracepção. Além disso, devido às estruturas machistas da nossa sociedade, atribui-se somente à menina a responsabilidade de evitar uma gravidez não intencional ou de cuidar da criança que nasce. Para romper com isso, é importante abordar o tema numa perspectiva de equidade de gênero, comprometendo igualmente meninas e meninos com as decisões a respeito da vida sexual e da vida reprodutiva, além do cuidado infantil.” (UNICEF, 2017, p.59)



Mãe aos 17. E agora?

Larissa Domingues engravidou aos 17 anos do namorado com o qual se relacionava há 3. Desesperada com a gravidez não intencional, ela escondeu da família a situação durante os cinco primeiros meses. Nesse período, deixou de fazer o pré-natal. Larissa conta que a gravidez foi um momento de dificuldade em sua vida. O namorado, um ano mais novo que ela, aos poucos foi se distanciando e não assumiu a paternidade. Ele não conheceu a filha, e Larissa registrou-a apenas em seu nome.

A gravidez na adolescência pode alterar os rumos dos planos para o futuro. Alguns aspectos da vida podem ficar em segundo plano, devido aos cuidados que o bebê demanda.

Objetivo da Atividade: Auxiliar a mãe adolescente e o pai a pensar no futuro e planejar ações de curto, médio e longo prazo. Isso é importante para refletirem sobre os próximos passos que devem seguir e como isso poderá impactar nas suas vidas.

Ao trabalhar o **Plano de Vida** com adolescentes lhes propiciamos um espaço de discussão dos seus sonhos, planos para o futuro, promoção do autoconhecimento e da realidade que o cerca, enxergando-os como sujeitos que têm potencial para agir enquanto adolescentes.

Como iniciar: Leia o caso descrito abaixo e faça as perguntas norteadoras para auxiliar na discussão. Em seguida, explique à mãe adolescente e ao pai como será feita a construção dos seus Planos de Vida.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 1

Pensando no Futuro

Para Animar a Conversa!!

Ficar grávida aos 17 anos trouxe muitos desafios para a vida de Larissa e ela teve de enfrentá-los sem o apoio do pai da criança.

Como a gravidez afeta a vida de meninas e meninos? Existe diferença? Por quê?

Quais são os métodos contraceptivos disponíveis? Como acessá-los?

A prevenção de uma gravidez, em geral, fica a cargo das meninas. Como os meninos podem também se responsabilizar?

Como a gravidez não planejada na adolescência afeta os planos de vida da mulher?

Ações pós-atividade: Caso os pais não consigam fazer planos, dê alguns exemplos do que pode acontecer com eles nesse período de tempo. Caso seja pertinente, ofereça encaminhamentos que possam ajudar os pais a concretizarem seus planos.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Objetivo da Atividade: Auxiliar a mãe adolescente e o pai a planejarem ações que possam levá-los a conquistar o que planejaram.

Como iniciar: Para isso, escrever é um excelente exercício! Incite a mãe adolescente e o pai a escreverem metas e, após, pensarem em atitudes e ações para que as metas sejam alcançadas.

Ações pós atividade: Ofereça aos pais encaminhamentos que possam auxiliá-los nas ações planejadas.

A construção do Plano de Vida demanda o estabelecimento de metas de curto, médio e longo prazo, para que a mãe adolescente e o pai pensem e façam uma reflexão sobre seus futuros.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 2

Construção do Plano de Vida

Veja o exemplo abaixo para nortear a sua abordagem com a adolescente!

ÁREA DA VIDA	CURTO PRAZO (< 1 ANO)	MÉDIO PRAZO (1 A 5 ANOS)	LONGO PRAZO (> 5 ANOS)	AÇÕES/ATITUDES
Saúde Educacional (Cursos, estudo, escola, leitura)	Retomar os estudos do Ensino Médio	Concluir os estudos do Ensino Médio	Fazer um curso profissionalizante/faculdade	Organizar minha rotina para conciliar estudos e filho/ Pedir ajuda na família
Saúde Integral (Atividade física, alimentação saudável, qualidade de vida, expressão de sentimentos)	Diminuir o consumo de refrigerantes e salgadinhos	Comer duas frutas por dia e trocar os sucos industrializados e refrigerantes por suco de fruta	Incentivar outras pessoas da minha família a melhorar a alimentação	Fazer escolhas mais saudáveis no supermercado. Experimentar alimentos novos
Saúde Social (Relações familiares, amizades, lazer, cidadania)	Diminuir os conflitos com a minha mãe	Compreender o contexto de vida da minha família e como enfrentam as dificuldades	Ampliar a relação do meu filho com as famílias	Pensar melhor antes de resolver os problemas e buscar escutar as pessoas
Saúde Profissional (Finanças, motivação, emprego, fonte de renda)	Pensar em uma área de emprego que tenha vaga na minha região	Buscar me profissionalizar e ir em busca de vagas de emprego	Estar empregada em um emprego que eu tenha interesse	Aprender a fazer um currículo; ir em busca de agências de emprego

