

Guia do Líder da Pastoral da Criança

Para países de língua portuguesa



Parceiros

Para realizar seu serviço em todo o Brasil, a Pastoral da Criança conta com o importante apoio de vários parceiros, entre eles:

Parceiros Institucionais:



- ANAPAC - Associação Nacional de Amigos da Pastoral da Criança
- Doações espontâneas efetuadas através de faturas de energia elétrica nos estados: AL, BA, CE, ES, GO, MT, PA, PR, RJ, SC, SP e TO.

Parceiros em Projetos e Programas:

MINISTÉRIO DA
SAÚDE



- Unilever • Fundação Vale

Parceiros Técnicos:



Centro de Pesquisas Epidemiológicas
Universidade Federal de Pelotas

- CONASS • CONASSEMS • FEBRASGO • Federação das APAEs
- Fundação Grupo Esquel • Organização Pan-Americana de Saúde - OPAS
- SBP • UFPR - Informática • USP - Nutrição • UNICEF

Doações: Pastoral da Criança
CNPJ: 00.975.471/0001-15

Bradesco
Agência: 5760-6
Conta: 019362-3

Banco do Brasil
Agência: 1244-0
Conta: 54.806-5

- Para outras formas de doação, acessar o link: www.pastoraldacrianca.org.br/doar



Pastoral da Criança
Organismo de Ação Social da
Conferência Nacional dos Bispos do Brasil – CNBB

Guia do Líder da Pastoral da Criança

para países de língua portuguesa

Curitiba
2018

Coordenação Geral:

Ir. Veneranda da Silva Alencar – Coordenadora Nacional da Pastoral da Criança

Elaboração:

Equipes de Coordenação e Líderes da Pastoral da Criança de todo Brasil

Revisão Técnica:

- ↻ Centro colaborador da Organização Mundial da Saúde – OMS / Centro de Pesquisas Epidemiológicas – Universidade Federal de Pelotas
- ↻ Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia – FEBRASGO
- ↻ Ministério da Saúde
- ↻ Fundo das Nações Unidas para a Infância – UNICEF
- ↻ Organização Pan-Americana da Saúde – OPAS
- ↻ Sociedade Brasileira de Pediatria – SBP
- ↻ Universidade de São Paulo – Faculdade de Saúde Pública – Departamento de Nutrição

Revisão de Linguagem: Camila Kintzel

Fotos da capa: Arquivos da Pastoral da Criança

Capa: Katia Villagra

Projeto gráfico e diagramação: Fernando Ribeiro e Katia Villagra

Assistente de diagramação: Danilo Oliveira de Araujo

Ilustrações: Camila Mendes Mamede

Agradecimentos:

- ↻ Ana Carolina Feldenheimer da Silva – nutricionista, mestre em Saúde Pública
- ↻ Ana Caroline de Medina Alves e Silva – médica de família e comunidade, mestre em Saúde da Criança e da Mulher
- ↻ Dominique Klaczko Acosta – fisioterapeuta obstétrica, terapeuta de família
- ↻ Elaine Pinto Albernaz – pediatra, doutora em Epidemiologia
- ↻ Elizabeth Tunes – psicóloga, doutora em Psicologia
- ↻ Iná da Silva dos Santos – médica geral comunitária, doutora em Ciências Médicas
- ↻ João Alfredo Piffero Steibel – médico ginecologista e obstetra, doutor em Ginecologia e Obstetrícia
- ↻ Juraci Almeida Cesar – médico, doutor em Epidemiologia
- ↻ Marcus Renato de Carvalho – pediatra, especialista em Amamentação pelo IBLCE, mestre em Saúde Pública
- ↻ Maria Aurora Dropa Chrestani – médica comunitária, doutora em Epidemiologia
- ↻ Maria Helena D Aquino Benício – médica, doutora em Medicina Preventiva
- ↻ Natália Pinheiro de Castro – Nutricionista, mestre em Ciências
- ↻ Patricia Helen de Carvalho Rondó – médica, doutora em Saúde Pública
- ↻ Roberto Gomes Tarlé – médico dermatologista, supervisor da Residência Médica em Dermatologia da Santa Casa de Curitiba
- ↻ Sandra da Silva Monteiro – fisioterapeuta, especialista em Assistência à Saúde Materno-Infantil
- ↻ Sílvia Cristina Konno – nutricionista, mestre em Saúde Pública

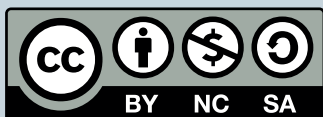
Impresso com o apoio do Ministério da Saúde

Catálogo na Fonte
Coordenação Nacional da Pastoral da Criança

P293 Pastoral da Criança
Guia do líder da Pastoral da Criança : para países de língua portuguesa.
/ Pastoral da Criança. - 18.ed. - Curitiba, 2018 .
. - 324 p. : il.color .

1. Aconselhamento 2. Gestantes 3. Criança 4. Crescimento e Desenvolvimento 5. Obras da Igreja junto às crianças – Igreja Católica
I. Título

CDD 22.ed. 259.22



Guia do Líder da Pastoral da Criança para países de língua portuguesa de Pastoral da Criança está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição-NãoComercial-Compartilhável 4.0 Internacional.

Para ver uma cópia desta licença, visite <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>.

Com essa licença você pode copiar, distribuir, transmitir e criar obras derivadas desta obra, desde que não seja para uso comercial, que cite o autor (Pastoral da Criança) e que mantenha a mesma licença para as obras derivadas.

Sumário

INTRODUÇÃO.....	8
Palavras do Pastor	8
“Ide, sem medo, para servir!”	10
1ª ETAPA DA CAPACITAÇÃO.....	11
MISSÃO DA PASTORAL DA CRIANÇA NO AMBIENTE FAMILIAR E COMUNITÁRIO	12
A GESTAÇÃO.....	21
Preparando-se para a gestação.....	21
Conhecendo um pouco do corpo humano	24
A fecundação	25
Conversando com a gestante e sua família.....	26
Laços de Amor	28
2ª ETAPA DA CAPACITAÇÃO.....	29
Os primeiros mil dias e a nossa saúde.....	30
A visita domiciliar	32
Alimentação saudável	35
Higiene.....	40
Substâncias perigosas na gestação	43
Infecção urinária	44
Anemia na gestação	45
Obesidade na gestação.....	46
3ª ETAPA DA CAPACITAÇÃO.....	48
OS PRIMEIROS TRÊS MESES DE GRAVIDEZ	49
Falando sobre o bebê	49
Falando sobre a gestante	50
Aleitamento materno.....	53
Queixas mais comuns.....	56
Encaminhando para o pré-natal	59
Prevenção de doenças na gestação	61
Alertando sobre perigos na gestação	63
Caderno do Líder	65
4ª ETAPA DA CAPACITAÇÃO: VISITA AO SERVIÇO DE SAÚDE.....	68





5ª ETAPA DA CAPACITAÇÃO..... 70

QUARTO, QUINTO E SEXTO MESES DE GRAVIDEZ..... 71

Falando sobre o bebê	71
Falando sobre a gestante	72
Aleitamento materno.....	74
Queixas mais comuns.....	75
Caderneta da Gestante	79
Avaliando o crescimento do bebê	81
Sinais de perigo na gestação.....	84

6ª ETAPA DA CAPACITAÇÃO..... 86

SÉTIMO, OITAVO E NONO MESES DE GRAVIDEZ..... 87

Falando sobre o bebê	87
Falando sobre a gestante	88
Aleitamento materno.....	89
Alojamento conjunto	90
Queixas mais comuns.....	91
Sinais de pré-trabalho de parto	92
Plano de parto	93

O NASCIMENTO DO BEBÊ 96

Sinais de trabalho de parto.....	96
O parto.....	97
Observando o bebê recém-nascido	98
Aleitamento materno: colostro	101
O bebê com baixo peso.....	103
Caderneta (Cartão) de Saúde.....	104
Vacinas	105
Sinais de perigo para o bebê recém-nascido	106
O teste do pezinho.....	106
Declaração de nascido vivo	107
O pós-parto	108

7ª ETAPA DA CAPACITAÇÃO..... 109

O BEBÊ NA PRIMEIRA SEMANA DE VIDA..... 110

A chegada do bebê na comunidade	110
Promovendo um ambiente favorável ao desenvolvimento	111
Aleitamento materno.....	118
A boa pega do bebê no peito.....	119
Problemas comuns na amamentação.....	124
Higiene.....	128
Sinais de perigo para a saúde do bebê do nascimento até os dois meses de vida.....	131
Cadastramento da criança	132



8ª ETAPA DA CAPACITAÇÃO..... 134

O BEBÊ ATÉ UM MÊS 135

Aleitamento materno.....	135
Como o bebê pode aprender a se desenvolver.....	137
Dormir de barriga para cima é mais seguro.....	141
Higiene.....	142
Fim do resguardo (puerpério).....	143

O BEBÊ DE DOIS E TRÊS MESES 145

Aleitamento materno.....	145
Como o bebê pode aprender e se desenvolver.....	146
Tocando o corpo do bebê.....	150
Higiene.....	151
Pneumonia.....	152
Sinais de perigo para a saúde de crianças de dois meses a cinco anos.....	154
Mutirão (campanha) em busca das gestantes.....	155

9ª ETAPA DA CAPACITAÇÃO..... 157

O BEBÊ DE QUATRO E CINCO MESES 158

Aleitamento materno.....	158
Ordenha.....	159
Desnutrição infantil.....	162
Como o bebê pode aprender e se desenvolver.....	163
Higiene.....	167
Vacinas.....	169
Celebração da Vida.....	171

10ª ETAPA DA CAPACITAÇÃO: PRÁTICA DO DIA DA CELEBRAÇÃO DA VIDA..... 177

11ª ETAPA DA CAPACITAÇÃO..... 178

O BEBÊ DE SEIS A OITO MESES..... 179

Aleitamento materno e alimentação.....	179
Anemia na infância.....	185
Obesidade infantil.....	187
Acompanhamento Nutricional.....	188
Como o bebê pode aprender e se desenvolver.....	192
Educação infantil - Creche.....	197
Higiene.....	199
Diarreia e desidratação.....	200
Soro caseiro.....	202





12ª ETAPA DA CAPACITAÇÃO..... 204

O BEBÊ DE NOVE A ONZE MESES.....	205
Aleitamento materno e alimentação.....	205
Como o bebê pode aprender e se desenvolver.....	206
Indicadores de Oportunidades e Conquistas.....	212
Higiene.....	220
Verminose.....	221

13ª ETAPA DA CAPACITAÇÃO:

PRÁTICA DA REUNIÃO PARA REFLEXÃO E AVALIAÇÃO (RRA) 223

Resumo dos acompanhamentos de cada mês na 4ª parte do Caderno do Líder	224
Reunião para Reflexão e Avaliação (RRA)	226
FABS - Folha de acompanhamento	226

14ª ETAPA DA CAPACITAÇÃO..... 232

A CRIANÇA DE UM ANO A UM ANO E CINCO MESES..... 233

Como a criança pode aprender e se desenvolver	233
Alimentação e aleitamento materno.....	236
Higiene.....	237

A CRIANÇA DE UM ANO E MEIO A UM ANO E ONZE MESES..... 239

Como a criança pode aprender e se desenvolver	239
Piolho.....	243
Sarna	244
Alimentação e aleitamento materno.....	245

A CRIANÇA DE DOIS ANOS A DOIS ANOS E ONZE MESES..... 246

Como a criança pode aprender e se desenvolver	246
Alimentação	252
Higiene.....	253





15ª ETAPA DA CAPACITAÇÃO..... 255

A CRIANÇA DE TRÊS ANOS A TRÊS ANOS E ONZE MESES..... 256

Como a criança pode aprender e se desenvolver	256
Crianças com diferença no funcionamento do seu organismo	260
A paz começa em casa.....	265
Alimentação	267
Intoxicações ou envenenamentos e afogamentos.....	268
Higiene.....	270
Meio ambiente.....	271
Hortas caseiras.....	272
Organizando as atividades do líder	274

16ª ETAPA DA CAPACITAÇÃO..... 278

A CRIANÇA DE QUATRO ANOS A CINCO ANOS E ONZE MESES..... 279

Como a criança pode aprender e se desenvolver	279
Educação infantil - Pré-escola.....	285
Alimentação	288

MISSÃO DA PASTORAL DA CRIANÇA..... 291

A caminhada com Jesus.....	291
Ficar com Jesus	293
Desafios da missão.....	294
A força que vem do alto	296
A força que vem dos irmãos.....	297
Celebração de Envio	300

PARA SABER MAIS..... 301

Brinquedistas e Brincadores.....	301
Rodas de Conversa.....	302
Rezar e agir pela criança.....	303
Meios de comunicação para formação contínua e animação.....	304
Museu da Vida.....	307
Uma história de amor e esperança	308
A organização da Pastoral da Criança.....	314
Espiritualidade - Mística - Liturgia	317

Introdução

Palavras do Pastor

Por ocasião da Celebração “Dra. Zilda Para que Todas as Crianças tenham Vida”, que lembra sua vida e missão no quinto ano de falecimento da nossa fundadora, ocorrido em 12 de janeiro de 2010, apresento o novo Guia do Líder da Pastoral da Criança.



Renovado e adaptado às novas exigências das realidades locais, articula nossos objetivos específicos, de nossa visão e missão, baseados em conhecimentos científicos, com a ação evangelizadora e pastoral que a anima. Nossa contribuição como Pastoral da Criança à sociedade inspira-se na profecia de Isaías, que diz “Não haverá mais criança que viva só poucos dias” (Is 65, 20).

A visão que queremos ter é a de um mundo sem mortes materno-infantis evitáveis, em que todas as crianças, mesmo as mais vulneráveis, vivam em ambiente favorável ao seu desenvolvimento.

Nossa missão é cuidar da vida das gestantes e das crianças até completarem seis anos. O Guia do Líder nos inspira a multiplicar saberes e a disseminar informação segura e confiável junto a gestantes, mães e pais, nos ajudando a cuidar das famílias das nossas comunidades com carinho e amor.

As lideranças da Pastoral da Criança abraçam o serviço voluntário. São pessoas escolhidas e amadas por Deus, que aceitam a missão de levar vida e esperança **a todos, com prioridade** aos irmãos mais empobrecidos de nossas comunidades. Essa missão evangelizadora e pastoral é assumida a partir da fé, realizada com amor, coragem, alegria e determinação, contribuindo para que famílias e comunidades transformem seus ambientes.

Que nunca nos retiremos das mãos do Senhor, do Deus da Vida que nos guia na missão! A sabedoria do seu Espírito nos ilumine e nos anime a perseverar na alegria de servir por amor. Peçamos a Nosso Senhor, que veio para servir e não ser servido, um grande senso de justiça. Que Ele nos dê sempre o justo discernimento nos caminhos a seguir.

Que a bênção do Deus Trindade que traz vida plena para todos permaneça com os que compartilham e participam da Pastoral da Criança, colocando as práticas concretas do novo Guia do Líder para o benefício de um maior número de famílias.

Com as saudações fraternas e com as bênçãos do Senhor da Vida.

Dom Aldo Di Cillo Pagotto

Presidente do Conselho Diretor da Pastoral da Criança de 2008 a 2016

Arquivo da Pastoral da Criança



Dom Geraldo Majella Agnelo

Fundador e responsável pela Pastoral da Criança de 1983 a 1991

Arquivo da Pastoral da Criança



Dom Alfredo Novak

Responsável pela Pastoral da Criança de 1991 a 1992

Arquivo da Pastoral da Criança



Dom Aloysio J. L. Penna, s.j.

Responsável pela Pastoral da Criança de 1992 a 2008

www.arquidiocesademaringa.org.br



Dom Anuar Battisti

Presidente do Conselho Diretor da Pastoral da Criança a partir de março de 2016

“Ide, sem medo, para servir!”

Papa Francisco

Querido líder:

Nossa missão é continuar o projeto de Jesus que, com sua presença transformadora, anunciava a esperança de um mundo mais humano e solidário: *“Eu vim para que todos tenham vida e vida plena” (Jo 10,10).*



O conteúdo deste Guia foi elaborado para ir ao encontro das necessidades das famílias e inspirado na missão evangelizadora de Jesus Cristo, de opção preferencial pelos pobres. Como aconteceu nas edições anteriores, este Guia trata de temas relacionados à gestação e ao desenvolvimento integral da criança, como saúde, nutrição, educação e cidadania.

Na capacitação você vai nos ajudar a **ver**, a conhecer melhor os costumes e as necessidades da sua comunidade. Juntos, vamos estudar como, mais do que apenas evitar doenças, fazer com que essa sua comunidade seja um local de paz onde todas as famílias alcancem a Vida Plena que merecem. Para isso, devemos **agir** juntos, sendo profetas da esperança, de forma perseverante e cheios do espírito de doação e de serviço, especialmente para os que mais precisam de ajuda.

Agradeço a você que está aqui para entender melhor a proposta da Pastoral da Criança e que, com a ajuda de Deus, nos ajudará a *“renovar todas as coisas” (Apocalipse 21,5)* na sua vida e na vida das famílias de sua comunidade. Desejo a todos uma boa missão.

Um abraço fraterno,

Irmã Vera Lúcia Altoé

Coordenadora Nacional da Pastoral da Criança de 2008 a 2016



Irmã Veneranda da Silva Alencar

Coordenadora Nacional da Pastoral da Criança a partir de março de 2016



1ª Etapa da Capacitação

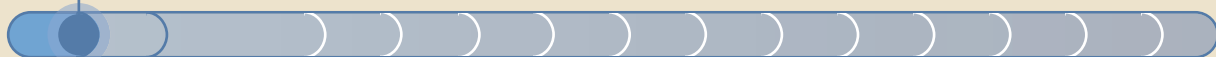
Para Celebrar

- ➔ Vamos fazer uma apresentação de todas as pessoas para nos conhecermos melhor?
- ➔ Um momento de oração para abençoar o estudo e conversas que vamos ter é muito bom. Podemos fazer várias pequenas orações, quem quer propor uma?

Ver

Missão da Pastoral da Criança no ambiente familiar e comunitário

1. O que as pessoas da sua comunidade fazem para construir um mundo mais justo e solidário para gestantes, crianças e suas famílias?
2. O que está sendo feito é suficiente?



Missão da Pastoral da Criança no ambiente familiar e comunitário



Eli PIC

No princípio Deus criou o céu e a terra...
Fez a luz...
Separou terras e águas...
Criou o ar, as plantas que dão sementes...
Criou os animais para povoar as águas, a terra e o ar...
E Deus criou o homem e a mulher à Sua imagem e semelhança.
E disse: crescei e multiplicai-vos.
E viu que tudo isso era bom.

Somos criaturas de Deus!

No mundo que construímos, será que tudo está bom?





Eli Pio

O ar que respiramos precisa ser puro.

A terra precisa ter árvores, plantas, flores e animais.

A água que bebemos e usamos precisa ser boa.

Precisamos de trabalho para ter alimento, roupas, lazer.

Precisamos de serviços de saúde para prevenir e tratar as doenças.

Precisamos de escolas para estudar e aprender.

Será que as pessoas, principalmente as crianças, estão sendo cuidadas, protegidas e educadas conforme os planos de Deus?





Eli Pio



Arquivos da Pastoral da Criança



Eli Pio

Olhando para a realidade de nosso país não podemos dizer que tudo está conforme o plano de Deus. E também não estava em 1983, quando a Pastoral da Criança foi criada. Muitas crianças morriam de doenças que podiam ser prevenidas, como a desidratação provocada pela diarreia. Nessa época foi lançado um desafio: como a Igreja Católica no Brasil poderia ajudar a salvar milhares de crianças da morte?



E a Igreja, por meio da Pastoral da Criança, aceitou o desafio!

Jesus nos ensina que Fé é Vida, e se manifesta no amor. Por isso, a Pastoral da Criança coloca-se a serviço da Vida e da Esperança, da Fé, do Amor, da Alegria e da Paz. A Pastoral da Criança não faz discriminação religiosa, de cor ou de opção política; enfim, está aberta a todos.



A Pastoral da Criança promove uma convivência de respeito à dignidade das pessoas, à valorização das diferenças entre elas, à solidariedade, à responsabilidade com suas obrigações e com o meio ambiente. Procura também denunciar a injustiça e a falta de condições dignas de vida para todos. Esses são alguns valores éticos que orientam as ações da Pastoral da Criança.

“Pois a promessa é para vós e vossos filhos, e para todos aqueles que estão longe, todos aqueles que o Senhor, nosso Deus, chamar.”
At 2,39



Para enfrentar o desafio de salvar a vida dos pequeninos e de contribuir na criação de um ambiente favorável ao desenvolvimento deles, a Pastoral da Criança acompanha gestantes e crianças até completarem seis anos de idade. Seu trabalho, como Jesus fez, é para com os mais necessitados. Procura atuar, principalmente, perto das famílias mais pobres, que enfrentam maiores dificuldades por viver em condições muito difíceis.



Informações para o Brasil. Veja no Caderno do Líder as informações específicas de seu país.

Com esse trabalho, a Pastoral da Criança está ajudando as famílias a lutar por acesso a direitos sociais básicos, tal como está na Constituição Brasileira, no Capítulo II – DOS DIREITOS SOCIAIS, Artigo 6º: “São direitos sociais a educação, a saúde, o trabalho, o lazer, a segurança, a previdência social, a proteção à maternidade e à infância, a assistência aos desamparados, na forma desta Constituição”.





Direitos sociais são condições básicas para que todos possam ter uma vida saudável, digna e feliz.

Como nem todos têm acesso a esses direitos, é preciso conquistá-los. São cidadãs as pessoas que cumprem seus deveres e procuram garantir seus direitos. Além disso, na Pastoral da Criança, acreditamos que as pessoas devem se responsabilizar umas pelas outras. Uma das formas de isso ocorrer é participar ativamente da conquista por direitos sociais na sua comunidade.



A Pastoral da Criança está presente nas comunidades para agir na promoção da saúde e do desenvolvimento integral de gestantes, crianças e suas famílias. E essa ação acontece porque há pessoas que se comprometem a assumir, como voluntários, a **missão** da Pastoral da Criança. E nessa missão compartilham seus conhecimentos, experiências e uma parte de seu tempo. Na Pastoral da Criança, os voluntários podem sentir a alegria de servir, de saber escutar, de apoiar as pessoas em suas necessidades, de praticar a humildade e o respeito ao outro. Assim vivem e demonstram com seu exemplo um verdadeiro trabalho de Caridade Cristã.

Assim, em cada comunidade, pessoas são chamadas para se tornar líderes da Pastoral da Criança.

Essas pessoas são preparadas, de início, por meio da capacitação a partir deste *Guia do Líder*, para que possam aumentar seus conhecimentos, trocar experiências e depois compartilhá-las com as famílias que acompanham. Os líderes aprendem também com as famílias, que trazem seus conhecimentos e suas experiências.





El Pío

Vamos ver como o líder contribui com a missão da Pastoral da Criança?

Ele acompanha gestantes e até 15 crianças de famílias próximas à sua casa, realizando três atividades:

- ➔ Visita Domiciliar.
- ➔ Dia da Celebração da Vida.
- ➔ Reunião para Reflexão e Avaliação.

Com isso, milhares de líderes da Pastoral da Criança, agindo como bons pastores, que amam e cuidam de suas ovelhas, estão continuando o projeto de Jesus aqui na Terra.

“*Eu vim para que todos tenham vida
e a tenham em abundância.*”
Jo 10,10

19





Na **Visita Domiciliar**, o líder tem a oportunidade de conversar sem pressa com a gestante, os pais e familiares da criança. Com isso, ele pode conhecer melhor a situação de vida e as necessidades das famílias, para poder ajudá-las. Desse modo, ele também ajuda a reforçar laços de confiança e amizade entre eles.

Mensalmente, os líderes realizam o **Dia da Celebração da Vida**, quando as gestantes, crianças e suas famílias se reúnem para conversar, celebrar e reforçar laços de fraternidade entre todos.



A terceira atividade é a **Reunião para Reflexão e Avaliação**. Nessa reunião mensal, os líderes avaliam o trabalho realizado e também conversam, aprendem mais e celebram.

“E tudo que disserdes ou fizerdes, que seja sempre no nome do Senhor Jesus, por ele dando graças a Deus Pai Col 3,17”



A gestação

Preparando-se para a gestação

Líder, a gestação é um momento muito especial na vida das mulheres, e o ideal é que elas se preparem para essa fase.

Vários estudos mostram que é melhor a mulher engravidar entre os 18 e os 30 anos de idade, período em que há menor risco de complicações durante a gestação. Além disso, muitas pesquisas apontam que o que acontece nos primeiros mil dias de vida de uma criança, que vão do início da gestação até o final do segundo ano de idade, podem afetar sua saúde para sempre. Nas páginas 30 e 31 há mais informações sobre esses primeiros mil dias de vida.

É muito importante que a mulher procure estar o mais saudável possível. A seguir, colocamos duas orientações:

Suplementação de ácido fólico

O ácido fólico, também conhecido como vitamina B9 ou folato, é essencial para as mulheres antes da gravidez e para a gestante, pois previne a ocorrência de malformações no cérebro do bebê, além de ser importante para o seu crescimento e desenvolvimento.

O suplemento de ácido fólico deve ser tomado o mais cedo possível, pelo menos 30 dias antes da data que se deseja engravidar.



As Unidades Básicas de Saúde fornecem o ácido fólico gratuitamente para mulheres que planejam engravidar e gestantes.



A Organização Mundial da Saúde recomenda que as mulheres tomem a suplementação de ácido fólico antes e durante toda a gestação.

Peso corporal

Outro ponto a ser observado é o peso: tanto o baixo peso como o excesso dele podem levar a mulher a ter complicações durante a gestação.

A mulher com baixo peso pode não estar se alimentando direito e por isso estar com baixas reservas de nutrientes importantes para o bebê.

A mulher com excesso de peso (sobrepeso ou obesidade) apresenta muita gordura no corpo. O excesso de peso pode causar o aparecimento de muitas doenças, como diabetes e pressão alta. Essas doenças podem ser ainda mais perigosas durante a gestação e serão vistas mais adiante.

Se a mulher estiver abaixo ou acima do peso, ela pode fazer um planejamento, com meses de antecedência, para engordar ou emagrecer antes de engravidar. Para isso é necessário ter uma alimentação saudável e praticar exercícios, como caminhar regularmente. Nas páginas 35 a 39 há mais informações sobre alimentação saudável.

Líder, ao saber que uma mulher pretende engravidar, oriente-a a procurar o serviço de saúde para ajudá-la na preparação para a gestação.



Todas as pessoas têm direito a viver com dignidade. Esse direito se inicia na concepção de uma nova vida. Por isso, a Pastoral da Criança começa suas atividades com as gestantes, que precisam ser acompanhadas desde o início da gravidez.

Acompanhando desde o início da gravidez

Visitar as famílias da comunidade é a principal maneira de encontrar gestantes. Algumas mulheres contam logo ao líder que estão grávidas. Outras demoram um pouco mais, e o líder só vai saber da gravidez em uma próxima visita.



Eli Pio

Alguns sinais podem ajudar a mulher a descobrir se está grávida:

- ➔ falta de menstruação;
- ➔ seios doloridos e aumentados;
- ➔ mudanças rápidas de humor: num momento está alegre, em outro está triste;
- ➔ enjoos e tonturas frequentes.

“Naqueles dias, Maria partiu apressadamente para a região montanhosa, dirigindo-se a uma cidade de Judá. Ela entrou na casa de Zacarias e saudou Isabel. Quando Isabel ouviu a saudação de Maria, a criança pulou de alegria em seu ventre, e Isabel ficou repleta do Espírito Santo.

Lc 1, 39-41”

23

A gestação



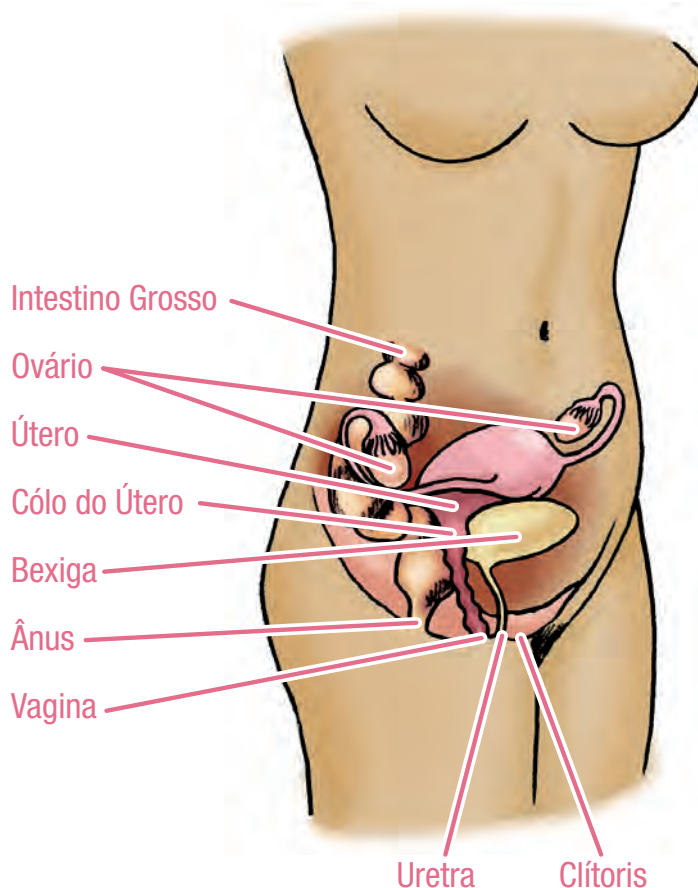
Conhecendo um pouco do corpo humano

Os órgãos genitais externos do homem chamam-se pênis e testículos. O órgão da mulher é chamado vulva. Tanto no homem como na mulher eles se estendem até o interior do corpo, onde não é possível enxergá-los. Os testículos e os ovários produzem as células reprodutoras, que permitem conceber bebês.

A célula reprodutora do homem é chamada espermatozoide; a da mulher é o óvulo.

O espermatozoide do homem sai pelo mesmo canal que a urina. Na mulher, os órgãos genitais são separados dos órgãos do sistema urinário.

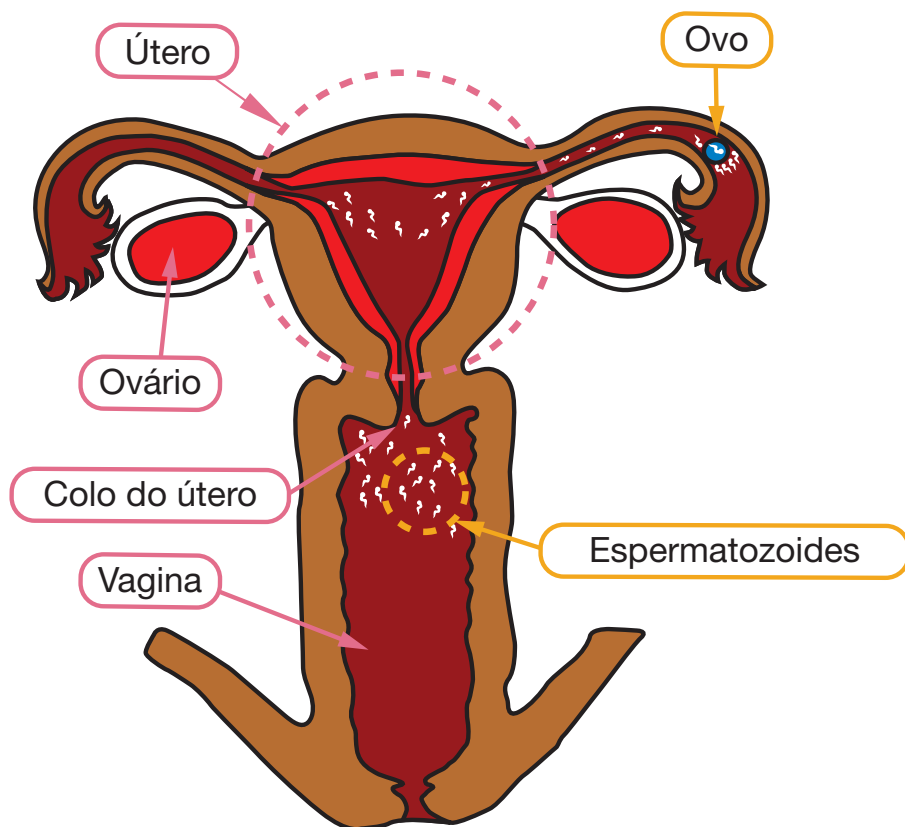
Quando a menina libera o primeiro **óvulo**, em geral, entre os 10 e os 14 anos, dizemos que ela deixou de ser criança. Agora, já é possível ela engravidar.



O **útero** da mulher se prepara todo mês para a gravidez. Caso ela não fique grávida, o seu corpo desmancha o “ninho” preparado pelo útero, o qual sai na forma de **menstruação**. Isso ocorre, mais ou menos, 14 dias depois da ovulação.



A fecundação



Para que um bebê seja concebido, é preciso que um **espermatozoide** se junte a um óvulo. A união dessas duas células forma o **ovo**, ou seja, a primeira célula do bebê. Nesse instante, nasce um novo ser.

O óvulo é fecundado cerca de duas semanas antes da data esperada da menstruação. Três semanas depois da concepção, o coração do bebê já está batendo dentro do útero da mãe. Nesse período muitas mulheres ainda nem desconfiam que estão grávidas, pois a menstruação só está atrasada uma semana.

O bebê cresce, dia a dia, no período de 40 semanas que costuma durar uma gestação. Na gravidez a mulher precisa ter mais cuidado com sua saúde e alimentação.



Conversando com a gestante e sua família



A gravidez é um período de muitas mudanças para a mulher. Ela pode ficar mais sensível, pois está passando por transformações no seu corpo e no seu humor. Por isso, deve ser tratada com carinho e delicadeza.

Quando o companheiro e as outras pessoas da família entendem o que a gestante sente nesse período da gravidez, eles podem ajudar melhor no que for necessário para que ela tenha uma gravidez saudável e feliz.

A primeira ajuda do líder é acolher a gestante e seu companheiro, escutando o que eles têm a dizer sobre a gravidez. Muitos casais ficam felizes quando descobrem a gravidez, pois já se preparavam para ter um bebê. Outros casais, contudo, podem sentir medo, ansiedade, preocupação, pois não planejavam a gravidez naquele momento. Outros, ainda, se preocupam com as dificuldades que podem enfrentar ou têm medo de não conseguir cuidar bem do bebê.

Líder, todas as gestantes precisam do seu acompanhamento, mesmo as que já têm outros filhos, porque uma gravidez é diferente da outra.

A gestação



Algumas mulheres, quando engravidam pela primeira vez, podem ficar encabuladas ou achar que fazer o pré-natal não é importante, pois estão se sentindo bem. Gestantes que já têm outros filhos podem achar que não é preciso fazer o pré-natal novamente.

É comum as adolescentes grávidas esconderem a gravidez, com medo da reação de companheiros, pais, familiares e amigos. Na visita domiciliar, o líder deve orientar a família sobre a importância do apoio e da compreensão deles para que a adolescente viva esse momento com serenidade, responsabilidade e amor.

O bem-estar da adolescente grávida é muito importante para que ela possa se sentir segura e confiante, para o bom desenvolvimento da gravidez e para a saúde do bebê. E, portanto, ela precisará da ajuda de todos para valorizar a vida que carrega no ventre e se sentir responsável por ela.

Líder, algumas gestantes podem precisar mais da sua ajuda, especialmente se sentirem falta de alguém para partilhar suas alegrias e dificuldades.

Pesquisas indicam que para reduzir a prematuridade, a dificuldade de crescimento do bebê no útero e a mortalidade infantil, ou seja, as mortes de crianças menores de um ano, deve-se dar mais atenção e apoio às gestantes:

- ➔ pobres;
- ➔ de cor parda ou preta;
- ➔ sem companheiro;
- ➔ com pouca escolaridade;
- ➔ que têm dois ou mais filhos;
- ➔ com menos de 18 anos ou mais de 30 anos;
- ➔ com pressão alta ou diabetes;
- ➔ que perderam bebê em gestação anterior ou algum filho com menos de um ano de idade;
- ➔ que fumam e/ou usam drogas.

A gestação



Laços de Amor

Laços de Amor é um conjunto de cartelas feitas para a gestante. Seu objetivo é melhorar o envolvimento da gestante e da família com a gravidez, mostrar as necessidades da gestante, do seu bebê e incentivar que ela faça o acompanhamento pré-natal.

Essas cartelas são numeradas e devem ser entregues e lidas com as gestantes todos os meses, nas visitas domiciliares, conforme orientações do envelope. São uma grande ajuda para o líder dar orientações práticas sobre como a gestante pode se cuidar melhor e criar uma ligação mais forte com o bebê que está para nascer.

As cartelas Laços de Amor deverão ser entregues somente para as mães que foram acompanhadas desde a gestação.

Líder, o ideal é acompanhar a gestante desde o **primeiro mês** de gestação.



Se a gestante se mudar para outra comunidade, entregue todas as cartelas do Laços de Amor, para que ela possa continuar lendo e se cuidando e tenha uma lembrança sua e da Pastoral da Criança.

“ Em qualquer casa onde entrardes, dizei primeiro:
A paz esteja nesta casa!
Lc 10, 5 ”

Tarefa desta etapa de capacitação

- ➔ Visite uma gestante conhecida, entregue e leia com ela as cartelas do Laços de Amor referentes ao mês de gestação em que ela estiver e a cartela 5, sobre alimentação.

A gestação





2ª Etapa da Capacitação

Para Avaliar e Celebrar

- ➔ Como a gestante conhecida recebeu a sua visita?
- ➔ Houve alguma explicação do Laços de Amor que você não entendeu ou que a gestante não aceitou?
- ➔ Agora que você conheceu um pouco mais da Pastoral da Criança, você quer e pode se tornar líder da Pastoral?
- ➔ Vamos escolher e partilhar uma mensagem, oração ou citação bíblica que celebre o dom da vida e as ações que fazemos com nossos próximos, as gestantes e suas famílias? Uma sugestão é:

“ Foste tu que criaste minhas entranhas e me teceste no seio de minha mãe. Eu te louvo porque me fizeste maravilhoso; são admiráveis as tuas obras; tu me conheces por inteiro. Ainda embrião, teus olhos me viram e tudo estava escrito no teu livro; meus dias estavam marcados antes que chegasse o primeiro. ”
Sl 139,13-14.16

Ver

A gestante

1. Como as mulheres que você conhece reagem ao descobrir que estão grávidas?
2. Como as gestantes que você conhece costumam se alimentar?

2ª etapa



Os primeiros mil dias e a nossa saúde

É essencial que o bem-estar da criança seja pensado sempre, começando já no início da gestação

Estudos comprovam que o cuidado dedicado nos **primeiros 1000 dias** do bebê são primordiais para uma vida saudável, mesmo depois de adulto. Por isso, informe-se e saiba como garantir vida plena para seu bebê desde agora!



9 meses da gestação

Possíveis problemas

- ➔ Bebês com atraso no crescimento dentro do útero ou que nascem com baixo peso (menos de 2,5 kg) apresentam mais riscos de desenvolver diabetes, obesidade, colesterol elevado, pressão alta, osteoporose, doenças renais e do coração quando adultos.
- ➔ As cesarianas acarretam quatro vezes mais infecções pós-parto e três vezes mais doenças e mortes maternas.
- ➔ Crianças nascidas duas semanas antes da hora têm mais chances de desenvolver problemas respiratórios.