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR : Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA : Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 2

Construção do Plano de Vida

Agora desenvolva a atividade junto à ela.

ÁREA DA VIDA	CURTO PRAZO (< 1 ANO)	MÉDIO PRAZO (1 A 5 ANOS)	LONGO PRAZO (> 5 ANOS)	AÇÕES/ATITUDES
Saúde Educacional (Cursos, estudo, escola, leitura)				
Saúde Integral (Atividade física, alimentação saudável, qualidade de vida, expressão de sentimentos)				
Saúde Social (Relações familiares, amizades, lazer, cidadania)				
Saúde Profissional (Finanças, motivação, emprego, fonte de renda)				

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Minha Sexualidade, Minhas Escolhas

Objetivo da Atividade: Apresentar métodos contraceptivos e encorajar a adolescente a adotar um método, caso não deseje uma gravidez subsequente.

A adolescente pode ter baixo conhecimento sobre métodos contraceptivos e como utilizá-los. Conhecer os métodos contraceptivos e ter oportunidade de escolher o mais adequado para seu momento de vida como forma de exercitar a autonomia.

Como iniciar: Proponha para a mãe adolescente uma intervenção lúdica. Juntamente ela você irá organizar os métodos contraceptivos apresentados em três categorias: pouco eficaz; eficaz; muito eficaz. A adolescente deve ser a protagonista da atividade e a visitadora apenas um apoio. As respostas estão no rodapé da página.

Para subsidiar a discussão use as perguntas norteadoras sobre a adoção de métodos contraceptivos:

- 1) O que você pensa sobre ter mais filhos no futuro?
- 2) Como você se sente utilizando métodos contraceptivos?
- 3) Conte-me como você tem feito para prevenir futuras gestações.
- 4) Você já conversou com um profissional da saúde sobre os métodos disponíveis no sistema de saúde?

Ações pós-atividade: Encaminhe os pais para participarem do grupo de planejamento familiar na UBS de referência.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Minha Sexualidade, Minhas Escolhas

Muito eficazes: DIU, esterilização masculina e feminina e implante contraceptivo.

Métodos pouco eficazes: tabelinha; eficazes: camisinha, pílula, LAM.



DIU
O dispositivo intrauterino (DIU) é um pequeno objeto de plástico, em formato de T, inserido no útero para atuar como contraceptivo.



IMPLANTE CONTRACEPTIVO
Bastonete que mede 4 cm e libera um hormônio que atua como contraceptivo. É invisível e pode evitar gravidez por até três anos.



TABELINHA

A tabelinha se baseia no cálculo dos dias do ciclo menstrual que a mulher está mais apta para engravidar, e deve evitar o sexo sem proteção nesses dias. Este método deve ser utilizado sempre em conjunto com a camisinha.

LAM O Método de Amenorréia Lactacional (LAM) consiste em utilizar a amamentação EXCLUSIVA, impedindo a ovulação e como consequência a ausência da menstruação.

PÍLULA CONTRACEPTIVA As pílulas contraceptivas orais combinadas são um medicamento de uso diário que contém dois hormônios (estrogênio e progesterona) para evitar agravidez. Para o período de amamentação existem pílulas específicas que podem ser tomadas em risco para o bebê.