Como cuidar

- ➔ Acompanhamento pré-natal durante toda a gestação em um serviço de saúde, com atenção especial para gestantes pobres, abaixo de 18 anos e acima de 30 anos.
- ➔ Não fazer uso de fumo, álcool e drogas.
- ➔ Alimentação saudável.



- Levar a gravidez até o final e ter parto normal.
- Respeitar o tempo da criança, aguardando seus sinais para nascer, e ter parto normal.

365 dias + 365 dias (1º e 2º ano de vida)

Aleitamento Materno

- Exclusivo até os 6 meses e, a partir desta idade, complementado com outros alimentos até 2 anos ou mais.

Proteção para a mãe:

- Redução do risco de câncer de mama.
- Redução do risco de câncer de ovário.
- Redução do risco de diabetes.

Proteção para a criança:

- Redução dos casos de diarreia, infecções respiratórias, infecções no ouvido e problemas no posicionamento dos dentes.
- Promove o crescimento e ganho de peso adequados.
- Ajuda na prevenção do diabetes e obesidade na adolescência e depois de adulto.

Crianças que são amamentadas por mais tempo têm maior inteligência do que aquelas que são amamentadas por períodos mais curtos ou não são amamentadas, o que pode melhorar o desempenho escolar e, a longo prazo, aumentar sua renda.

Para ajudar que esses primeiros mil dias contribuam para a saúde do bebê e da gestante, o líder realiza uma atividade, na sua comunidade, que permite estar mais próximo das famílias que acompanha, apoiando-as e informando-as sobre os cuidados durante esse período. Essa atividade é a **Visita Domiciliar**.



A visita domiciliar

Líder, a visita domiciliar é o momento em que você estará mais próximo das famílias acompanhadas e poderá:

- ➔ valorizar o que as famílias fazem de bom para cuidar de seus filhos;
- ➔ conversar sobre a gravidez;
- ➔ conversar sobre os cuidados e a educação das crianças;
- ➔ alertar sobre os sinais de perigo para a saúde da gestante e da criança;
- ➔ identificar situações desfavoráveis para o desenvolvimento da criança;
- ➔ perceber os possíveis problemas e dificuldades enfrentadas;
- ➔ procurar juntos formas de resolver esses problemas.



A cada visita, você e a família ficam mais amigos. A família vai se sentindo mais segura para falar sobre suas alegrias e dificuldades, pois sente que você é discreto e não comenta com as outras famílias os problemas particulares de cada um.

Na primeira visita a uma família com gestante ou criança, você deve se apresentar, explicar como é o trabalho da Pastoral da Criança e perguntar se eles aceitam ser acompanhados. Nas visitas seguintes, a família vai conhecendo melhor a missão da Pastoral da Criança e como você atua. E você também conhece o que a família faz para cuidar da gestante e da criança.



Nas visitas, é preciso ouvir o que as pessoas da família têm a dizer e procurar ajudar com base nas necessidades delas, sempre respeitando o que pensam e acreditam. Assim, você, líder, torna-se um companheiro que caminha junto, que está sempre perto, para apoiar e orientar.

Com o apoio deste guia, você pode reforçar cuidados e atitudes da família e da gestante que favoreçam a criação de um **ambiente favorável** ao desenvolvimento da criança e de uma boa gestação.



Para ajudar as famílias nos cuidados com gestantes e crianças, por vezes, basta apenas uma simples orientação. Em outras situações pode ser necessário, além disso, pedir ajuda de outras pessoas da Pastoral da Criança, da Igreja ou dos serviços públicos, como os de saúde, educação e assistência social.

Quando você não souber responder a alguma pergunta, não se preocupe, pois ninguém sabe tudo. Diga que vai procurar a resposta e trazer para eles no próximo encontro.





É preciso falar com jeito sobre as situações mais delicadas, para não magoar nem a família nem a criança. Os **10 Mandamentos para a Paz na Família**, ferramenta que será estudada mais adiante, também podem ajudar nessas conversas.

É bom combinar com a família o melhor horário para as visitas, para não atrapalhar os afazeres da casa. Durante as visitas, convide as famílias para participarem do Dia da Celebração da Vida. Lembre-se de informar o dia, a hora e o local da celebração e mostre como é importante a presença da criança e dos pais nesse momento.

Líder, sempre que realizar suas visitas leve este guia, o Caderno do Líder e outras ferramentas de trabalho da Pastoral da Criança que forem necessárias, como o Laços de Amor e a colher medida.

“ Na verdade, a paz existe quando o ser humano reconhece no outro um irmão ou irmã com a mesma dignidade. ”
Papa Francisco



Alimentação saudável



Michel Meynsbrughen / Freemagages

Todas as pessoas precisam de uma boa alimentação, em especial a mulher grávida e a que amamenta, a fim de se manter saudável para que seu bebê possa se desenvolver, nascer com peso adequado e crescer com saúde. Se a gestante se alimenta mal, ela pode ficar anêmica, desnutrida ou ganhar mais peso do que o necessário. Seu bebê pode nascer com baixo peso ou acima do peso, ter mais facilidade de ficar doente e demorar mais para se recuperar.

Uma alimentação saudável contém alimentos variados, frescos, em quantidade suficiente e bem lavados. É muito importante se preocupar com a qualidade e a quantidade dos alimentos. Tanto a falta quanto o excesso de comida podem fazer mal à saúde.

Alimentos industrializados devem ser evitados no dia a dia, pois contêm muito açúcar, gordura, sal e conservantes, que não fazem bem para a saúde. Alguns exemplos são: macarrão instantâneo, biscoito recheado, salgadinho de pacote, bala (rebuçada), chicletes (pastilhas), chocolate, sorvete, refrigerante, suco em pó ou de caixinha, maionese, entre outros.





O **ferro** é um micronutriente essencial para a vida e atua principalmente na fabricação das células vermelhas do sangue e no transporte do oxigênio para todas as células do corpo. Por isso é importante comer diariamente alimentos ricos em ferro, como:

- ➔ carnes de gado e aves;
- ➔ coração, fígado, rins, baço (passarinha) e outras vísceras;
- ➔ vegetais de vagens: feijão, lentilha, ervilha;
- ➔ vegetais de folhas verde-escuras: couve, taioba, agrião, salsa;
- ➔ melado de cana (melaço), castanha do brasil, de caju e amendoim (gingoba).

O ferro é melhor aproveitado quando a pessoa come alimentos ricos em vitamina C e A na mesma refeição. O cálcio, pelo contrário, atrapalha a absorção do ferro. Por isso, é melhor que o leite e seus derivados não sejam consumidos no almoço e no jantar, para que o corpo aproveite melhor o ferro contido na carne, nas vísceras e em outros alimentos como o feijão.



A **vitamina C** ajuda a prevenir infecções, fraqueza muscular, sangramentos nas gengivas e a cicatrizar feridas. Alguns alimentos ricos em vitamina C são:

- ➔ frutas cruas: limão, laranja, mexerica (bergamota, mimoso), abacaxi, caju, mamão, acerola, murici, goiaba, carambola, kiwi, tamarindo;
- ➔ verduras cruas: folhas verde-escuras, brócolis, pimentão.



A **vitamina A** ajuda a prevenir diarreia, infecções, protege a visão e a pele. É importante para o desenvolvimento do pulmão e ajuda no crescimento do bebê no útero, além de fortalecer as defesas do organismo. Para que essa vitamina seja bem aproveitada pelo corpo, é importante colocar um pouco de óleo no preparo dos legumes e folhas. Os alimentos ricos em vitamina A são, principalmente, legumes alaranjados e vermelhos, folhas verde-escuras, frutos amarelos, frutos de palmeiras e outros:

- ➔ abóbora, cenoura, batata doce, pimentão vermelho, beterraba;
- ➔ folhas de brócolis, mostarda, espinafre, couve;
- ➔ manga, caqui, mamão, pequi;
- ➔ buriti, pupunha, tucumã, dendê;
- ➔ leite, manteiga, queijos;
- ➔ gema de ovo, fígado, sardinha, mariscos, ostras.



O **cálcio** é importante para a gestante e para o bebê porque ajuda a formar e manter fortes dentes e ossos. Alguns alimentos ricos em cálcio são:

- ➔ leite, queijo, coalhada e iogurte;
- ➔ folhas verde-escuras;
- ➔ gergelim;
- ➔ peixes pequenos.

A **vitamina D** também é muito importante para os ossos, pois ela ajuda a evitar o raquitismo nas crianças e a fraqueza nos ossos dos adultos. É encontrada em alguns peixes (sardinha e atum), gema de ovo, fígado, queijos, entre outros alimentos.



Silberkorno / iStock

O **iodo** é importante para o desenvolvimento físico e mental. A falta de iodo no corpo da gestante afeta a formação do cérebro do bebê. Os alimentos que contêm iodo são:

- ➔ sal iodado - deve ser consumido com moderação;
- ➔ peixes de água salgada e mariscos;
- ➔ verduras, legumes e frutas plantados em terra rica em iodo, ou seja, em terras próximas do mar.



Tamlyn Rhodes / Freeimages

O sal que é dado para o gado não deve ser utilizado para cozinhar, pois não contém iodo.

O **ácido fólico** de alimentos como vísceras, feijão e vegetais de folhas verde-escuras ajuda a prevenir problemas no cérebro e na coluna do bebê.

Líder, oriente a gestante a preparar, no máximo, comida para duas refeições por vez. Assim, ela não vai consumir comida antiga e diminui muito a chance da comida estragar.



Líder, você pode ajudar a gestante e a família a aproveitar melhor os alimentos e a melhorar seu estado nutricional, orientando que:

- ➔ Um prato com alimentos variados, de diversas cores, tem mais vitaminas e minerais.
- ➔ O arroz fornece carboidratos, vitaminas e algumas proteínas. E o feijão é rico em ferro, fibras e também em proteínas diferentes das encontradas no arroz.
- ➔ Os alimentos da estação e da região são mais frescos, saborosos e nutritivos, além de mais baratos.
- ➔ Toda refeição deve ter pelo menos um alimento cru, que pode ser salada ou fruta.
- ➔ A forma de preparo dos alimentos também é muito importante: sempre é melhor comer alimentos assados e cozidos do que fritos.
- ➔ É melhor comer os alimentos logo depois de preparados. Alimentos requentados ou fervidos por muito tempo perdem nutrientes.
- ➔ As sobras de alimentos cozidos devem ser guardadas em geladeira (geleira) ou lugar fresco, cobertos por peneiras ou telas.
- ➔ A vasilha onde se guarda água deve ser tampada.
- ➔ Café, chá mate, chá preto, leite e derivados prejudicam a absorção do ferro e precisam ser evitados até duas horas após as refeições.



Todos têm direito de comer diariamente alimentos de qualidade e na quantidade necessária para ter saúde. Isso é segurança alimentar e nutricional.

A gestação



Higiene



Petro Serápio

A gestação é um momento especial. É importante que a mulher continue a se cuidar e se achar bonita nessa fase de sua vida.

Líder, algumas dicas ajudam a orientar as gestantes:

- ➔ O banho em água corrente é melhor: pode ser de bica, chuveiro ou caneca.
- ➔ O banho com a mulher sentada na bacia ou as duchas dentro da vagina não são recomendados, pois levam micróbios da vagina para o útero, onde fica o bebê.
- ➔ Lavar a cabeça não faz mal para a gestante.
- ➔ Roupas limpas e confortáveis ajudam na sensação de bem-estar.
- ➔ Meias com elástico apertado podem impedir a circulação do sangue e causar varizes.
- ➔ O melhor sapato é aquele com solado que não escorrega, para evitar quedas.



Saúde da boca

A gravidez não causa cárie, mas ela pode aparecer quando se aumenta o consumo de alimentos com açúcar e quando se escova pouco os dentes. Por outro lado, devido a variação dos níveis hormonais, as gengivas da gestante podem ficar mais sensíveis e resultar na gengivite (sangramento da gengiva).

Para prevenir esses problemas a gestante deve fazer acompanhamento com um dentista durante o pré-natal, além de manter a higiene diária da boca com muito cuidado, usando fio ou fita dental, escova macia e creme dental.

Líder, oriente a gestante a escovar os dentes da seguinte maneira:

- ➔ Iniciar escovando (varrendo) os dentes superiores de cima para baixo e os dentes inferiores de baixo para cima.
- ➔ Escovar os dentes tanto na parte de dentro, próxima à língua, como na parte que fica junto da bochecha.
- ➔ Fazer movimento de vaivém na parte plana dos dentes do fundo.
- ➔ Escovar a língua.





O fio dental deve ser passado delicadamente entre os dentes indo até a gengiva, mesmo que a ela sangre.

Líder, você pode ensinar a gestante e a família a preparar um fio dental caseiro, usando um pedaço de linha de carretel número dez passada em parafina ou cera de abelha. Outro material que pode ser usado é a rafia transparente das embalagens, desde que esteja bem limpa. Até uma tirinha de sacola plástica ou de pacote de leite pode ser usada como fio dental.



Substâncias perigosas na gestação



É importante que o líder oriente sobre as consequências do uso de drogas na gestação.

As drogas, além de prejudicarem o desenvolvimento do bebê, podem criar nele dependência desde o nascimento.

O cigarro provoca o nascimento de bebês com baixo peso, parto prematuro e aumenta as chances de o bebê nascer com problemas respiratórios e no coração.

Quando a gestante consome bebidas alcoólicas, além do risco de abortar, pode ter um bebê com “síndrome do álcool fetal”. Com essa síndrome, o bebê pode ter problemas de crescimento e no sistema nervoso.

Alguns tratamentos químicos para o cabelo (tinturas, escova progressiva, entre outros) devem ser evitados durante a gestação e durante a amamentação. É importante a gestante conversar com o médico do pré-natal a respeito disso.

Alguns medicamentos também prejudicam a formação do corpo do bebê. Por isso, líder, oriente que nenhuma pessoa pode tomar medicamento sem orientação do médico, principalmente na gestação.

A gestação



Infecção urinária

Com o crescimento do bebê, o útero começa a apertar a bexiga e, por isso, a gestante tem vontade de urinar toda hora.

Conforme o útero aumenta, ele ocupa mais espaço e pode apertar também o canal da urina. Isso cria condições para que a urina fique parada e favorece o aparecimento de infecção urinária. É bom que a gestante vá ao banheiro (casa de banho) sempre que sentir vontade e esvazie bem a bexiga.



Se a gestante se queixar de dor na barriga ou ardência ao urinar, pode ser sinal de infecção. Nesse caso, ela deve ser encaminhada para o serviço de saúde, mesmo que não seja o dia marcado para sua consulta, para conversar com o médico. Mas pode haver infecção urinária mesmo sem a gestante apresentar sintomas, por isso é muito importante fazer o exame de urina.

O exame de urina faz parte do acompanhamento pré-natal.

A infecção urinária é frequente e fácil de ser solucionada durante a gravidez. Se não for tratada a tempo pode provocar aborto, infecção nos rins e parto antes do tempo (prematureo).



Anemia na gestação

Bruna Corso



A anemia por falta de ferro é uma doença muito comum na gestação, infância e adolescência, períodos em que a necessidade desse nutriente é maior, pois ocorrem muitas mudanças no corpo. Ela também é causada por uma alimentação inadequada e pobre em ferro.

A anemia diminui a capacidade do organismo de aproveitar o oxigênio do ar que respiramos. Por isso os principais sintomas são: palidez, cansaço, falta de vontade de fazer as coisas e pouco apetite. Na gestante, o desejo de comer certos alimentos e coisas esquisitas também pode ser um sinal de que estão faltando algumas vitaminas ou minerais na sua alimentação.

Tudo que o bebê precisa para se formar e crescer vem do sangue da mãe. Se a mulher tinha pouco ferro no sangue ou estava desnutrida antes de engravidar, ela tem grande chance de ter anemia por falta de ferro na gestação.

Filhos de gestantes com anemia têm maior risco de nascer com baixo peso e de morrer nos primeiros dias de vida.

Para ter uma gestação sadia e para o bom desenvolvimento do bebê na barriga da mãe, a gestante precisa comer alimentos ricos em ferro. Veja alguns exemplos na página 36 desse Guia.

Informações para o Brasil. Veja no Caderno do Líder as informações específicas de seu país.

O Ministério da Saúde recomenda: toda gestante deve receber suplemento de ferro desde o início do pré-natal, independente da idade gestacional, e tomar até o 3º mês após o parto, mesmo que não esteja anêmica.

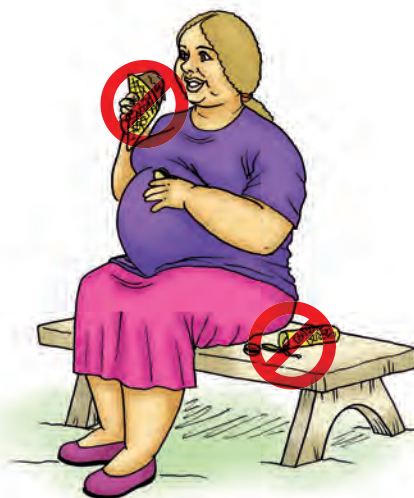


45

A gestação



Obesidade na gestação



A obesidade na gestação pode levar a diversas complicações, tanto para a mãe como para o bebê.

Gestantes obesas têm maior risco de ter pressão alta (hipertensão ou tensão alta), pré-eclâmpsia, sangramento pós-parto e diabetes gestacional. Essas doenças serão vistas mais adiante. O bebê pode nascer com peso maior do que o esperado, prematuro e ter mais chances de ficar internado.

Apesar de a obesidade ser prejudicial, a gestante não deve fazer dieta para perder peso. Durante o pré-natal ela deve ser orientada sobre o ganho de peso e os principais cuidados com a alimentação.

Nenhuma mulher deve perder peso durante a gestação.



46

Líder, converse durante suas visitas sobre os benefícios de uma alimentação saudável. Bons hábitos alimentares resultam em saúde para a mãe e para o bebê.

A gestação



Líder, para orientar a conversa com as famílias, verifique e escreva abaixo:

- ➔ Se na sua comunidade existem hortas caseiras e quais os alimentos saudáveis disponíveis:

- ➔ Preço de carne, peixes, mariscos, fígado e outras vísceras:

- ➔ Locais onde podem ser encontrados alimentos mais frescos e baratos:

- ➔ Propostas de como facilitar o acesso das famílias aos locais onde são vendidos esses alimentos mais frescos e baratos:

- ➔ Receitas e formas de preparar e combinar os alimentos para melhor aproveitar as fontes de ferro, vitaminas e outros nutrientes, na alimentação da gestante:

Tarefa desta etapa de capacitação



- ➔ Preencha os itens da atividade sobre alimentação, nesta página.

A gestação





3ª Etapa da Capacitação

Para Avaliar e Celebrar

- ➔ Como é a aceitação de fígado e outras vísceras pelas famílias da comunidade?
- ➔ Esses alimentos são fáceis de serem encontrados e têm um preço acessível?
- ➔ Existe alguma mensagem, oração ou citação bíblica que celebre o dom da vida e as ações que fazemos com nossos próximos, as gestantes e suas famílias? Uma sugestão é:

Oração para a gestante

Nós Vos louvamos Senhor, porque sois o Criador de toda vida.

A gestante é um ninho de esperança.

*Que todas as gestantes façam deste tempo,
um tempo de renovação, de paz,
um tempo de crescimento, de valorização.*

*E que neste tempo de gestação elas sintam um tempo abençoado,
porque o Senhor está agindo e trabalhando dentro de cada uma.*

*Durante a gravidez de cada mulher, Tu, Senhor,
trabalhas nelas, pois estás fazendo o corpinho do bebê
com toda a Tua sabedoria divina.*

A verdadeira maternidade vem de Ti Senhor.

Ver

A gestante nos primeiros três meses de gravidez

1. O que as gestantes de sua comunidade mais gostam de saber no início da gravidez?
2. As mães costumam amamentar seus bebês? Até que idade?

3ª etapa



Os primeiros três meses de gravidez

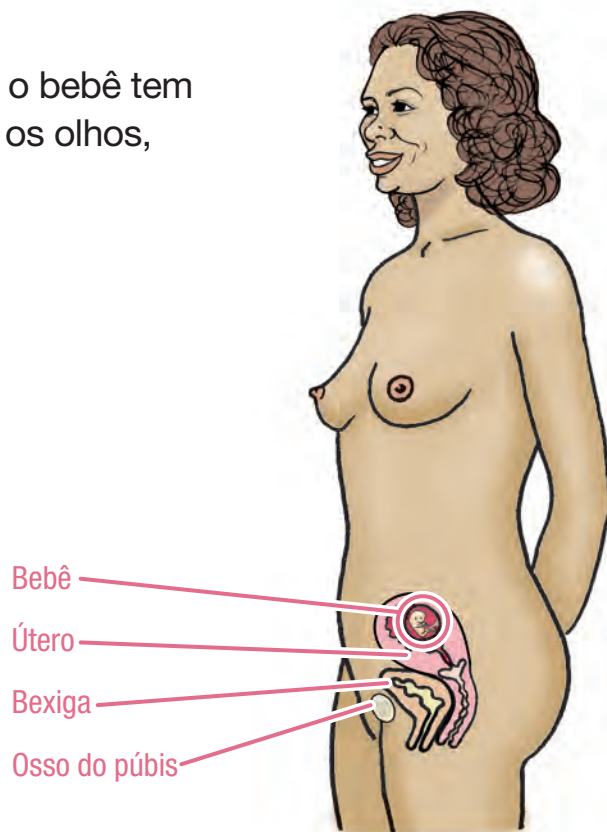
Falando sobre o bebê

Um bebê foi concebido. O ventre materno é agora templo de paz e amor. É o lugar do primeiro encontro do bebê com a mãe e com o pai.

No final do primeiro mês, o bebê já é do tamanho de um grão de arroz. Estão se formando seu cérebro, coração, sistema nervoso e coluna vertebral.

Com dois meses de gestação, o bebê tem a cabeça bem grande, aparecem os olhos, as orelhas e a boca.

No terceiro mês, cérebro, estômago, intestinos, ossos e músculos do bebê já estão mais desenvolvidos e trabalhando em conjunto. O corpo dele está quase pronto. A partir daí, ele é chamado de feto. Para a Pastoral da Criança, desde que foi concebido, ele já é **o bebê** e precisa de amor e cuidados.



Os primeiros 3 meses de gravidez (de 0 a 13 semanas)



Falando sobre a gestante



Arquivos da Pastoral da Criança – Mossoró/RN

Além das informações de como a gestante pode se cuidar melhor, ela, o companheiro e a família gostam de saber o que acontece durante a gravidez. Isso diminui a ansiedade e anima todos a se envolver com o bebê desde o início. Conhecendo uma gravidez saudável, fica mais fácil para a família saber se algo não vai bem.

Líder, durante a visita, que deve acontecer **ao menos uma vez por mês**, sempre dê oportunidade para a gestante perguntar o que quiser. Incentive a participação do pai e da família na conversa. Lendo o Guia do Líder com a gestante, vocês encontrarão muitas informações importantes sobre a gestação.



Nos três primeiros meses, a mulher percebe poucas mudanças no seu corpo. No entanto, sabe que está diferente: o milagre da vida está acontecendo. Ela está “cheia de graça”.



A mulher pode sentir seus seios maiores e, às vezes, doloridos. A **aréola**, parte escura em torno do bico do seio, escurece ainda mais e surgem algumas bolinhas. Essas bolinhas ajudam a lubrificar a **aréola**.

A maioria das gestantes continua levando uma vida normal. É bom descansar mais e cuidar da alimentação. Fazer caminhadas durante a gestação melhora a circulação do sangue e a respiração.

Fazer atividades de cócoras (agachada) fortalece os músculos, diminui as dores nas costas e previne varizes.

Os primeiros 3 meses de gravidez (de 0 a 13 semanas)



É bom que você, líder, anime pais e família a se relacionarem com o bebê desde o início da gestação. Já sabemos que o bebê reage a certos estímulos do ambiente em que vive.

Os pais podem falar com o bebê sobre o que estão sentindo. É bom falar da alegria de ser mãe ou pai. Isso aumenta o envolvimento deles com o bebê.

Líder, se for o caso, fale com os pais sobre a preocupação de uma gravidez inesperada. Conversando, os pais podem sentir mais segurança e aceitar melhor a gravidez, se preparando para receber o bebê.



Eli Pio

A gestante adolescente e o pai do bebê precisam se envolver com ele desde o início da gravidez e ser encorajados a cuidar e educar a criança que vai nascer. Os avós, sempre que necessário, devem ser orientados a apoiá-los, mas não podem tirar a responsabilidade dos pais pelo bebê. Como avós, eles têm um papel importante para o neto.

Líder, é muito comum a adolescente grávida abandonar a escola. Nessa situação, é importante que você a incentive a continuar estudando.

“Desapareça do meio de vós todo amargor e exaltação, toda ira e gritaria, ultrajes e toda espécie de maldade. Pelo contrário, sede bondosos e compassivos, uns para com os outros, perdando-vos mutuamente, como Deus vos perdoou em Cristo”
Ef 4,31-32”



Aleitamento materno

O aleitamento materno é muito importante para a saúde da mãe e do bebê. Vamos ver por quê?

O leite materno é completo para o bebê. É o único alimento de que ele precisa até os seis meses de idade. Por isso, é bom conversar com a gestante, com o companheiro e com toda a família sobre a importância da amamentação. Quando o companheiro e outras pessoas da família incentivam o aleitamento materno, a mãe fica mais tranquila e amamenta seu bebê por mais tempo.

As conversas sobre amamentação podem se basear no que a gestante e seu companheiro querem saber. Isso facilita que as orientações do líder sejam ouvidas e colocadas em prática.

Um bom começo é conversar sobre as experiências de amamentação que a gestante conhece. O que irmãs, avós, sogra, mãe, amigas e o companheiro falam sobre a amamentação pode influenciar a gestante na sua vontade de amamentar.

Líder, o próprio organismo da gestante se prepara para a amamentação. Por isso não se deve, por exemplo, passar bucha, toalha áspera ou esticar o bico do seio com os dedos para fortalecer o mamilo, como era recomendado no passado.

Antônio Marques



Os primeiros 3 meses de gravidez (de 0 a 13 semanas)





Eli Pio

Líder, para animar a mãe a amamentar, converse sobre as **vantagens** da amamentação para o bebê:

- ➔ O leite materno protege o bebê contra doenças, como alergias, diarreia, resfriados, infecções urinárias e respiratórias.
- ➔ Ele é de fácil digestão.
- ➔ Mamar desenvolve e fortalece a musculatura da boca do bebê, melhorando a mastigação, o ato de engolir e a fala.
- ➔ É um momento muito especial, que fortalece a relação entre mãe e filho e transmite segurança, carinho e o amor de que ele precisa para se desenvolver bem.
- ➔ O leite materno é um alimento completo.



Vantagens da amamentação para a mãe:

- ➔ Ajuda a diminuir o sangramento após o parto, fazendo com que o útero e o volume dos seios voltem ao tamanho normal mais rapidamente.
- ➔ Aumenta o vínculo afetivo com o bebê.
- ➔ Nos primeiros seis meses, a amamentação impede a ovulação, atuando como um anticoncepcional natural. Mas, para que a mulher não engravide, é preciso que o bebê mame só no peito, sempre que tiver vontade, sem tomar chá ou água.
- ➔ É econômico e já vem pronto.
- ➔ Diminui o risco de câncer de mama e de ovário.



Amamentação: É bom para a mãe e melhor ainda para o bebê!

“Foste tu que me fizeste sair do seio materno, me fizeste descansar sobre o peito de minha mãe.”
SI 22, 10

Os primeiros 3 meses de gravidez (de 0 a 13 semanas)



Queixas mais comuns

Líder, para evitar ou diminuir desconfortos na gravidez, você pode orientar sobre estes cuidados:

Seios doloridos

Para diminuir a dor nos seios é preciso usar sutiã, de preferência de alça larga, para dar suporte ao peso deles que aumentou. As bolinhas das aréolas não devem ser espremidas, pois podem inflamar.

Tonturas

Na gravidez é comum que a pressão do sangue fique mais baixa e que a gestante sinta tonturas. Assim, é bom que ela se alimente em intervalos menores e levante-se sempre devagar. Quando a gestante sentir tontura, deve se deitar e respirar lenta e profundamente.

Mudança de humor

A alteração dos hormônios, a ansiedade e o medo de que aconteça alguma coisa com o bebê deixam a gestante muito mais sensível. Ela pode chorar ou rir por qualquer coisa. É bom conversar com a gestante e com a família, explicando que mudanças de humor fazem parte da gravidez e, por isso, é preciso ter mais paciência.





Eli Pio

Enjoos e vômitos

Para diminuir esses desconfortos, a gestante precisa comer pequenas quantidades de comida várias vezes ao dia. Comidas de consistência mais mole e de temperatura morna ou fria são mais adequadas nessas situações. Também ajuda beber água gelada, comer frutas de sabor mais azedo e evitar alimentos gordurosos e apimentados. Beber líquidos durante a refeição não é aconselhável.

A vontade de vomitar geralmente acontece quando a gestante acorda, sente cheiro forte de perfume, gasolina, cera ou quando escova os dentes. Para diminuir a ânsia de vômito é bom a gestante alimentar-se logo ao acordar – dando preferência a alimentos secos, evitar o jejum prolongado – comer de seis a oito pequenas refeições durante o dia, e evitar deitar-se logo após as refeições. Escovar os dentes sem creme dental, só com água, também ajuda.

Algumas gestantes podem ter bastante enjoo, com vômitos frequentes, o que dificulta o sono, compromete o apetite e pode desidratar o corpo. Para prevenir a desidratação, é importante tomar mais líquidos.

Se a gestante vomitar muito, ela deve procurar o serviço de saúde.

Os primeiros 3 meses de gravidez (de 0 a 13 semanas)



Fraqueza, palidez e excesso de saliva



Eli Pio

Quando a gestante fica pálida, fraca e sem vontade de fazer as coisas, ela pode estar com anemia ou estar desnutrida. Para prevenir essas doenças, a gestante precisa comer alimentos ricos em ferro e vitaminas, conforme orientações contidas nas páginas 36 a 39.

Fraquezas e desmaios podem acontecer após mudanças bruscas de posição e também quando a gestante fica sem se alimentar por muito tempo. Líder, para prevenir esses problemas, oriente a gestante a se alimentar logo ao acordar e a evitar o jejum prolongado. Caso a gestante sinta-se fraca, oriente-a a deitar-se do lado esquerdo e respirar com calma e profundamente.

No início da gravidez é comum a gestante ter bastante saliva. É bom que ela engula a saliva e tome dois litros ou mais de água por dia.



Encaminhando para o pré-natal



Líder, ao encontrar uma mulher que desconfie estar grávida, encaminhe-a logo para o serviço de saúde. Lá ela vai fazer exame de urina ou sangue para comprovar a gravidez. Se o exame der positivo, é importante que a gestante inicie o pré-natal.

O pré-natal foi criado para proteger o bebê e a mãe durante a gravidez, por meio de cuidados médicos, nutricionais, psicológicos e sociais.

Toda gestante tem direito a ter o pré-natal e o parto atendidos por profissionais atenciosos e bem preparados. É bom lembrar que cada gravidez é diferente, e a gestante deve fazer o pré-natal em todas as gestações, com pelo menos seis consultas.

No pré-natal é possível descobrir e tratar algumas doenças que prejudicam a mãe e o bebê. Sabendo como é um pré-natal de qualidade, a gestante pode lutar por seus direitos e também fazer a sua parte, se cuidando conforme as orientações recebidas.

Os primeiros 3 meses de gravidez (de 0 a 13 semanas)



A gestante tem o direito de:

- ➔ receber a Caderneta da Gestante no início do pré-natal, no qual serão anotados os dados referentes à gestação;
- ➔ saber com quantos meses de gravidez está e a data provável do nascimento do bebê;
- ➔ receber informações de como se alimentar melhor;
- ➔ receber orientações sobre a amamentação;
- ➔ receber orientações sobre os cuidados com seu corpo;
- ➔ ser orientada sobre a vacina contra o tétano e coqueluche (dTpa);
- ➔ saber como estão sua pressão (tensão) e seu peso;
- ➔ ser informada sobre os sinais de perigo na gestação;
- ➔ fazer exame ginecológico: exame das mamas, toque vaginal (exame por baixo) e, se não tiver sido feito no último ano (rotina), preventivo de câncer de colo do útero;
- ➔ ter sua barriga medida para acompanhar o crescimento do bebê;
- ➔ saber a posição do bebê em sua barriga e como bate seu coraçãozinho;
- ➔ fazer exame de sangue para ver se tem anemia, diabetes, sífilis, hepatite, Aids (Sida) e conhecer seu tipo de sangue;
- ➔ fazer exame de urina para ver se tem infecção ou outros problemas;
- ➔ receber suplementação de ferro e ácido fólico.



Eli Pio

A saúde da mãe e a saúde do bebê dependem de um bom pré-natal.



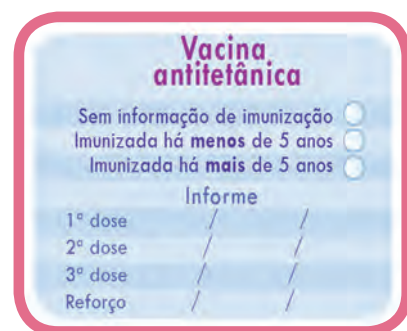
Prevenção de doenças na gestação

O pré-natal é a melhor maneira de evitar algumas doenças que podem ocorrer durante a gravidez. Como essas doenças podem não apresentar qualquer sinal ou sintoma, é importante a gestante se prevenir realizando o pré-natal. Algumas dessas doenças são:

Tétano neonatal

O tétano neonatal (mal de sete dias) é uma infecção que ocorre pela contaminação do umbigo e que pode ser evitada pela vacina contra o tétano. Durante o pré-natal, a gestante deve ser orientada sobre essa vacina. Assim, além de se proteger contra essa doença, protege também a saúde de seu bebê.

As doses que a gestante vai receber dependem da situação vacinal em que ela se encontra, ou seja, se já tomou ou não alguma dose da vacina.



Vacina antitetânica

Sem informação de imunização

Imunizada há **menos** de 5 anos

Imunizada há **mais** de 5 anos

Informe

1ª dose	/	/
2ª dose	/	/
3ª dose	/	/
Reforço	/	/

Líder, verifique no Caderno do Líder o esquema de vacinação na gestação.

Sífilis

A sífilis é uma doença que passa através da relação sexual e é fácil de ser tratada. Mas quando não é tratada pode afetar gravemente a gestante e o bebê. No acompanhamento do pré-natal a gestante é orientada sobre o tratamento.

Caso o médico, pelo exame de sangue, verifique que a gestante tem sífilis, ele deve tratar também o companheiro da gestante.

Os primeiros 3 meses de gravidez (de 0 a 13 semanas)



Toxoplasmose

Também conhecida como “doença do gato”, a toxoplasmose pode ser transmitida por meio do contato com as fezes do gato (solo, areia, hortas) ou pela ingestão de alimentos crus que estejam contaminados. Se a mulher adquirir essa doença durante a gestação, ela transmite a infecção para o bebê, podendo provocar problemas cerebrais, problemas de visão, e até mesmo levar à prematuridade ou morte fetal.

Sendo assim, a gestante deve evitar comer alimentos crus em lugares que não tenha certeza de que estes foram bem higienizados. Pensar em alimentos crus nos lembra saladas e frutas, mas não podemos esquecer das carnes cruas ou mal passadas, que também são veículos dessa contaminação.

Portanto, durante os nove meses de gestação não custa redobrar os cuidados quando realizar a alimentação fora de casa, optando por saladas cozidas, frutas descascadas, carnes bem cozidas ou bem passadas.

Aids (Sida)

A Aids (Sida) é uma doença que ataca as defesas do corpo. Quando a doença é descoberta no início da gestação, é mais fácil fazer o tratamento e, assim, são grandes as chances de o bebê nascer sem o vírus causador da doença (HIV). Por isso, todas as gestantes devem realizar o exame para saber se têm o vírus HIV durante o pré-natal.

A mulher portadora do vírus HIV não deve amamentar, pois a doença pode contaminar seu bebê pelo leite materno. A orientação de como alimentar o bebê deve ser feita pelo profissional do serviço de saúde.



Alertando sobre perigos na gestação



Arquivos da Pastoral da Criança

É comum existirem sentimentos de medo e ansiedade em algum momento durante o primeiro trimestre da gravidez. Em geral, é a partir do quarto mês de gestação que as mulheres começam a se sentir mais seguras e falam sobre a gravidez com mais tranquilidade.

Algumas gestantes, mesmo recebendo tratamento, podem perder o bebê. Quando isso acontece, a mulher precisa ser internada e fazer uma curetagem, que é uma raspagem no interior do útero. A curetagem evita hemorragia e infecção.

A perda de um filho, em qualquer situação, sempre causa muito sofrimento. O apoio da família e do líder ajuda a mulher a suportar melhor a dor causada pela perda do bebê.

Líder, o ganho de peso começa desde o início da gravidez. Mas se a gestante engordar muito, ela pode ficar com diabetes e pressão alta. Essas doenças podem provocar o adiantamento do parto ou o nascimento de bebês muito pesados.

Os primeiros 3 meses de gravidez (de 0 a 13 semanas)



Se a gestante sentir **ardência ao urinar** ou **dor na barriga**, ela deve procurar o serviço de saúde e explicar o que está sentindo.



Ardência ao urinar



Dor na barriga

Sinais de perigo nos primeiros três meses de gravidez

É importante que a gestante e sua família saibam identificar os sinais de perigo nos primeiros três meses de gestação.



Vomita tudo o que come ou que bebe



Sangramento

Oriente a família a procurar imediatamente o **hospital** se a gestante apresentar um desses sinais de perigo.



Líder, para ajudar nessas situações, faça um **plano para emergências** junto com a gestante e sua família, durante a visita domiciliar. Preencham a cartela 3B do Laços de Amor. Essa cartela deve ficar em lugar bem visível na casa. Registre também no seu caderno na folha de Anotações do Líder, para você ajudar se for preciso.

PLANO PARA EMERGÊNCIAS	
Mesmo com todos os cuidados, algum sinal de perigo pode acontecer e você precisa planejar sua ida ao hospital.	
Em caso de emergência, você deve ser levada para:	
Nome do hospital:	_____
Endereço:	_____
Telefones:	_____
Como levar?	_____
É possível chamar o SAMU (Serviço de Atendimento Móvel de Urgência) ligando para o número 192 , caso exista este serviço em seu município.	
É importante levar a Caderneta da Gestante para facilitar seu atendimento.	

3B

Os primeiros 3 meses de gravidez (de 0 a 13 semanas)



Caderno do Líder

O Caderno do Líder é o material que serve para cadastrar (registrar) as gestantes e crianças menores de seis anos da sua comunidade. Nesse caderno, você, líder, registra mês a mês as respostas dos indicadores das gestantes e crianças que acompanha.

Indicadores são importantes porque chamam a atenção para coisas que devem ser observadas. Os indicadores da Pastoral da Criança são usados para ficar mais fácil para os líderes, as famílias e todos que trabalham na Pastoral saberem como está a situação de vida das gestantes e das crianças que acompanham e quais delas precisam de atenção especial.

Aplicativo Visita Domiciliar

Líder se preferir você pode usar o Aplicativo Visita Domiciliar no lugar do Caderno do Líder. Para baixar acesse o Google Play do seu celular ou tablet.