CAMISINHA As camisinhas, tanto masculina como feminina, são métodos de barreira que impedem que os espermatozoides encontrem o óvulo, além de protegerem contra infecções sexualmente transmissíveis.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Visita Domiciliar

12 - 15 meses

Adoção de estilos de vida saudáveis

As taxas de recaída ao tabagismo após o nascimento do bebê são elevadas. Por isso a necessidade de manter o aconselhamento para redução/cessação do tabagismo. O lar é o principal local onde as crianças estão expostas ao fumo passivo

Os hábitos sedentários na adolescência predispõem a ocorrência de doenças crônicas na vida adulta

A O consumo de alimentos ultraprocessados (UAP) está crescendo rapidamente. As mães adolescentes reconhecem sua alimentação como não saudável, mas não percebem que possuem influência negativa sobre o comportamento alimentar de seus filhos

A visitadora dialoga sobre as atividades propostas na visita anterior, escuta as demandas da família e, conjuntamente, pensa em soluções e encaminhamentos possíveis. Introduz o tema a ser abordado na visita, conversando sobre adoção de estilos de vida saudável. O cuidado com o fumo dentro de casa, a prática de exercícios físicos e os hábitos alimentares são fundamentais para a promoção da saúde da adolescente e do bebê.

Iniciar a atividade do mês e seguir os passos descritos abaixo.

A visitadora avalia a participação na atividade e como a participante reagiu ao tema proposto sobre a adoção de estilos de vida saudável.



Olhe ao Seu Redor Antes de Fumar

Objetivo da Atividade: Orientar sobre o tabagismo passivo e incentivar a família a adotar hábitos de vida saudáveis e manter as crianças livres da fumaça do tabaco. Caso a visitadora identifique algum fumante no domicílio, a atividade deve ser realizada.

Como iniciar: Converse sobre o tabagismo passivo, situação em que pessoas que não fumam são expostas aos malefícios da fumaça do tabaco, o que pode causar sérios problemas de saúde, principalmente em crianças. Encoraje a mãe adolescente e/ou familiares a fumarem em espaços abertos e ventilados, evitando dessa forma o consumo do tabaco dentro de casa, na sala, no quarto, na cozinha etc. Realize a atividade buscando novas formas de consumir o tabaco, de modo que as crianças estejam seguras e não inalem a fumaça. Inicie a atividade apresentando a figura que simula uma casa padrão, ou desenhe a própria casa da adolescente em um papel e peça para que a adolescente posicione os pontos (recorte na página abaixo ou pinte com um lápis colorido):

- * verdes (local adequado para o fumo);
- * amarelo (permitido fumar mas atentar se não há crianças por perto);
- * vermelho (ambiente fechado onde a fumaça vai ficar impregnada, evitar fumar).

Ações pós-atividade: Caso a adolescente e/ou membros da família expressem desejo de parar de fumar, ofereça informações sobre grupos de apoio no território.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 1

Olhe ao Seu Redor Antes de Fumar



AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 2 Mexa-se!

Estratégia para apoiar mães e pais adolescentes | 87

Objetivo da Atividade: Dialogar com a mãe adolescente e o pai sobre os benefícios da atividade física em suas rotinas e buscar estratégias para inseri-la no dia a dia.

Como iniciar: Diga que conciliar a maternidade com os afazeres da rotina não é uma tarefa fácil. A rotina de cuidados do bebê impõe para os pais uma série de atividades, como brincar, alimentar, ninar, organizar roupas e a casa. Isso faz com que sobre pouco ou quase nenhum tempo para que se exercitem e pensem em seu bem-estar e saúde. Encoraje os pais a refletirem sobre o assunto. Pergunte: “Antes da gravidez, vocês praticavam alguma atividade física? Conseguem retomar a atividade praticada anteriormente? Existe uma rede de apoio que possa cuidar do bebê enquanto vocês se exercitam?”. A Organização Mundial da Saúde recomenda a prática de 60 minutos de atividade física 3 vezes por semana. Converse com a mãe adolescente e o pai sobre essa possibilidade e, caso não seja possível, a encoraje-os a deixarem suas rotinas mais ativas.

Ações pós-atividade: Indique para os pais grupos de caminhada e/ou outra atividade física oferecidas no território.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 2 Mexa-se!

Quais dessas atividades físicas você pratica, com qual frequência e por quanto tempo?