Indicadores de acompanhamento da gestante

Os indicadores das **perguntas de 19 a 26**, que estão na aba interna da capa do Caderno, mostram como estão as condições de saúde da gestante e se elas têm acesso aos serviços de saúde.

Líder, quando você começar a acompanhar uma gestante, abra o Caderno do Líder numa das folhas com cabeçalho e registre o nome da gestante onde está escrito: **nome da gestante/mãe**. Depois, responda às perguntas 19 e 20, que se referem ao mês de gestação e visita.

Os primeiros 3 meses de gravidez (de 0 a 13 semanas)



No Caderno do Líder



- ➔ Na **pergunta 19**, anote o mês de gestação.
- ➔ Na **pergunta 20**, anote **[S]** (sim) somente se:
 - Você conseguiu fazer as atividades propostas no quadro Visita Domiciliar, conforme o mês de gestação (página 66, 85 e 95).

Líder, neste guia, ao final de cada trimestre de gestação e de cada faixa de idade da criança, existe um quadro com o título: **Visita Domiciliar**. Nele está o roteiro do que precisa ser conversado e observado na família em cada visita. Esse roteiro destaca assuntos importantes para uma gestação tranquila e para a saúde e o desenvolvimento da criança.

Visita Domiciliar



Nessas visitas é **importante**:

- ➔ Entregar e ler com a gestante as cartelas do Laços de Amor conforme as orientações do envelope.
- ➔ Conversar sobre os cuidados importantes na gestação, em especial os mostrados nas páginas 39, 43, 44 e 45.
- ➔ Conversar sobre os sinais de perigo e fazer o plano de emergência com a gestante (na página 64)
- ➔ Conversar sobre a realização do pré-natal.
- ➔ Verificar no Caderno do Líder o esquema de vacinação na gestação.

Responder às perguntas do Caderno do Líder.

Os primeiros 3 meses de gravidez (de 0 a 13 semanas)



Você agora é enviado a ser Líder da Pastoral da Criança

Você aceitou a missão de agir em favor do seu próximo, como Jesus. Foi convidado a testemunhar com seu exemplo o que Ele pregou: “Eu vim para que todos tenham vida, e a tenham em abundância”.

Ao cadastrar sua primeira gestante e acompanhá-la, você se tornará líder da Pastoral da Criança.

Que as alegrias do amar e do servir estejam sempre presentes em sua vida.

Você está acendendo uma luz de Fé viva na sua comunidade. Deus o abençoe.

Tarefa desta etapa de capacitação



- ➔ Cadastre (registre) uma gestante e entregue as cartelas do Laços de Amor de acordo com o mês de gestação em que ela estiver.
- ➔ Anote abaixo as informações sobre a próxima etapa de capacitação: **visita ao serviço de saúde** que atende sua comunidade. É importante você conhecer os profissionais que lá trabalham, o local onde são realizadas as coletas de sangue e urina para os exames laboratoriais, onde são entregues os medicamentos e outras informações.

Dia da visita: _____ Hora: _____

Local: _____

Enfermeiro responsável: _____

Os primeiros 3 meses de gravidez (de 0 a 13 semanas)





4ª Etapa da Capacitação

Visita ao serviço de saúde

Procure saber e anote as informações abaixo para orientar melhor as gestantes e as famílias acompanhadas:

➔ 1. Qual o nome, endereço e telefone da Unidade de Saúde? _____

➔ 2. Como funciona o pré-natal (dia, hora, frequência, como é o atendimento, nome do médico/enfermeiro)? _____

➔ 3. Onde são feitas as coletas de sangue e urina para exame? _____

➔ 4. A Caderneta da Gestante está disponível? A medida da altura uterina é anotada na caderneta? _____

➔ 5. Como é o esquema de vacinação da gestante adotado no município? _____





4ª Etapa da Capacitação

→ 6. Como é o acompanhamento da mãe após o parto (dia, hora, frequência, o que é avaliado, nome dos médicos)? _____

→ 7. Como funciona o acompanhamento de bebês até um ano (dia, hora, frequência, o que é avaliado, nome dos médicos)? _____

→ 8. Como é feito o acompanhamento das crianças acima de um ano?

→ 9. Como é a vacinação das crianças (dias, horários, local)? Alguma alteração em relação ao esquema do Caderno do Líder?





5ª Etapa da Capacitação

Para Avaliar e Celebrar

- ➔ Na visita à gestante, você conseguiu conversar com ela sobre o que vimos até aqui?
- ➔ Você teve dúvidas para entregar e conversar sobre o Laços de Amor?
- ➔ Partilhe no grupo como foi a visita ao serviço de saúde.
- ➔ Existe alguma mensagem, oração ou citação bíblica que celebre o dom da vida e as ações que fazemos com nossos próximos, as gestantes e suas famílias? Uma sugestão é:

“E disse-lhes: ‘Quem receber em meu nome esta criança estará recebendo a mim mesmo. E quem me receber, estará recebendo Aquele que me enviou. Pois aquele que entre todos vós for o menor, esse é o maior’.”
Lc 9,48

Ver

A gestante no quarto, quinto e sexto meses de gravidez

1. As gestantes de sua comunidade valorizam e vão fazer o pré-natal?
2. As gestantes de sua comunidade recebem a Caderneta da Gestante ao realizar o pré-natal?

5ª etapa



Quarto, quinto e sexto meses de gravidez

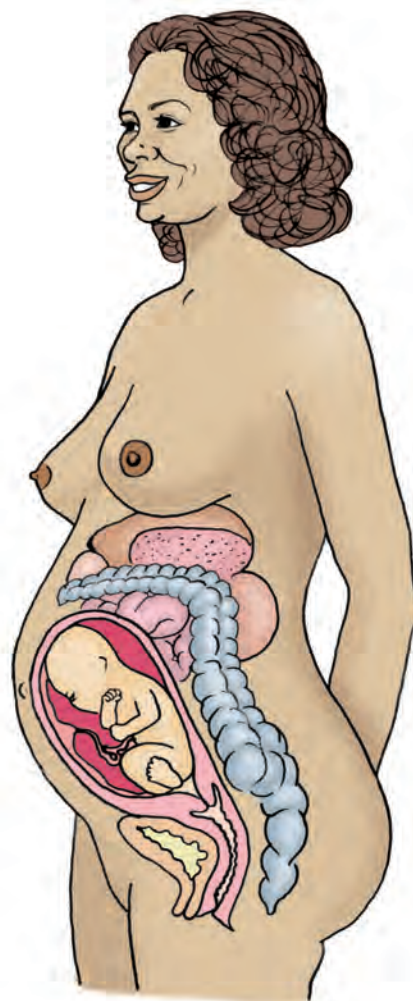
Falando sobre o bebê

O bebê se movimenta cada vez mais. Ao final do quarto mês, ele mede de 10 a 12 centímetros e pesa aproximadamente 220 gramas.

No quinto mês, chupa os dedos e faz careta. Abre e fecha os olhos, mexe mãos e pés. Nesse mês, o bebê cresce bastante, pode chegar aos 25 centímetros e pesar até 500 gramas.

No sexto mês, começa o desenvolvimento da audição, do olfato, do tato e do paladar no bebê. A visão será o último dos sentidos a se desenvolver. O bebê já reage a estímulos externos, como luz e música, e também percebe os barulhinhos físicos da mamãe, como o bater do seu coração.

O bebê reage a outras vozes, além da voz da mãe. Os pais podem fazer orações e cantar perto dele. Se já têm outros filhos, é bom animá-los a conversar com o irmãozinho, acariciar a barriga da mãe. Isso aumenta a ligação da família com o bebê.



4º, 5º e 6º meses de gravidez (de 14 a 26 semanas)



Falando sobre a gestante

Eli Pio



Nesse trimestre, a gestante se sente mais disposta e alegre, pois seu corpo já está se acostumando às mudanças provocadas pela gravidez.

Nessa fase é normal aparecer uma linha escura, que vai da parte abaixo da barriga até o umbigo. No rosto podem aparecer manchas escuras. Para essas manchas não aumentarem, é bom a gestante proteger o rosto do sol, usando chapéu, boné ou sombrinha.

Arquivos da Pastoral da Criança

No quinto mês, a futura mamãe começa a sentir os movimentos do bebê cada vez mais intensos. Ele começa a ter um período maior de atividade em certas horas do dia e também passa por períodos de repouso.



4º, 5º e 6º meses de gravidez (de 14 a 26 semanas)





Rodolpho Bühner

No sexto mês, a barriga já está aparecendo bem. A gestante aumenta de peso um pouco a cada mês. Se ela engordar muito pode ter dor na coluna, além de estrias nos seios e na barriga. Quando as estrias coçam, é bom passar uma pasta feita com maisena ou polvilho (goma) e um pouco de água.

É bom os pais continuarem a conversar com o bebê. Quando este não for o primeiro filho, é bom envolver os outros filhos nessa conversa. Assim, as crianças podem entender e aceitar melhor a chegada do novo irmão. Isso ajuda a evitar que eles se sintam rejeitados ou abandonados após o nascimento do bebê.

Durante a gravidez, alguns casais sentem aumentar o desejo e outros sentem pouca vontade de ter relação sexual.

O casal pode continuar a ter relações sexuais. Apenas quando a gestante apresenta sangramento, perda de líquido ou dor forte é que as relações devem ser evitadas.

“O amor seja sincero. Detestai o mal, apegai-vos ao bem. Que o amor fraterno vos una uns aos outros, com terna afeição, rivalizando-vos em atenção recíprocas.”
Rm 12,9-10



Aleitamento materno

N. A. Neumann

Líder, ao conversar com a gestante e a família sobre amamentação, explique que amamentar é o jeito mais saudável, barato e simples de alimentar o bebê. É de graça e feito pela graça de Deus.

Quando a gestante é preparada com amor e conhecimento para entender que amamentar traz benefícios para ela e para o bebê, a amamentação tem mais chances de dar certo. Por isso, líder, é bom conversar com ela sobre as modificações de seu corpo e sobre a importância do aleitamento materno.



Algumas mulheres pensam que seus mamilos são curtos para amamentar. É bom falar que o tipo de mamilo não interfere na amamentação. Afinal, é embaixo da aréola (parte escura em volta do mamilo) que estão os canais que guardam o leite.

O leite de peito contém tudo que o bebê precisa para se desenvolver, além de substâncias (anticorpos) que o defendem contra doenças. Com o leite de vaca ou em lata há o risco de contaminação e de erro no preparo. Isso, mais a falta de anticorpos, pode prejudicar a saúde do bebê.

Quando o bebê é amamentado só no peito, ele cria mais defesas contra pneumonia, diarreia e dor de ouvido.

4º, 5º e 6º meses de gravidez (de 14 a 26 semanas)



Queixas mais comuns

Gases, má digestão e azia

Isso se dá porque o útero cresce e vai empurrando o estômago e o intestino, dificultando a digestão dos alimentos. É bom a gestante prestar atenção aos alimentos que causam indisposição e evitá-los. Além disso, ter práticas alimentares saudáveis, com refeições regulares, evitam esses incômodos. Salsa, gengibre e chá de erva-doce ajudam a diminuir os gases.

Para uma boa digestão, alguns cuidados são necessários, tais como:

- ➔ dar preferência aos alimentos mais frescos;
- ➔ comer alimentos ricos em fibras: verduras e frutas, centeio, aveia, entre outros;
- ➔ evitar doces, chá preto, chá mate, café e refrigerantes, pois provocam gases e azia;
- ➔ comer devagar, mastigando bem os alimentos;
- ➔ evitar comer alimentos muito gordurosos, como frituras, ou muito secos;
- ➔ beber bastante líquido entre as refeições, evitando tomar muito quente ou muito gelado;
- ➔ evitar beber líquidos durante as refeições;
- ➔ comer pouco de cada vez;
- ➔ não ficar mais de três horas sem se alimentar;
- ➔ evitar permanecer por muito tempo sentada ou deitada.



Líder, se a gestante tiver azia, oriente-a a não tomar leite gelado como remédio, não deitar logo após as refeições e a dormir com travesseiro alto.

4º, 5º e 6º meses de gravidez (de 14 a 26 semanas)



Inchaço, varizes ou câimbras

Durante a gestação é comum os pés incharem. Podem ainda aparecer varizes nas pernas ou na vagina. Isso acontece porque o útero pesa mais e dificulta a circulação do sangue.

Para melhorar a circulação do sangue, é bom a gestante usar roupas mais folgadas e comer alimentos com pouco sal. O desconforto de varizes e inchaço dos pés diminui quando a gestante caminha e, sempre que pode, senta-se ou deita-se com as pernas para cima.

É bom evitar usar meias com elástico apertado e sapatos com solados escorregadios.

Câimbras aparecem quando a gestante se movimenta pouco e quando faltam alguns sais minerais no seu corpo. Para aliviar a câimbra, a gestante pode se sentar no chão com as pernas esticadas e tentar puxar os dedos dos pés. Fazer massagens e evitar ficar muito tempo na mesma posição também ajuda.

Luciane Neumann



Água de coco, banana, laranja e feijão são alimentos que podem ajudar a evitar câimbras.

Hemorroida

Hemorroidas são varizes que aparecem na parte final do intestino. A gestante pode se queixar também de intestino preso. Se o intestino não funciona todos os dias, as hemorroidas pioram e podem sangrar.

Para o intestino funcionar bem, é bom tomar bastante líquido, fazer caminhadas e comer mais alimentos ricos em fibras, como frutas e verduras.

4º, 5º e 6º meses de gravidez (de 14 a 26 semanas)



Corrimento vaginal

Os hormônios da gravidez podem causar um corrimento esbranquiçado. Para limpar esse corrimento, a gestante precisa lavar o local e secá-lo bem.

Quando a gestante se queixa de corrimento com coceira e mau cheiro, é preciso que ela vá até o serviço de saúde para fazer exame e receber tratamento. Algumas vezes o médico receita remédio também para o companheiro. Quando o tratamento é seguido corretamente, as queixas logo desaparecem.

Inchaço no corpo e pressão (tensão) alta

Se, logo pela manhã, a gestante sentir dor de cabeça ou inchaço nos pés, mãos e rosto, é preciso levá-la ao serviço de saúde com urgência.

Pressão (tensão) alta, perda de proteína pela urina e inchaço no corpo, são sinais de **pré-eclâmpsia**. Esse problema pode ser resolvido com mais atenção nas consultas de pré-natal, com repouso e remédios. Às vezes é preciso ficar internada.

Se a gestante não receber o tratamento adequado, isso pode piorar, causando convulsões. Nesta fase chamamos a doença de **eclâmpsia**, problema grave que traz risco de vida para a gestante e para o bebê.



4º, 5º e 6º meses de gravidez (de 14 a 26 semanas)



Diabetes

O diabetes acontece quando aumenta a quantidade de açúcar (glicose) no sangue. Os sinais mais comuns são:

- muita sede;
- aumento da quantidade de urina;
- cansaço, fraqueza, tonturas;
- visão embaçada, turva;
- aumento do apetite;
- perda de peso.

Na gravidez, podem ocorrer duas situações relacionadas ao diabetes:

- a mulher já tinha diabetes e engravidou;
- o diabetes gestacional: aparece pela primeira vez na gravidez.

Nessas situações é preciso maior atenção no pré-natal. Cuidar da dieta e fazer exercícios físicos ajudam a controlar a doença. Outras vezes, é preciso tomar remédio.

O controle do tratamento do diabetes é feito por meio de exames durante toda a gestação. Depois que o bebê nasce, é preciso realizar novos exames para ver como está a saúde da mãe.

A mãe que já teve diabetes gestacional tem maior risco de ter diabetes na próxima gestação ou no futuro. Por isso a mãe deve procurar se alimentar de forma saudável a vida toda.

“Filho, se adoeceres, não te descuides, mas roga ao Senhor, e ele há de curar-te. E recorre ao médico, pois também a ele o Senhor criou. E ele não se afaste de ti, pois tens necessidades de seus serviços.”
Eclo 38,9.12



Caderneta da Gestante

A Caderneta da Gestante contém informações importantes para a saúde da gestante e do seu bebê. Ele é um direito e deve ser fornecido na primeira consulta de pré-natal. A gestante deve levar a caderneta em todas as consultas.

Na Caderneta da Gestante são anotadas as doenças anteriores à gestação, dados da gestação atual e do crescimento do bebê, os resultados de exames e o agendamento (marcação) das consultas.

Informações para o Brasil. Veja no Caderno do Líder as informações específicas de seu país.

Líder, durante as visitas que você faz às gestantes, peça sempre para ver a Caderneta da Gestante e observe:

- ➔ como está a vacinação contra o tétano (veja o esquema no Caderno do Líder);
- ➔ a semana de gestação **A** (IG Semanas = Idade Gestacional);
- ➔ se a gestante foi pesada **B** e se foi medida sua pressão arterial **C**;
- ➔ se foi medida a altura uterina **D** (veja páginas 81 e 82);
- ➔ se está preenchida a curva de altura uterina, conforme a idade gestacional.

Queixa			
IG-semanas		A	
Peso (kg)/IMC	/	B	/
Edema			
Pressão arterial (mmHG)		C	
Altura uterina (cm)		D	
Apresentação fetal			
BCF/Mov. fetal	/		/



Nas consultas seguintes, serão anotados:

- A** tipo de sangue e se o fator RH é positivo ou negativo;
- B** resultado de exame de sangue sobre diabetes;
- C** resultado de exame de sangue sobre sífilis;
- D** resultado de exame de sangue sobre **HIV/Aids**;
- E** resultado de exame de sangue sobre hepatite B;
- F** resultado de exame de sangue sobre toxoplasmose;
- G** resultado de exame de sangue sobre anemia;
- H** resultado de exame de urina para saber se a gestante tem infecção urinária ou perda de proteína;

Exames	Data	Resultado	Data	Resultado
ABO-RH		A		
Glicemia de jejum		B		
Tolerância à glicose (teste oral)				
Sífilis (teste rápido)		C		
VDRL		C		
HIV/Anti-HIV (teste rápido)		D		
Hepatite B e C (teste rápido)		E		
HBsAg (1º e 3º trimestre)		E		
Toxoplasmose		F		
Hemoglobina Hematócrito		G		
Urina-EAS		H		
Urina-cultura		H		

Suplementação		1º mês	2º mês	3º mês	4º mês	5º mês	6º mês	7º mês
Sulfato ferroso	SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ácido fólico	SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Na visita à gestante, o líder deve ver a Caderneta da Gestante e incentivar que ela compareça à consulta de pré-natal, pois é nessa consulta que podem ser prevenidas muitas complicações da gravidez.

4º, 5º e 6º meses de gravidez (de 14 a 26 semanas)



Avaliando o crescimento do bebê

O esperado numa gestação é que o bebê cresça todo mês. Para acompanhar esse crescimento, pode ser usada a medida da altura do útero. Isso é feito nas consultas de pré-natal. Essa medida deve ser marcada na Caderneta da Gestante, de acordo com a semana de gestação.



Eli Pio

Informações para o Brasil. Veja no Caderno do Líder as informações específicas de seu país.

Esse dado pode ser anotado em dois locais da Caderneta da Gestante:

- ➔ na parte interna do encarte central, que trata da gravidez atual, será anotada a altura uterina em centímetros;
- ➔ no **gráfico de curva altura uterina/idade gestacional**, em que constam as curvas percentis (P10 e P90). Esse gráfico fica na parte externa do encarte central da caderneta.

IG-semanas		
Peso (kg)/IMC	/	/
Edema		
Pressão arterial (mmHG)		
Altura uterina (cm)		
Apresentação fetal		
BCF/Mov. fetal	/	/
Toque, se indicado		

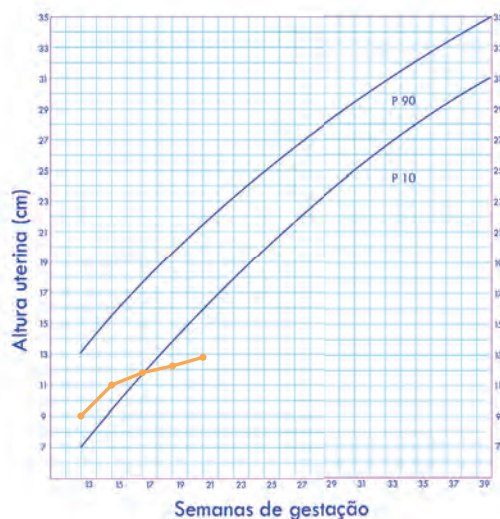


Quando o bebê cresce abaixo do esperado

No gráfico da curva uterina, quando a medida estiver abaixo da curva P10, o bebê está crescendo menos do que o esperado, o que é uma situação de risco.

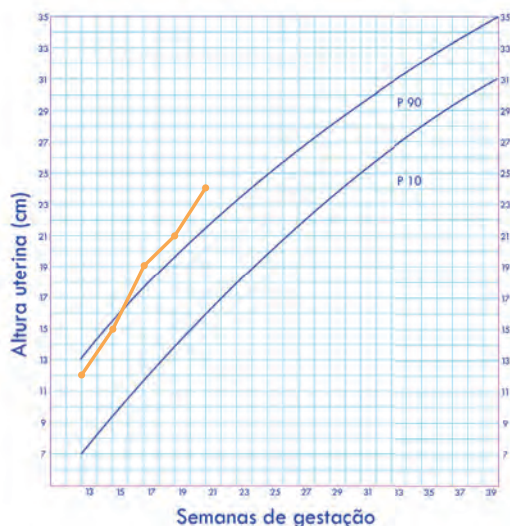
Isso pode ser causado por desnutrição da mãe, pressão alta, hábito de fumar, anemia, entre outras causas.

Curva de altura uterina / idade gestacional



Quando o bebê cresce acima do esperado

Curva de altura uterina / idade gestacional



O crescimento pode ficar acima da curva P90 quando a gestante espera gêmeos ou quando o bebê está crescendo acima do esperado.

Ele pode crescer mais do que o esperado quando a gestante tem diabetes, aumenta muito de peso, entre outras causas. Nessas situações também há riscos para o bebê.



Líder, é direito da gestante ter a sua altura uterina medida e anotada na Caderneta da Gestante durante as consultas de pré-natal. Nos locais em que a medida ainda não é marcada, é bom que você converse com os profissionais do serviço de saúde para mostrar que você pode ser parceiro deles na promoção da saúde.

Nesses casos, a gestante precisa de mais atenção de você, líder, e do médico do pré-natal.



Informações para o Brasil. Veja no Caderno do Líder as informações específicas de seu país.

No Caderno do Líder



Além das perguntas 19 e 20, anote:

- ➔ Na **pergunta 21**, anote **[S]** (sim) se a gestante foi ao Serviço de Saúde para consulta pré-natal.
- ➔ Na **pergunta 22**, anote **[S]** (sim) se a gestante foi atendida na consulta pré-natal.
- ➔ Na **pergunta 23**, anote **[S]** (sim) se a gestante teve sua altura uterina medida na consulta.
- ➔ Na **pergunta 24**, anote **[S]** (sim) se o bebê cresceu menos do que o esperado (altura uterina abaixo do percentil 10).
- ➔ Na **pergunta 25**, anote **[S]** (sim) se o bebê cresceu mais do que o esperado (altura uterina acima do percentil 90).
- ➔ Na **pergunta 26**, após verificar na Caderneta da Gestante o esquema de vacinação, anote **[S]** (sim) se está em dia, conforme esquema de vacinação do seu município.

4º, 5º e 6º meses de gravidez (de 14 a 26 semanas)



Sinais de perigo na gestação

É importante que a gestante e sua família saibam identificar os sinais de perigo na gestação. Líder, oriente a família a procurar **imediatamente o hospital** se a gestante apresentar um destes sinais:



Sangramento



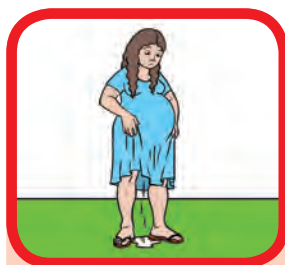
Dor na barriga



Vomita tudo o que come ou que bebe



Pernas e braços bem inchados



Perda de líquido



**Febre alta/
Dor de cabeça**



A partir do 7º mês de gestação, observe também: bebê que não se mexe ou que se agita muito.

ATENÇÃO

4º, 5º e 6º meses de gravidez (de 14 a 26 semanas)



Líder, se você começou a acompanhar a gestante depois do terceiro mês é preciso fazer o plano de emergência da página 64.

Se o plano de emergência já foi feito, é importante verificar se há alguma informação que precise ser atualizada.

Visita Domiciliar



Nessas visitas é **importante**:

- ➔ Perguntar se a gestante tem alguma queixa ou preocupação nessa fase da gestação e como você pode ajudar.
- ➔ Conversar sobre os sinais de perigo e sobre o plano de emergência.
- ➔ Entregar e ler com a gestante as cartelas do Laços de Amor conforme orientações do envelope.
- ➔ Verificar no Caderno do Líder o esquema de vacinação na gestação.

Responder às perguntas do Caderno do Líder.

Tarefa desta etapa de capacitação



Líder, visite uma gestante de sua comunidade que você cadastrou (registrou):

- ➔ Observe e converse com ela sobre o preenchimento da sua Caderneta da Gestante pelo Serviço de Saúde.
- ➔ Veja como está o crescimento do bebê pela curva de crescimento da altura uterina.

4º, 5º e 6º meses de gravidez (de 14 a 26 semanas)





6ª Etapa da Capacitação

Para Avaliar e Celebrar

- ➔ Como foi a visita à gestante?
- ➔ O que você está achando do seu trabalho na Pastoral da Criança?
- ➔ Existe alguma mensagem, oração ou citação bíblica que celebre o dom da vida e as ações que fazemos com nossos próximos, as gestantes e suas famílias? Uma sugestão é:

“*Bendita és tu entre as mulheres
e bendito é o fruto do teu ventre.*”
Lc 1,42

Ver

A gestante no sétimo, oitavo e nono meses de gravidez e o nascimento do bebê

1. O que as gestantes de sua comunidade gostam de saber sobre o nascimento do bebê?
2. O sistema de saúde do município garante um parto de qualidade para as gestantes?

6ª etapa



Sétimo, oitavo e nono meses de gravidez

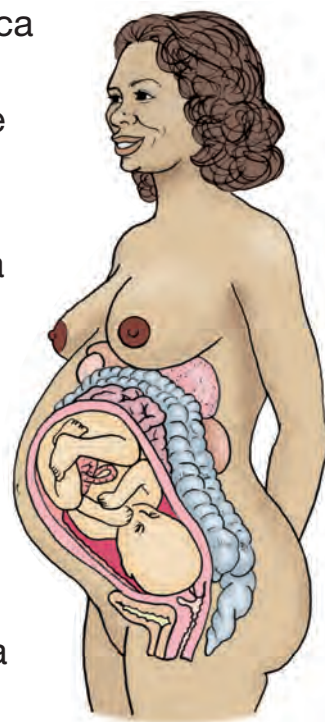
Falando sobre o bebê

No sétimo mês de gestação, o bebê já mede cerca de 40 centímetros e pesa mais de um quilo. Seu cérebro está maior, ele sente dor e percebe luz forte perto da barriga da mãe.

A partir do oitavo mês o espaço que o bebê ocupa já não é mais tão folgado, e ele geralmente vai se posicionando de cabeça para baixo, preparando-se para o parto. Com isso, volta a pressionar a bexiga da mamãe, e ela tem mais vontade de fazer xixi.

No último mês de gestação, o peso de um bebê é de aproximadamente três quilos e trezentos gramas (3.300 g) e seu tamanho pode variar de 48 a 52 centímetros, dependendo do sexo.

É bom os pais conversarem com o bebê, falando como estão se sentindo agora que o nascimento está mais próximo. Isso vai criando um elo de amor com o bebê e fortalece a relação entre a criança e os pais depois do nascimento.



Líder, nessa fase da gestação, o bebê vai ganhar cerca de dois quilos, ou seja, a maior parte do seu peso de nascimento. Por isso, é muito importante que a mãe ganhe peso nesses meses de gestação.

7º, 8º e 9º meses de gravidez (de 27 a 40/41 semanas)



Falando sobre a gestante

Nesse último trimestre, as veias das mamas da gestante aparecem mais. A barriga está bem maior, o umbigo pode ficar saltado e o útero empurra as costelas e aperta os pulmões.

Cada gestante apresenta uma barriga diferente: isso varia de acordo com o tipo físico da mulher, com o aumento de peso durante a gravidez e também com o tamanho do bebê.

Nos últimos três meses de gravidez, a gestante deve procurar trabalhar menos e descansar mais. Se ela fizer trabalho pesado e se cansar muito, o bebê poderá até nascer antes do tempo. Por isso, a gestante precisa receber mais ajuda do companheiro e da família nas tarefas da casa e no que for necessário.

É bom que a gestante durma virada para o lado esquerdo. Assim, o peso do útero não apertará as principais veias da barriga.

Rodolfo Rührer



Reinaldo Okita



7º, 8º e 9º meses de gravidez (de 27 a 40/41 semanas)



Aleitamento materno



Eli Pio

O desejo de amamentar é o fator mais importante para o sucesso da amamentação. Outros fatores que a influenciam são: o empenho da mãe, o apoio que ela recebe nos primeiros dias e a **boa pega** do bebê no peito.

As visitas desses últimos meses são ideais para explicar à gestante sobre a **boa pega** e como fazer a retirada do leite de sua mama por meio da **ordenha**. Assim ela fica mais preparada e tranquila para as primeiras mamadas. A **boa pega** está explicada na página 119, e a ordenha nas páginas 159 e 160.

Nas conversas, além de animar a gestante para amamentar o seu bebê, também é bom procurar saber o que ela sente e pensa sobre amamentar, para poder ajudar de acordo com as necessidades dela. Uma boa ajuda é promover o contato da gestante com mães que já amamentaram ou ainda estão amamentando.

Marcello Caldin



É muito difícil que uma mulher não possa amamentar seu bebê. Nesse caso, o Serviço de Saúde fornece orientações específicas e ajuda para que a gestante entenda e aceite melhor a situação.

7º, 8º e 9º meses de gravidez (de 27 a 40/41 semanas)



Alojamento conjunto

Rosângela Regina Reinaldin

O bebê deve ser colocado no peito para mamar logo depois que nasce. Assim, além de receber o colostro, ele vai sentir o cheiro e o calor da mãe e ouvir sua voz. Com isso, o bebê começa a se acostumar, de um jeito mais tranquilo, à vida fora da barriga.



Se mãe e bebê estiverem bem, eles devem ficar em alojamento conjunto; isto é, o bebê deve ficar o tempo todo bem próximo de sua mãe, com o berço ao lado da cama dela.

No alojamento conjunto, o bebê poderá mamar sempre que quiser e será acarinhado pelos pais. Ficando com o bebê próximo, a mãe pode perceber quando alguma coisa não está bem com ele.

Informações para o Brasil. Veja no Caderno do Líder as informações específicas de seu país.



O alojamento conjunto é um direito garantido pelo Estatuto da Criança e do Adolescente.

“A mulher, quando vai dar à luz, fica angustiada, porque chegou a sua hora. Mas depois que a criança nasceu, já não se lembra mais das dores, na alegria de um ser humano ter vindo ao mundo.”

Jo 16,21

7º, 8º e 9º meses de gravidez (de 27 a 40/41 semanas)



Queixas mais comuns

Dores nas costas e cansaço

Nos últimos meses de gravidez, a gestante fica mais cansada e com dor nas costas, por conta da posição da coluna. A dor na parte de baixo da barriga é causada pelo peso do bebê no útero. Para aliviar esses desconfortos, ela precisa descansar, com as pernas um pouco elevadas, várias vezes ao dia.

Dificuldade para dormir e preocupação

Às vezes é difícil para a gestante achar uma posição confortável para dormir por causa do tamanho da barriga. É bom orientá-la a se deitar virada para o lado esquerdo e colocar travesseiros entres os joelhos e na barriga, como apoio para diminuir o desconforto. Quando o sono também é atrapalhado pela preocupação com a hora do parto, ela deve respirar lenta e profundamente antes de dormir para relaxar e melhorar o sono.

Líder, você pode orientar a gestante a conversar sobre suas angústias com o companheiro, a família ou com você, pois isso geralmente ajuda a diminuir as preocupações.

Sensação de estufamento na barriga

A sensação de estufamento na barriga costuma aparecer após as refeições. Líder, nesse caso, oriente a gestante a não tomar líquidos durante as refeições, a comer pouco e com mais frequência, e a modificar o preparo dos alimentos, tornando-os mais líquidos ou pastosos. Assim a digestão fica mais fácil.

Se a gestante não sentir o bebê se mexendo dentro da barriga ou se o bebê se agitar muito, por mais de meia hora, deve-se procurar o hospital imediatamente.



7º, 8º e 9º meses de gravidez (de 27 a 40/41 semanas)



Sinais de pré-trabalho de parto

Algumas semanas antes do parto, o corpo da gestante passa por transformações para se preparar para o parto:

- ➔ O bebê se posiciona mais para baixo na barriga da mãe, o que causa pressão na parte de baixo da barriga, às vezes acompanhada de dor nas costas;
- ➔ A barriga fica dura mais vezes — são as **contrações**, que antes eram fracas, sem dor, e agora passam ser mais fortes;
- ➔ Secreções vaginais em maior quantidade, às vezes de cor mais rosada, aparecem por causa do rompimento de algumas veias. Isso é causado pela descida do bebê, se posicionando para o nascimento.



Líder, nos últimos três meses de gravidez, a gestante deve evitar o trabalho pesado. Quando ela faz trabalho pesado e se cansa muito, o bebê pode até nascer antes do tempo. Fazer trabalhos leves e exercícios, por outro lado, ajuda no parto.



Plano de parto

Líder, nas visitas à gestante nos últimos meses da gravidez, é bom conversar com ela e com a família sobre os preparativos para o parto e sobre o nascimento do bebê.

lr. Ella Macedo



Você pode perguntar se a gestante sabe em que hospital terá o seu bebê. Se ela mora longe do hospital, é bom sugerir que fique hospedada num local mais próximo. Se ela já tem outros filhos, é importante combinar com algum parente ou conhecido para que este cuide das outras crianças enquanto ela estiver no hospital.

Converse também sobre os tipos de parto. Explique que a melhor maneira do bebê nascer é por parto normal, ou seja, pela vagina (por baixo). Quando nasce dessa maneira, o bebê nasce na hora certa, é mais ativo e tem mais força e vontade de mamar o **colostro** já na primeira hora de vida. Essas primeiras mamadas aumentam as chances da mãe manter o aleitamento materno e dão mais proteção ao bebê (veja as páginas 101 e 102).

O parto normal é melhor também para a mãe. Ela sente menos dor depois do parto e se recupera muito mais rápido. Com isso, fica mais disposta para cuidar de si mesma e do bebê. A cesariana só deve ocorrer em situações em que a saúde da mãe ou do bebê estão em risco. Quem avalia esses riscos é o médico, e a opinião da gestante sempre deve ser considerada.

7º, 8º e 9º meses de gravidez (de 27 a 40/41 semanas)





Informações para o Brasil. Veja no Caderno do Líder as informações específicas de seu país.

Na hora de ir para o hospital, a gestante precisa levar:

- ➔ sua Caderneta da Gestante;
- ➔ um documento – que pode ser a identidade, carteira de trabalho, certidão de casamento ou de nascimento;
- ➔ seu Cartão do SUS, se tiver;
- ➔ uma sacola com suas roupas, absorventes e algumas roupinhas para o bebê.



O companheiro, as pessoas da família ou os amigos que moram perto, precisam conhecer os **sinais de trabalho de parto** (página 96) e saber aonde levar a gestante. Assim, se sentirão mais seguros para procurar o hospital na hora certa.

Os sinais de que a hora do parto está chegando podem ser diferentes de uma mulher para outra e também de uma gravidez para outra. Em geral o trabalho de parto do primeiro filho é mais demorado.

7º, 8º e 9º meses de gravidez (de 27 a 40/41 semanas)



Líder, na visita domiciliar do sétimo mês, faça com a gestante e a família um **plano de parto**, preenchendo a cartela 7B do Laços de Amor. A cartela deve ficar em um lugar bem visível da casa. E também registre no seu caderno na folha de Anotações do Líder, para você ajudar se for preciso.

PLANO DE PARTO

Gestante, organizar o que você vai usar no hospital previne o corre-corre e esquecimentos de última hora. Você deve:

- preparar uma sacola ou bolsa grande com roupas para você e o bebê saírem do hospital.
- levar documento de identidade ou certidão de nascimento ou de casamento.
- levar a sua Caderneta da Gestante.

Em que hospital você terá o bebê? _____
Endereço: _____
Telefones: _____

7B

Visita Domiciliar



Nessas visitas, é **importante**:

- ➔ Entregar e ler com a gestante as cartelas do Laços de Amor conforme orientações do envelope. Preencher a cartela 7B do plano de parto.
- ➔ Perguntar se a gestante tem alguma queixa ou preocupação e como você pode ajudar.
- ➔ Conversar sobre os sinais de perigo (página 84).
- ➔ Verificar no Caderno do Líder o esquema de vacinação na gestação.
- ➔ No nono mês:
 - conversar sobre o plano de parto;
 - explicar para a família os sinais de trabalho de parto (página 96);
 - entregar e conversar também sobre a cartela “O bebê nasceu”;
 - ensinar para a gestante como iniciar a amamentação.
 - pedir para ser avisado pela família quando a gestante for para o hospital, assim você pode ajudar se for necessário.

Responder às perguntas do Caderno do Líder.

7º, 8º e 9º meses de gravidez (de 27 a 40/41 semanas)



O nascimento do bebê

Sinais de trabalho de parto

Teotônio Roque

Certos sinais indicam que o trabalho de parto está começando:

- ➔ Perda do **tampão**, que é uma espécie de muco elástico que fecha a abertura do útero e o protege contra bactérias e fungos. Às vezes, a perda do **tampão** pode acontecer dias antes do trabalho de parto se iniciar realmente.
- ➔ Dor que começa nas costas e vai para a parte baixa da barriga.
- ➔ Contrações, que começam lentamente — a barriga fica dura por mais ou menos 30 segundos e depois relaxa. Essas contrações costumam vir de meia em meia hora.



A família deve programar a ida para o hospital conforme a distância de sua casa ao hospital. Se for bem próximo, pode-se esperar até que as contrações aconteçam em intervalo de 10 em 10 minutos.

96

Caso a gestante não sinta cólica, mas comece a eliminar grande quantidade de água — a ponto de lhe escorrer pelas pernas — é sinal de que a bolsa de água que envolve o bebê se rompeu. É preciso ir logo para o hospital.

ATENÇÃO

O nascimento do bebê



O parto

O nascimento de uma criança é a celebração da vida e da esperança. Um milagre de Deus se realizou.

Tudo deve ser feito para que a vinda do bebê seja natural, com quase nenhum risco e sofrimento para a mãe e para ele. Num parto bem assistido, mãe e bebê são tratados com respeito, carinho e atenção. São atendidos em locais com boas condições de higiene e por profissionais de saúde capacitados para prevenir ou resolver os problemas que possam aparecer.



Teotônio Roque

Se possível, é bom que o pai esteja presente na hora do parto e logo após o nascimento. Isso mostra o compromisso dele com o bebê e ajuda na ligação entre eles.

Informações para o Brasil. Veja no Caderno do Líder as informações específicas de seu país.