ATIVIDADE	FREQUÊNCIA (semanas)			TEMPO (MINUTOS)
	1 - 2 X	3 - 4 X	5 - 7 X	
Varrer a casa				
Caminhar empurrando carrinho de bebê				
Passar pano no chão				
Tirar o pó dos móveis				
Subir e descer escadas				
Academia/ musculação				
Caminhada				

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 3

Você É o Que Você Come

Objetivo da Atividade: Apresentar para a mãe adolescente e o pai os malefícios para a saúde do consumo dos alimentos ultraprocessados, bem como os perigos de inserir esses alimentos na rotina alimentar do bebê; e aprender a reconhecer os nutrientes que estão descritos nos rótulos dos alimentos ultraprocessados e compará-los a opções mais saudáveis e nutritivas.

Como iniciar: Apresente o rótulo de um alimento ultraprocessado que esteja armazenado no armário da casa da família (sucos industrializados, biscoitos, bolachas, salgadinhos, refrigerantes) ou apresente o rótulo descrito abaixo. Em seguida, leiam a lista de nutrientes apresentados na tabela nutricional e destaque os nutrientes que, em excesso, causam malefícios à saúde, como sódio, gorduras (trans, saturada), açúcares. Comparem com alimentos naturais ou minimamente processados, destaque as diferenças nutricionais e avalie com os pais a possibilidade de fazer escolhas mais saudáveis em sua rotina. Faça as seguintes perguntas disparadoras:

- “Vocês percebem que o suco em caixinha que vocês costumam consumir pode ser trocado pelo suco natural? Quais diferenças nutricionais vocês conseguem reconhecer?”
- “Os salgadinhos/pipoca industrializados que vocês comem e oferecem ao seu filho possui nutrientes que podem prejudicar sua saúde? Observando o rótulo, vocês conseguem perceber os nutrientes que fazem mal à saúde?”

A construção do Plano de Vida demanda o estabelecimento de metas de curto, médio e longo prazo, para que a mãe adolescente e o pai pensem e façam uma reflexão sobre seus futuros.

Ações pós-atividade: Caso os pais apresentem hábitos alimentares muito prejudiciais e/ou não estejam dispostos a repensarem-nos, procure ajuda de seu supervisor e conversem sobre a possibilidade de um encaminhamento para atendimento especializado.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 3

Você É o Que Você Come



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 200ml (1 unidade)

	Quantidade por Porção	%VD (*)
Valor Energético	185 kcal = 777 kJ	9
Carboidratos	32 g, dos quais:	11
	Açúcares	29 g
	Proteínas	3,9 g
	Gorduras Totais	4,7 g
	Gorduras Saturadas	2,1 g
	Gorduras Trans	0 g
	Fibra Alimentar	0 g
	Sódio	130 mg
	Cálcio***	107 mg
	Ferro***	1,8 mg
	Vitamina A	135 mcg
	Vitamina C	9,0 mg
	Ácido Fólico	35 mcg

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
 ** Valores diários não estabelecidos.
 *** Nutrientes naturalmente presentes

RÓTULO DE UMA BEBIDA ACHOCOLATADA - 200ML
 29g açúcar = 02 colheres de sopa
 2,1g gordura saturada
 130mg sódio

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 30g (3 Biscoitos)

	Quantidade por porção	%VD (*)	Quantidade por porção	%VD (*)
Valor energético	139kcal = 584kJ	7%	Gorduras trans	não contém
Carboidratos	20 g	7%	Fibra alimentar	1,0 g
Proteínas	1,9 g	3%	Sódio	61 mg
Gorduras totais	5,7 g	10%	Cálcio	150 mg
Gorduras saturadas	2,2 g	10%	Zinco	1,1 mg

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas. ** VD não estabelecido.

RÓTULO DE UM BISCOITO RECHEADO - 03 unidades
 20g carboidratos
 2,2g gordura saturada
 61mg sódio

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Visita Domiciliar

15 - 18 meses

Estilos parentais e Educação não-violenta

O estilo parental é definido como um conjunto de atitudes em relação à criança e que, tomados em conjunto, criam um clima emocional no qual os comportamentos dos pais são expressos.

Pais que adotam o estilo participativo favorecem o desenvolvimento infantil.

A paternidade ativa, com a participação do pai nos cuidados diários com a criança, favorece o vínculo entre pai e filho e influencia positivamente no funcionamento familiar.

A visitadora dialoga sobre as atividades propostas na visita anterior, escuta as demandas da família e, conjuntamente, pensa em soluções e encaminhamentos possíveis. Introduz o tema a ser abordado na visita, conversando sobre estilos parentais e comunicação não-violenta. Conhecer os estilos parentais, a disciplina positiva e a presença do pai na construção do vínculo com a criança, que contribuem para seu um bom desenvolvimento socioemocional.

Iniciar a atividade do mês e seguir os passos descritos abaixo.

A visitadora avalia a participação na atividade e como a participante reagiu ao tema sobre os estilos parentais e a comunicação não-violenta.

ESTILOS PARENTAIS			
PARTICIPATIVO	AUTORITÁRIO	PERMISSIVO	NEGLIGENTE
<ul style="list-style-type: none"> • Cuidado e controle conjugado com empatia • Compreensão • Comunicação aberta e bidirecional • Suporte emocional • Orientações claras e consistentes 	<ul style="list-style-type: none"> • Avaliação rigorosa • Elevada punição • Pouco empatia • Muito exigente • Baixo suporte emocional • Distanciamento 	<ul style="list-style-type: none"> • Favorecem todos os desejos • Baixo papel orientador • Baixa imposição de limites • Ausentes • Compensação de culpa • Medo de não aceitação 	<ul style="list-style-type: none"> • Pouco tempo com a família • Baixo nível de aceitação • Baixo suporte • Baixo controle • Ausentes



Qual Tipo de Pai e Mãe Você É?

Objetivo da Atividade: Dialogar sobre estilos parentais, a capacidade dos pais de identificarem seus próprios estilos e refletirem a respeito.

Como iniciar: Converse com os pais sobre as frases a seguir, peça para responderem se a afirmação é Verdadeira ou Falsa e para que posicionem cada frase em algum dos quatro estilos parentais descritos.

Ações pós-atividade: Caso os pais apresentem dificuldade de realizar a atividade, peça ajuda de seu supervisor para pensarem em outras estratégias que ajudem os pais a reconhecerem seus estilos parentais.

“Se a gente ignora a tristeza da criança, ela acaba passando.”

“Quando meu filho fica irritado, acho que é hora de lhe dar umas palmadas.”

“Quando minha filha está irritada, quero saber o que ela está pensando.”

“A criança tem o direito de sentir raiva.”

“Prefiro uma criança feliz a uma excessivamente emotiva.”

“Não acho que quando a criança está triste seja uma oportunidade de lhe ensinar alguma coisa.”

PARTICIPATIVO

NEGLIGENTE

PERMISSIVO

AUTORITÁRIO

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 2 Pai Presente!

Estratégia para apoiar mães e pais adolescentes | 93

Objetivo da Atividade: Dialogar sobre como a paternidade vem sendo exercitada pelo pai da criança. Neste momento é importante a presença do pai, além da mãe adolescente, no domicílio, para que seja feita a reflexão sobre o papel do pai nos cuidados e na construção do vínculo com a criança.

Como iniciar: Faça a pergunta reflexiva: “O que é exercer uma paternidade ativa e consciente?”. Exercer a paternagem consiste em algo maior que simplesmente a paternidade. Paternidade é o ser pai, independente de como se tornou pai; já a paternagem são as ações, é o cuidado físico e emocional que se dá ao filho. É a maneira única de olhar, de falar, de cuidar da criança, que cria e modifica o vínculo. Abaixo estão listadas diversas atividades que podem ser executadas pelo pai da criança ao longo do processo de desenvolvimento e crescimento. Questione o pai se desenvolve a atividade com a criança e o que poderia ser feito para executá-la.

Ações pós-atividade: Caso haja interesse, indique ao pai grupos onde ele possa conversar sobre a paternidade.

Responda Sim ou Não

- Apoiar a parceira durante a gestação, parto e pós parto, estreitando o vínculo familiar
- Ser carinhoso e afetuoso com o(a) seu(sua) filho(a) e sua parceira
- Compartilhar com sua parceira as tarefas domésticas
- Compartilhar com sua parceira os cuidados com a criança, como: dar banho, trocar fraldas e roupas, alimentar seu(sua) filho(a), colocar para dormir, entre outros.
- Acompanhar nos cuidados com a saúde, levando a criança para realizar consultas e para tomar vacinas
- Brincar e passear com a criança
- Sempre manter um clima de respeito com sua parceira e com a criança

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Por Que Educar Sem Bater?

Objetivo da Atividade: Refletir sobre a educação que utiliza a violência física e verbal para lidar com os desafios de educar a criança.