A lei nº 13.257, de 8 março de 2016, conhecida como Marco Legal da Primeira Infância, trata dos direitos das crianças da gestação aos 6 anos de idade. Ela estabelece o direito da gestante saber em qual maternidade ela vai fazer o parto no Sistema Único de Saúde - SUS, e o direito a um acompanhante de sua preferência durante o período do pré-natal, do trabalho de parto e do pós-parto imediato.



97

O nascimento do bebê



Observando o bebê recém-nascido



Quando nasce, a pele do bebê é lisa e coberta por uma camada de gordura que o protegia dentro do útero.

Alguns bebês têm pelos fininhos e longos nas costas, orelhas e rosto. Em geral, dentro de uma semana eles desaparecem.

O bebê pode ter pontinhos no nariz, que se parecem com pequenas espinhas. Esses pontinhos nunca devem ser espremidos, pois podem inflamar. Dentro de um ou dois meses eles desaparecerão.



A cabeça do bebê é grande em relação ao corpo. Os ossos da cabeça ainda não estão colados, por isso o bebê tem a moleira.

Alguns bebês podem nascer com esses ossos uns sobre os outros. Isso é normal e ocorre para facilitar a passagem da cabeça do bebê no canal de parto. Não é necessário usar toucas para proteger a moleira. Ela vai se fechando conforme o bebê cresce.



No parto normal, o bebê pode nascer com certo inchaço no couro cabeludo. Isso acontece pela pressão que a cabeça do bebê faz para dilatar o colo do útero. Em alguns dias a cabecinha do bebê volta à sua forma normal.

O bebê pode ainda nascer com o rosto inchado, com marcas ou manchas. Alguns bebês podem ter uma mancha na região das nádegas, que também desaparecerá com o tempo.



Tanto meninos como meninas podem nascer com as mamas inchadas. Isso acontece pela passagem do hormônio da mãe para o corpo do bebê pelo cordão umbilical. As mamas não devem ser espremidas. Pode-se machucar o bebê e causar inflamação. Aos poucos esse inchaço desaparecerá.

A barriga do bebê é alta e grande. Quando ele respira, sua barriga sobe e desce. O cordão umbilical é grosso, esbranquiçado e úmido. Os braços e pernas do bebê são curtos em relação ao corpo.



Teotônio Roque

Os meninos podem nascer com o escroto (saquinho) grande e cheio de líquido, o que tende a diminuir nos primeiros meses. Também podem nascer com o escroto (saquinho) murcho, pois os testículos ainda não desceram da barriga.

As meninas podem nascer com as partes íntimas (grandes lábios) inchadas e apresentar um pouco de corrimento esbranquiçado ou até mesmo um pequeno sangramento escuro, que sai pela vagina. Isso também acontece pela passagem de hormônio pelo cordão umbilical. A mãe não precisa se preocupar, pois isso desaparece em poucos dias.



Aleitamento materno: colostro

Quando o bebê é colocado para mamar logo depois que nasce, o leite desce mais cedo e a ligação entre a mãe e o bebê fica mais forte. Também ajuda na saída da placenta, a mãe perde menos sangue e o útero volta mais rapidamente ao tamanho normal. Portanto, amamentar é bom para o bebê e também para a mãe.

A amamentação é um ato que precisa ser aprendido pela mãe e pelo bebê. Por isso é importante a mãe saber que pode precisar da ajuda dos profissionais de saúde para amamentar. Todo apoio para promover a amamentação é abençoado!

Unicef



A mãe deve amamentar somente o seu bebê. Ela nunca deve dar seu bebê para que outra mãe amamente. Algumas doenças podem passar para o bebê pelo leite materno.



O nascimento do bebê





Nos primeiros dias, o bebê mama o **colostro**, que é um leite transparente-amarelado, mais grosso, rico em proteínas, vitaminas e sais minerais e contém defesas (anticorpos) contra certas doenças. Além de ser fonte de saúde, o colostro auxilia na eliminação das primeiras fezes do bebê. Essas fezes são chamadas de mecônio e são escuras e grudentas como piche de asfalto.

No primeiro e segundo dias após o parto é possível que o colostro demore a descer, mas isso varia de mulher para mulher. É importante falar para a mãe ter paciência e continuar colocando o bebê para mamar, para que ele possa estimular a saída do leite.

É normal que o bebê perca um pouco de peso logo após o nascimento. Isso, porque ele nasce inchado e perde água. Depois, mamando, seu peso vai aumentar.

Algumas mulheres, entre o segundo e quinto dia após o parto, sentem as mamas mais pesadas, um pouco doloridas e ligeiramente quentes. Isso é normal. O importante é a mãe continuar amamentando, com o bebê fazendo boa pega (página 119). Assim o desconforto passa e a amamentação segue bem.

O nascimento do bebê



O bebê com baixo peso



Pedro Serápio

Alguns bebês podem nascer com peso abaixo de dois quilos e meio (2.500g). Eles precisam ficar internados no hospital por mais tempo para receber cuidados especiais.

O ideal seria que a mãe pudesse ficar junto de seu bebê durante essa fase. Se não, ela e o pai devem visitá-lo sempre que possível.

Nessas oportunidades, é importante amamentar o bebê e deixar o corpo dele junto do corpo da mãe, para que se mantenha quentinho e sinta como se ainda estivesse dentro da barriga, recebendo o estímulo na pele, sentindo o cheiro e os movimentos da mãe. O pai também pode ficar com o bebê junto do seu corpo para ir reforçando a ligação dos dois e ajudar a mãe.

O bebê com baixo peso deve mamar mais vezes ao dia e à noite também. Se dormir por mais de três horas seguidas, deve ser acordado delicadamente para mamar. Assim o bebê ganha peso mais rapidamente.

O nascimento do bebê



Caderneta (Cartão) de Saúde



Rodolfo Bühner

Ao nascer, toda criança tem o direito de receber, no hospital e de graça, a **Caderneta (Cartão) de Saúde da Criança**. Nela são anotados os seguintes dados para o acompanhamento da criança:

- ➔ condições de nascimento;
- ➔ acompanhamento do crescimento e do desenvolvimento;
- ➔ vacinas;
- ➔ doenças que a criança teve;
- ➔ registro da suplementação de ferro e vitamina A.

Cada criança deve ter apenas uma **Caderneta (Cartão) de Saúde**. Ela deve ficar com os pais, para que eles acompanhem o desenvolvimento de sua criança. É um documento importante, por isso é preciso orientar a família para que cuide bem dele.



Vacinas

O bebê nasce com poucas defesas contra algumas doenças, por isso ele precisa da proteção de vacinas. Líder, é importante que você incentive e oriente mães e pais a vacinarem seu bebê.

O calendário de vacinação está no Caderno do Líder. Pode haver pequenas diferenças pela introdução de novas vacinas ou por doenças específicas da sua região. É bom que você, líder, procure o serviço de saúde e se informe sobre o calendário adotado e anote no seu Caderno qualquer mudança. Assim pode ajudar na orientação aos pais.

Algumas doenças prevenidas por vacinas são:

- ➔ **Tuberculose** - é uma infecção que afeta principalmente os pulmões e pode ser transmitida de pessoa a pessoa.
- ➔ **Hepatite** - é uma inflamação do fígado causada por vírus. A hepatite A é mais comum e menos grave do que a hepatite B.
- ➔ **Poliomielite** (paralisia infantil) - é uma doença causada por vírus que pode afetar os nervos e levar à paralisia parcial ou total.

Outras informações sobre vacinas e doenças que elas evitam, podem ser vistas nas páginas 169 e 170.



Sinais de perigo para o bebê recém-nascido

Logo que nascem, alguns bebês podem apresentar problemas de saúde que, se forem descobertos a tempo, evitam sofrimento para todos.

Ainda na maternidade, a mãe deve pedir ajuda se o bebê apresentar algum destes sinais:



- ↻ recusar a alimentação;
- ↻ não fazer cocô (evacuar);
- ↻ buraquinho do ânus fechado;
- ↻ baixa temperatura do corpo;
- ↻ não urinar;
- ↻ febre;
- ↻ muita salivação;
- ↻ lábios, pés e mãos arroxeados;
- ↻ dificuldade para respirar;
- ↻ barriga estufada;
- ↻ coloração da pele muito amarelada (icterícia);
- ↻ ficar muito largadinho.

O teste do pezinho

Informações para o Brasil. Veja no Caderno do Líder as informações específicas de seu país.

O teste do pezinho é feito com gotas de sangue colhidas do calcanhar do recém-nascido, a partir do terceiro dia de vida e após ter sido amamentado. O ideal é que a coleta seja feita entre o terceiro e o quinto dia de vida.

O teste do pezinho descobre doenças que, quando tratadas cedo, evitam problemas graves para o bebê.

Se não foi feita a coleta do teste do pezinho no hospital, encaminhe a mãe para fazer o teste no posto de saúde.



O nascimento do bebê



Declaração de Nascido Vivo

Rodolfo Bühner

Informações para o Brasil.
Veja no Caderno do Líder as informações específicas de seu país.

A **Declaração de Nascido Vivo** é um documento entregue pelo hospital e que contém os dados dos pais e do bebê. Com essa declaração e um documento de identificação pessoal, o pai ou a mãe ou uma pessoa da família maior de idade deve registrar o nascimento no cartório e tirar a **Certidão de Nascimento**.



Pela lei nº 9.534, de 10/12/1997, a família tem direito de fazer o registro e tirar a Certidão de Nascimento de graça.

A mãe que contribui com a Previdência Social, seja como autônoma ou porque trabalha com carteira assinada, tem direito à Licença Maternidade. Essa licença é de 120 dias, contados a partir do afastamento do serviço, e serve para que ela possa se recuperar do parto, amamentar e cuidar bem de seu bebê.

O pai que trabalha com carteira assinada tem direito a cinco dias de licença após o nascimento do bebê. O pai que trabalha em Empresa Cidadã, têm licença paternidade de 20 dias. Assim, tem tempo para fazer o registro de nascimento, ajudar a mulher nos primeiros cuidados com o bebê e apoiá-la no início da amamentação.

Líder, oriente a gestante sobre a importância da Certidão de Nascimento e lembre que este registro deve ser feito o mais cedo possível.



107

O nascimento do bebê



O pós-parto

O período logo após o parto (pós-parto) chama-se puerpério ou resguardo e dura cerca de 40 dias.

A mãe já pode tomar banho e lavar os cabelos no mesmo dia do parto.

Após o nascimento do bebê, a mulher apresenta um corrimento vaginal parecido com a menstruação, que vai diminuindo lentamente. É importante manter a higiene. Se esse corrimento aumentar, tiver mau cheiro, coágulos ou secreção com pus, é preciso procurar o médico, pois pode ser sinal de infecção.

No puerpério o intestino costuma ficar mais lento e acumular gases. A mãe deve se movimentar, cuidar da alimentação e tomar bastante líquido. A mãe não deve sair do hospital se tiver problemas para urinar ou evacuar.

Na hora da alta do hospital, deve marcar o retorno para a revisão. É importante que a mãe compareça a essa consulta, pois nela o médico verifica se está tudo certo com a saúde dela.

Informações para o Brasil. Veja no Caderno do Líder as informações específicas de seu país.

A mãe deve tomar suplemento de ferro até três meses após o parto. Líder, lembre a mãe de pedir ao médico que ele receite esse suplemento.



Tarefa desta etapa de capacitação

- ➔ Converse com as gestantes que acompanha e verifique quais são as principais dúvidas sobre o nascimento do bebê.



O nascimento do bebê





7ª Etapa da Capacitação

Para Avaliar e Celebrar

- ➔ As gestantes que você acompanha gostaram de ver as informações sobre o nascimento e o recém-nascido? Tinham muitas dúvidas sobre isso?
- ➔ Existe alguma mensagem, oração ou citação bíblica que celebre o dom da vida e as ações que fazemos com nossos próximos, as gestantes e suas famílias? Uma sugestão é:

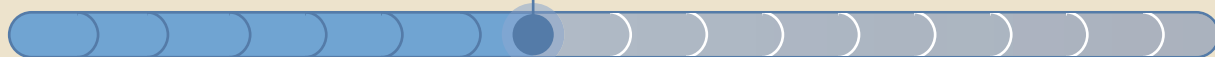
“As famílias cristãs são famílias missionárias. São missionárias também na vida de todos os dias, colocando em tudo o sal e o fermento da fé! Conservar a fé na família é colocar o sal e o fermento da fé nas coisas do cotidiano.”
Papa Francisco

Ver

O bebê na primeira semana de vida

1. As mães de sua comunidade têm vontade de amamentar?
2. Como as famílias de sua comunidade se preparam para a chegada do bebê em casa?

7ª etapa



O bebê na primeira semana de vida

A chegada do bebê na comunidade

A mãe e o bebê vão para casa! Que a chegada deles seja celebrada na família e na comunidade:



Teotônio Roque

Ó Deus, toda comunidade vos agradece pelo dom da vida. Que esta criança seja o símbolo da presença do Senhor Deus.

Que cresça com o aleitamento materno, no conhecimento e no amor a Deus e ao próximo. Que seus pais lhe deem o exemplo da fé e a eduquem na Palavra de Deus.

Que a paz, o bem, o amor e a ternura habitem em seu coração. Amém.

Os pais têm a responsabilidade de aceitar com amor a tarefa de cuidar e educar sua criança. E devem fazer isso de acordo com seus valores, seus costumes e sua fé.

Uma das primeiras demonstrações de fé dos pais é apresentar a criança à sua comunidade religiosa. Nas famílias católicas, o Batismo é o sinal da entrada de uma pessoa na comunidade dos filhos de Deus.



Promovendo um ambiente favorável ao desenvolvimento



Um ambiente favorável é aquele em que a criança encontra as condições e oportunidades que necessita para se desenvolver. Os adultos, na família e na comunidade, são responsáveis por criar esse ambiente para as crianças.

Quando falamos em desenvolvimento, estamos falando de mudanças que são possibilitadas por cuidados, atenção, relações e atividades que são oferecidas desde a concepção da criança e continuam por toda a vida de uma pessoa.

Cada criança se desenvolve à sua maneira, isto é, cada criança tem o seu jeito próprio de responder às condições e oportunidades que recebe.

Mesmo a criança que nasce com diferença no funcionamento do seu organismo — por exemplo, uma criança surda — tem seu modo próprio de se desenvolver. O líder pode ajudar a família a aceitar e compreender que o desenvolvimento dessa criança vai ser diferente, mas ela tem direito, como toda criança, às oportunidades para aprender e se desenvolver.

O bebê na 1ª semana de vida



Indicadores de acompanhamento da criança



Para apoiar a criação e organização de um ambiente favorável, a Pastoral da Criança tem indicadores sobre **Saúde** e outros que são chamados de **Indicadores de Oportunidades e Conquistas (IOCs)**.

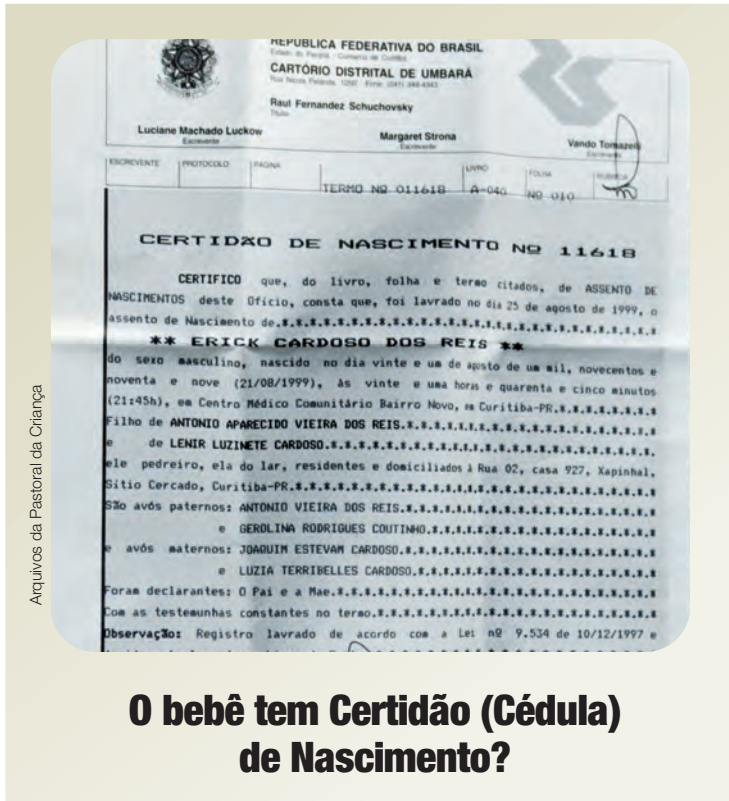
Os indicadores de saúde se referem à amamentação, peso e altura, diarreia, vacinação e acesso aos serviços de saúde.

Os Indicadores de Oportunidades e Conquistas procuram mostrar se a criança encontra situações que promovem seu desenvolvimento na família e na comunidade. As oportunidades permitirão que a criança realize conquistas, ou seja, aprenda novas habilidades e se desenvolva.

Isso porque o que faz uma criança crescer e se desenvolver são os cuidados com sua saúde, o amor, a atenção, as brincadeiras e a participação nas atividades com sua família e em sua comunidade. Sendo assim, se queremos acompanhar e promover o desenvolvimento da criança, é importante observar como está sua situação de vida.

O bebê na 1ª semana de vida





O bebê tem Certidão (Cédula) de Nascimento?

Líder, comece a observar e acompanhar a situação de vida do bebê perguntando à família se já foi tirada a Certidão de Nascimento, que é o primeiro documento da criança como cidadã. Se ainda não foi, oriente o pai, a mãe ou outra pessoa da família maior de idade a registrar logo o bebê. É necessário levar a Declaração de Nascido Vivo e um documento pessoal. Se for outra pessoa da família (que não o pai ou a mãe), é necessário levar também o documento de identificação dos pais do bebê. Mas, para que a criança se torne cidadã, precisa também que a família, a comunidade onde mora e toda sociedade garantam seus direitos.

Informações para o Brasil. Veja no Caderno do Líder as informações específicas de seu país.

Está no Estatuto da Criança e do Adolescente, artigo 4º: “É dever da família, da comunidade, da sociedade em geral e do poder público assegurar, com absoluta prioridade, a efetivação dos direitos referentes à vida, à saúde, à alimentação, à educação, ao esporte, ao lazer, à profissionalização, à cultura, à dignidade, ao respeito, à liberdade, à convivência familiar e comunitária”.





Eli Pio

Agora que a mãe e o bebê estão em casa, a família pode precisar muito de sua ajuda. Sua presença é importante, pois é na visita domiciliar que você percebe se a mãe e o bebê estão bem. E você faz isso conversando, apoiando e identificando situações em que pode ajudar.

Nos primeiros sete dias de vida do bebê, é bom que você visite a família mais vezes, principalmente se o casal não tem parentes próximos. Esse período é o mais delicado, pois doenças podem aparecer rapidamente e essas costumam ser graves. Além disso, a mãe ainda está se recuperando do parto.

Quando o bebê é o primeiro filho, os pais podem ficar inseguros, pois estão começando a aprender o que é ser pai e mãe. O casal que já tem outros filhos também precisa ser apoiado.

O bebê prematuro precisa de mais cuidados. É importante seguir as orientações dos profissionais de saúde.

O bebê na 1ª semana de vida





Rodolfo Bühner

Alguém ajuda em casa para que a mãe possa cuidar bem do bebê?

A mãe está mais sensível e precisa ficar à disposição do bebê o tempo todo. Seu humor e seus sentimentos variam: ora está calma, ora está nervosa; sente alegria, sente tristeza. Pode ficar preocupada por achar que não sabe cuidar do bebê ou inquieta pelos outros filhos, quando já os tem.

Ela precisa de ajuda e compreensão do companheiro e de outras pessoas para que não se canse e possa cuidar bem do bebê. Se as pessoas ajudam no serviço da casa e no cuidado com os outros filhos, ela se cansa menos. Se ela tem com quem conversar sobre o que está sentindo, fica mais calma e segura. Mulheres sem companheiro precisam ainda mais do apoio de outras pessoas.