Como iniciar: converse com a mãe adolescente e o pai sobre como eles agem diante de situações em que a criança desafia sua autoridade ou faz alguma coisa que não deveria fazer naquele momento. Em seguida, apresente para eles as estratégias da Disciplina Positiva e os prejuízos de utilizar a violência física na educação da criança.

- A violência interfere no desenvolvimento cerebral, podendo alterar a forma do órgão, uma vez que a produção de hormônios do estresse aumenta sob exposições a agressão física, psicológica e verbal;
- Crianças submetidas a agressões até os cinco anos de idade demonstram mais problemas de comportamento ao longo do seu desenvolvimento, principalmente entre seis e oito anos;
- Bebês expostos a mais de duas violências físicas, se apresentaram mais agressivos aos cinco anos e com comportamentos negativos aos nove;
- Crianças que apanham são mais desobedientes na infância e também sofrem na fase adulta com revoltas e insubordinação no ambiente de trabalho;
- Apanhar pode desencadear problemas de cognição e saúde mental, além de comportamento antissocial;
- Mesmo agressões ditas “mais leves” (palmadas na extremidade das mãos, puxar o cabelo, etc) têm consequências negativas como: aumento da agressividade, comprometimento da relação com os pais, baixa autoestima, não assimilação de regras.
- Apresente o caso descrito abaixo e converse com os pais sobre como solucionar essa situação com o uso dos cinco passos da Disciplina Positiva.

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Atividade 3

Por Que Educar Sem Bater?

Estratégia para apoiar mães e pais adolescentes | 95

| “Albertina (nome fictício) perdeu as estribeiras quando viu a filha de três anos brigar com uma prima da mesma idade. Sem tentar conciliar o conflito, agarrou a criança pelo braço e saiu arrastando-a pela casa. O castigo aumentou quando Albertina percebeu que a menina havia feito xixi na calça. Passou então a dar palmadas nas pernas dela e a perguntar aos berros: “Por que você fez isso?”. Só parou quando a filha respondeu, apavorada: “Eu estava com medo, mamãe!”. A resposta desarmou a agressividade da mãe e transformou-a em dor, culpa, remorso e... raiva. Desta vez, de si própria. “Virei um monstro de quem minha filha tem medo. Sou o bicho-papão dela”, conta a auxiliar administrativa.”

Ações pós-atividade: Caso os pais apresentem dificuldade de compreender a disciplina positiva ou você perceba que usam violência física ao disciplinar a criança, busque ajuda de seu supervisor.

NÃO ROTULE AS CRIANÇAS

VALORIZÉ O ESFORÇO

DEIXE AS CRIANÇAS CHORAREM

ADEQUE A FALA À IDADE

ESCUTE COM ATENÇÃO

AVALIAÇÃO DA VISITA

VISITADOR: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

FAMÍLIA: Boa Regular Ruim Porque Ruim? _____

Referências

Andrade ES, Oliveira G, Medeiros DL, Santos ML, Ghelfi A, Matos GSR. Percepção de sedentarismo e fatores associados em adolescentes grávidas no Município de Coari, Estado do Amazonas, Brasil. *Rev Pan-Amaz Saude*. 2010; 1(4). doi: <http://dx.doi.org/10.5123/S2176-62232010000400006>.

AVASUS. Curso Pai presente: compromisso e cuidado! Disponível em: <https://avasus.ufrn.br/local/avasplugin/cursos/curso>.

Brasil. Ministério da Saúde. Como envolver o homem trabalhador no planejamento reprodutivo, pré-natal, parto e desenvolvimento da criança. Brasília: Ministério da Saúde; 2018.

Brasil. Ministério da Saúde. Exercício Físico x Atividade Física: você sabe a diferença? [internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2020 ago 26. [citado 2021 jun. 10]. Disponível em: saudebrasil.saude.gov.br/eu-quero-me-exercitar-mais/exercicio-fisico-x-atividade-fisica-voce-sabe-a-diferenca.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira. 2ª ed. Brasília: Ministério da Saúde; 2014. 156p.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde da criança: crescimento e desenvolvimento. Brasília: Ministério da Saúde; 2012.

Brasil. Ministério da Saúde. Exercício Físico x Atividade Física: você sabe a diferença? [internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2020 ago 26. [citado 2021 jun. 10]. Disponível em: saudebrasil.saude.gov.br/eu-quero-me-exercitar-mais/exercicio-fisico-x-atividade-fisica-voce-sabe-a-diferenca.

Caballo VE. Manual de avaliação e treinamento das habilidades sociais. São Paulo: Santos; 2003.

Center of Disease Control and Prevention. Children in the home. Disponível em: https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/secondhand_smoke/children-home/index.htm.

Costa CS, Flores TR, Wendt A, Neves RG, Assunção MCF, Santos IS. Comportamento sedentário e o consumo de alimentos ultraprocessados entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2015. *Cad Saude Publica*. 2018; 34(3). doi: <https://doi.org/10.1590/0102-311x00021017>.

Cox JL, Holden JM, Sagovsky R. Detection of postnatal depression. Development of the 10-item Edinburgh Postnatal Depression Scale. *Br J Psychiatry*. 1987; 150(6):782-6. doi: <https://doi.org/10.1192/bjp.150.6.782>.

Cruz MC, Almeida JA, Engstrom EM. Práticas alimentares no primeiro ano de vida de filhos de adolescentes. *Rev Nutr*. 2010;23(2). doi: <https://doi.org/10.1590/S1415-52732010000200003>.

EDUCAVIDA. Ebook Projeto de Vida: caminho para o sucesso [Internet]. Recife: EDUCAVIDA; 2017 [citado 2021 jun. 10]. Disponível em: https://docs.wixstatic.com/ugd/0f0fdf_5cd5061fba6646a296258342814c48fa.pdf.

Jaccard J, Levitz N. Counseling adolescents about contraception: towards the development of an evidence-based protocol for contraceptive counselors. *J Adolesc Health*. 2013; 52(4 Suppl):S6-13. doi: <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2013.01.018>.

Long MS. Disorganized attachment relationships in infants of adolescent mothers and factors that may augment positive outcomes. *Adolescence*. 2009;44(175):621-33.

Plan Internacional Brasil. Cardápio de brinquedos e brincadeiras [Internet]. Plan; 2019. [citado em 2021 jun. 10]. Disponível em: https://plan.org.br/wp-content/uploads/2019/03/cardapiodebrincadeiras_web_20161212-1.pdf.

Pluciennik GA, Lazzari MC, Chicaro MF, orgs. Fundamentos da família como promotora do desenvolvimento infantil: parentalidade em foco. 1 ed. São Paulo: Fundação Maria Cecília Souto Vidigal - FMCSV; 2015.

Rede Nacional da Primeira Infância (RNPI). Primeira infância e gravidez na adolescência. Fortaleza: Instituto da Infância - IFAN; 2015. 34 p.

Ribeiro-Lima TV, Cavalcante LIC. Shantala para promoção da saúde e conforto de bebês: revisão de literatura. *Rev Eletr Acervo Saude*. 2020; (48 supl.):e2375. doi: <https://doi.org/10.25248/reas.e2375.2020>.

Santos BR, Magalhães DR, Mora GG, Cunha A, orgs. Gravidez na Adolescência no Brasil – Vozes de Meninas e de Especialistas. Brasília: INDICA/UNICED; 2017. 108 p.

September SJ, Rich EG, Roman NV. The role of parenting styles and socio-economic status in parents' knowledge of child development. *Early Child Dev Care*. 2016; 186(7):1060-78. doi: <http://dx.doi.org/10.1080/03004430.2015.1076399>.

Wright B, Edginton E. Evidence-Based Parenting Interventions to Promote Secure Attachment: Findings From a Systematic Review and Meta-Analysis. *Glob Pediatr Health*. 2016; 3:2333794X16661888. doi: <https://dx.doi.org/10.1177%2F2333794X16661888>.

World Health Organization (WHO). Pregnant adolescents: delivering on global promises of hope. Geneva: World Health Organization; 2006. Disponível em: <http://www.who.int/child-adolescent-health/publications/publist.htm>. Acesso em: 12 fev. 2019.



criança feliz



NAÇÕES UNIDAS
BRASIL



JOINT SDG FUND
FUNDO CONJUNTO PARA OS ODS



PRIMEIROS
LAÇOS

MINISTÉRIO DA
CIDADANIA

GOVERNO
FEDERAL