O bebê na 1ª semana de vida



Líder, nesses primeiros dias preste atenção na relação entre a mãe e o bebê. Ao observar como a mãe cuida do bebê, na troca de fralda, na hora do banho e da mamada, você poderá saber como eles se relacionam.

As mães que cuidam do bebê com vontade e alegria, acariciando e sorrindo para ele, demonstram que a relação está começando bem.

Nos primeiros dias após o parto, algumas mães podem ficar muito tristes e sem vontade de cuidar do bebê por algum tempo.

Eli Pio



É importante animar a mãe, com jeito e carinho, para que ela cuide do bebê. Converse também com o companheiro e com a família e incentive-os a observar a relação mãe e filho. Quando a tristeza da mãe não diminui, ou piora, é preciso que ela vá ao serviço de saúde, para que o médico avalie e indique o tratamento adequado para a mãe.





O pai do bebê também pode ficar mais sensível, ansioso e se sentir abandonado. É que agora as atenções são todas para o bebê e para a mãe. E ele também pode ter medo de não saber como ajudar a cuidar do bebê.

Líder, converse com o pai e mostre que ele é importante, animando-o para que ajude nos cuidados com o bebê. É bom incentivar que o pai e a mãe falem um com o outro sobre suas dúvidas e preocupações.

O apoio do líder, da família, dos amigos e da comunidade fortalece a solidariedade e ajuda os pais a criarem um ambiente de segurança, amor e saúde para o bebê.

“De vossa boca não saia nenhuma palavra maliciosa, mas somente palavras boas, capazes de edificar e de fazer bem aos ouvintes.”
Ef 4,29



Aleitamento materno



M. F. Hill

Líder, nesses primeiros dias sua ajuda é valiosa. Anime a mãe, mostrando a ela como amamentar melhor. Tente resolver com ela e com a família as dificuldades que aparecerem. Procure não deixar a mãe desanimar de amamentar.

A amamentação deve ser agradável para a mãe e para o bebê. Existem várias posições boas para amamentar. Numa delas:

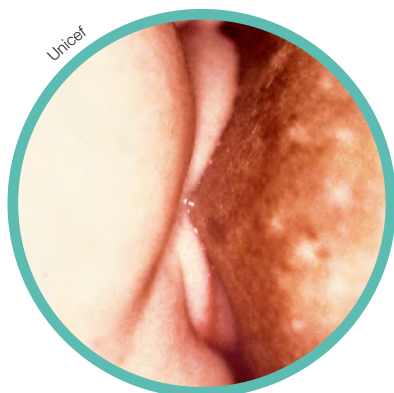
- ➔ a mãe segura a bundinha do bebê com sua mão;
- ➔ a cabeça do bebê fica apoiada na dobra do cotovelo da mãe;
- ➔ a barriga do bebê fica bem encostada no corpo da mãe.



A boa pega do bebê no peito

Mostre para a mãe como é uma **boa pega**, para que o bebê mame bem e não machuque o seio dela. Para isso:

- ➔ O bebê deve estar acordado.
- ➔ A boca do bebê deve abocanhar todo o mamilo e a maior parte da aréola, que é a parte escura em volta do mamilo.
- ➔ O lábio inferior deve estar virado para fora.
- ➔ O queixo do bebê deve estar encostado na mama.



O bebê costuma sugar, dar uma pausa e sugar novamente. A mãe pode ouvir o bebê engolindo o leite.

Mesmo quando o bebê faz **boa pega**, a mãe pode sentir umas fisgadas no começo da mamada: isso é o bebê sugando.

Não existe um tempo certo para a mamada. Alguns bebês “devoram” o leite rápido, outros o bebem bem devagar. Para que o bebê ganhe peso de forma adequada, é importante deixar que ele esvazie bem uma mama, antes de trocar de seio, pois o leite do começo da mamada é diferente do leite do final da mamada. Quando o bebê começa a mamar, o leite tem mais proteína e, no final da mamada, tem mais gordura.

A mãe pode perceber que a mama esvaziou quando o volume do peito fica menor ou quando o bebê para de mamar porque não tem mais leite.



Em geral, os bebês não conseguem esvaziar as duas mamas. Se o bebê não quiser mais mamar, significa que já está satisfeito. Pode acontecer de alguns bebês dormirem durante a mamada e ainda não terem mamado o suficiente. Nessas situações é importante a mãe esperar alguns segundos para ver se o bebê volta a mamar ou então acordá-lo, delicadamente, fazendo cócegas nos pezinhos ou passando um pano úmido no rostinho.



Quando for retirar o bebê do peito, a mãe deve colocar o dedo mindinho no canto da boca do bebê. Assim, ele soltará a mama sem machucar o seio.

Depois de mamar, o bebê deve ser colocado em pé, no colo, com as costas e a cabecinha bem apoiadas. Se ele engoliu ar, vai arrotar. Não precisa bater nas costinhas nem sacudir o bebê.

Líder, oriente a mãe para que ela inicie uma nova mamada:

- ➔ pelo seio que o bebê não sugou na mamada anterior;
- ➔ ou se o bebê mamou nos dois seios, pelo último seio que ele mamou, pois esse pode não ter sido esgotado.



Para manter o seio limpo para o bebê, basta a mãe tomar banho todos os dias e trocar o sutiã sempre que ele estiver molhado.

Ao término da mamada, para proteger seus seios, a mãe deve tirar uma ou duas gotinhas do seu leite e passar ao redor das aréolas e do mamilo, deixando secar antes de vestir a roupa. A gordura do leite forma uma camada de proteção contra bactérias e lubrifica a pele, protegendo o bico do seio contra rachaduras.



O leite materno deve ser oferecido sempre que o bebê solicitar. Assim, ele ganha peso rapidamente.

O bebê que mama no peito não precisa receber chá ou água. O leite materno mata a sede do bebê, mesmo em lugares bem quentes e secos.

O bebê que não mama só no peito tem mais infecções, como diarreia e pneumonia.

O bebê na 1ª semana de vida





Quando a mãe diz que está com pouco leite, com dificuldade para amamentar, ou o bebê não está ganhando peso, é preciso verificar o que está acontecendo:

- ➔ O bebê faz **boa pega**?
- ➔ O bebê está tomando água, chá ou outro tipo de leite além do leite materno?
- ➔ O bebê mama sempre que tem vontade?
- ➔ O bebê consegue esvaziar a mama?
- ➔ A mãe está passando por alguma dificuldade?
- ➔ O companheiro anima e apoia a mulher a amamentar?
- ➔ Os demais familiares, amigos e vizinhos estão ajudando a mãe nesse período?

Dificuldades podem aparecer, especialmente quando é o primeiro filho e a mãe não tem muita experiência, ou se a mãe teve problemas para amamentar outros filhos. Essas mulheres vão precisar de mais apoio da família e de você, líder.



Não existe leite materno fraco. Quando a mãe fica mais cansada ou tem aborrecimentos, pode ocorrer uma pequena diminuição na produção do leite. Oriente-a a descansar e colocar o bebê mais vezes para mamar, pois quanto mais o bebê mama, mais leite a mãe produz.

Os pais podem saber se o bebê está mamando o suficiente quando ele faz xixi várias vezes ao dia e se está ganhando peso adequadamente. Para avaliar o ganho de peso do bebê é importante levá-lo, todos os meses, na consulta no posto de saúde.

É comum o bebê ficar alguns dias sem fazer cocô. Isso acontece porque ele aproveita todo o leite que ele mama. O cocô do bebê é mole, de cor amarela, amarelo esverdeado e em pequena quantidade. Isso não é diarreia.

O pai não pode dar o peito, mas pode dar apoio para a mãe. Assim, aumenta sua ligação com o bebê. Ele pode, por exemplo, trazer o bebê para mamar, colocar para arrotar, trocar a fralda, falar e cantar para ele.

Líder, é importante estar mais perto da mãe no início da amamentação. Acompanhe pelo menos duas mamadas para ver como está a “pega” do bebê e ajude a acalmar a mãe nesse período.

“Feliz o ventre que te trouxe e os seios que te amamentaram.”
Lc 11,27”

123

O bebê na 1ª semana de vida



Problemas comuns na amamentação



Algumas mães podem ter dificuldades para amamentar. Quando isso acontece, é preciso orientar e dar mais apoio a elas.

Ingurgitamento mamário

O **ingurgitamento mamário** (seio empedrado) pode aparecer em duas situações: quando a mãe produz mais leite do que o bebê precisa ou quando o bebê não mama o necessário para esvaziar a mama. Isso pode ocorrer até vários dias após o parto.

Quando o seio está empedrado, as mamas ficam duras e cheias. O leite acumula-se e engrossa. Isso dificulta sua saída e podem se formar pequenos caroços.

Com as mamas cheias, o bebê não consegue fazer uma **boa pega**, causando dor na mãe e irritação no bebê. Nesse caso é preciso fazer a **ordenha** para retirar um pouco do leite.

O bebê na 1ª semana de vida



Líder, para prevenir o ingurgitamento mamário, recomende à mãe que:

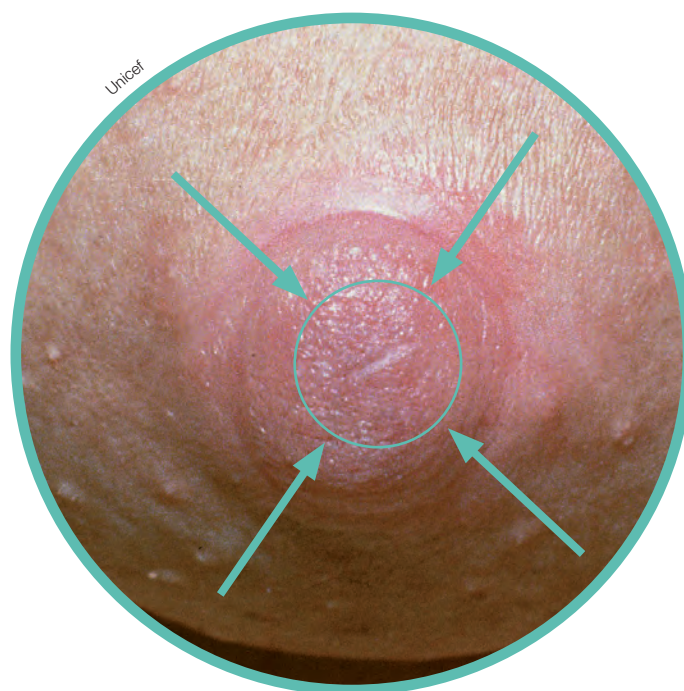
- ➔ inicie a amamentação o mais cedo possível;
- ➔ amamente o bebê sempre que ele solicitar, esvaziando o máximo possível os seios, um de cada vez;
- ➔ amamente com **boa pega**;
- ➔ não dê outros alimentos ou líquidos para o bebê antes dos seis meses;
- ➔ use sempre sutiã.

No caso de acontecer o ingurgitamento, você pode ajudar a mãe a fazer a retirada do leite materno por meio da **ordenha** (consulte este Guia nas páginas 159 e 160) e a encaminhar ao serviço de saúde.

Líder, se a mãe estiver nervosa, procure um jeito de acalmá-la para ajudar na descida do leite.

Rachaduras nos mamilos

A **rachadura nos mamilos** é a causa mais comum de dor para amamentar. Ela acontece pela posição errada do bebê no colo e pela má pega.



O bebê na 1ª semana de vida



Para prevenir a rachadura, a mãe deve:

- ➔ fazer **boa pega**;
- ➔ usar leite no mamilo após dar de mamar e deixar secar bem antes de se vestir;
- ➔ não usar nenhum produto nos seios;
- ➔ não deixar forro molhado junto ao seio;
- ➔ não usar protetor de mamilos;
- ➔ antes de amamentar, se a mama estiver muito cheia, ordenhar.

Se a mãe apresentar rachadura, além dos cuidados acima, é necessário que:

- ➔ o bebê seja colocado para mamar assim que der sinal de que está com fome, para ele não sugar com força excessiva;
- ➔ a mama seja massageada antes de ser oferecida ao bebê, para facilitar a saída do leite;
- ➔ primeiro seja oferecido ao bebê o peito menos ferido;
- ➔ tenha variação na posição de amamentar, como está nas fotos;
- ➔ após a mamada, passar um pouco do próprio leite no mamilo com rachadura para ajudar na cicatrização.



Mastite



A **mastite** é uma inflamação da mama, que pode ou não se transformar em infecção. Ela é resultado de ingurgitamento mamário ou rachadura. Na mastite, a parte afetada da mama fica dolorida, avermelhada e quente. Quando há infecção, a mãe pode apresentar mal-estar, febre alta (acima de 38°C) e calafrios.

Como a origem da mastite é a rachadura ou o ingurgitamento, os principais cuidados são:

- ➔ amamentar com **boa pega** e deixar o bebê mamar sempre que quiser;
- ➔ se o bebê não esvaziar a mama, completar a retirada do leite pela **ordenha**.

Quando a mãe tem mastite, é preciso que vá ao médico para ser orientada quanto ao tratamento correto. Se houver demora no início do tratamento, pode se formar uma ferida com pus, tornando o tratamento mais complicado.



Higiene

A higiene é importante, pois protege o bebê de doenças e faz com que ele se sinta bem. As mãos da mãe, ou de quem cuida do bebê, devem estar sempre limpas e com as unhas curtas.

Para facilitar a hora do banho, é bom deixar tudo preparado antes de colocar o bebê na água. É preciso verificar antes se a água não está muito quente. Isso pode ser feito colocando o cotovelo e sentindo se a temperatura está confortável. Previnem-se, assim, queimaduras.

O rosto e a cabecinha devem ser lavados antes de colocar o bebê na água. Isso evita que os restos de xixi e cocô contaminem a água e causem inflamação nos olhos.

O bebê precisa ser segurado com firmeza, para não ficar assustado. Para facilitar, é bom apoiá-lo num braço e banhá-lo com a outra mão.

Teotônio Roque





As dobrinhas do pescoço, dos braços e das pernas devem ser bem enxugadas, para evitar assaduras. É bom separar um pano macio ou toalha só para o bebê. O talco não deve ser usado, pois não tem função alguma. Deve-se vestir o bebê com roupas que sejam confortáveis e que não prendam seus movimentos.

Toda vez que a fralda estiver molhada, ela precisa ser trocada. A bundinha do bebê deve ser limpa, lavada e bem enxugada a cada troca de fralda. Isso evita assaduras e infecções.

Para limpar as meninas, o pano úmido deve ser passado na vulva sempre de frente para trás. Com esse cuidado, o cocô não contamina a vagina e o buraquinho do xixi.

Nos meninos, é importante puxar para trás a pele do pênis, com delicadeza, limpando bem os restos de urina e fezes que estejam entre as preguinhas. Isso evita infecções.



O **cordão umbilical** costuma cair nos primeiros 14 dias de vida. Ele **deve ser limpo todos os dias**, até que o coto umbilical caia. Para limpar, é melhor usar **álcool 70%**, que pode ser comprado na farmácia ou conseguido no Posto de Saúde.



Para limpar é preciso secar bem o umbigo após o banho e passar uma gaze molhada em **álcool 70%** no local. Não se deve colocar esparadrapo, faixa ou umbigueira no coto umbilical. Isso dificulta a respiração do bebê e não deixa o umbigo secar e cair.

Se, depois que o umbigo cair, surgir sangramento, vermelhidão ou mau cheiro no local, é preciso levar o bebê ao médico imediatamente.

ATENÇÃO

Em alguns bebês, podem aparecer uns pontinhos brancos na boca, parecendo leite talhado (coalhado). Pode ser **sapinho**. O tratamento é feito da seguinte maneira:

- ➔ um copo de água bem limpa;
- ➔ uma pitada de bicarbonato de sódio;
- ➔ molhar um pano limpo nesse líquido e limpar a boca do bebê antes das mamadas;
- ➔ molhar a outra ponta do paninho e limpar o mamilo e a aréola antes e depois de cada mamada;
- ➔ depois de usado, o paninho deve ser jogado fora.

É preciso levar o bebê ao médico se os pontinhos brancos não desaparecerem.



Sinais de perigo para a saúde do bebê do nascimento até os dois meses de vida

Líder, é importante que os familiares saibam identificar os sinais de perigo para a saúde do bebê. Oriente para que eles fiquem atentos e procurem imediatamente o **hospital** se o bebê apresentar algum desses sinais.



Não pega o peito ou não consegue se alimentar



“Ataque”
(Convulsões)



Febre alta
(temperatura maior ou igual a 38° C)



Bebê mais molinho, parado e com choro fraco ou gemente



Umbigo vermelho ou com pus



Temperatura baixa
(menor ou igual a 35° C)



Muitas bolhas com pus no corpo



Diarreia

O bebê na 1ª semana de vida



Cadastramento da criança

Líder, logo que um bebê nascer visite-o e cadastre-o (registre-o) na mesma folha de acompanhamento em que estão os dados de sua mãe. Quando iniciar o acompanhamento por um bebê ou criança, cadastre-o (registre-o) em outra folha.

No Caderno do Líder, em cada folha de acompanhamento da criança e da gestante, estão as **perguntas 1, 2, 27 e 28**, que você vai responder assim que o bebê for cadastrado (registrado), quando iniciar um novo Caderno ou, ainda, quando ele sair da Pastoral.

As **perguntas de 5 a 18**, que estão na aba atrás da capa do caderno, são sobre o desenvolvimento da criança, e você vai respondê-las todos os meses, de acordo com a idade da criança acompanhada.

No Caderno do Líder



- ➔ Na **pergunta 1**, anote a data de nascimento da criança, o peso e o comprimento do bebê ao nascer. Veja essas medidas na Caderneta de Saúde ou Cartão da Saúde. Caso a criança não tenha sido pesada ao nascer, pese-a logo que possível, preferencialmente na primeira semana de vida. Caso o bebê seja mais velho e você não souber qual foi o seu peso e comprimento ao nascer, anote **[?]** (interrogação).
- ➔ Na **pergunta 2**, marque **[S]** (sim) se a criança nasceu com menos de 2.500 gramas ou marque **[N]** (não) se pesou 2.500 gramas ou mais.

Informações para o Brasil. Veja no Caderno do Líder as informações específicas de seu país.

- ➔ Na Declaração de Nascidos Vivos, folha amarela que deve ser entregue aos pais pela maternidade, é anotado o peso do bebê ao nascer.



0 bebê na 1ª semana de vida



Visita Domiciliar



Nessas visitas é **importante**:

- ➔ Perguntar como foi o parto.
- ➔ Entregar, ler e conversar com a mãe sobre as cartelas **10A**, **10B** e **11** do Laços de Amor, conforme orientações do envelope.
- ➔ Conversar sobre a amamentação e observar a **boa pega** (página 119).

Líder, ainda nas primeiras visitas pergunte:

- ➔ Como está sendo feita a limpeza do cordão do umbigo.
- ➔ Se o bebê foi pesado e medido no hospital e, caso não tenha sido, oriente a mãe a levá-lo ao serviço de saúde para que sejam realizados esses procedimentos.

Informações para o Brasil. Veja no Caderno do Líder as informações específicas de seu país.

- ➔ Se o hospital preencheu e entregou a Caderneta de Saúde da Criança.
- ➔ Se o bebê está com as vacinas em dia — verifique no Caderno do Líder quais as vacinas para a idade.
- ➔ Se foi feito o Teste do Pezinho.



Cadastre (registre) o bebê que nasceu no Caderno do Líder na mesma página de sua mãe e responda às perguntas 1 e 2, conforme as explicações da página 132.

Tarefa desta etapa de capacitação



- ➔ Procure visitar e cadastrar (registrar), no seu Caderno do Líder, de um a dois bebês menores de um ano.
- ➔ Pense em ideias para incentivar o aleitamento materno.

0 bebê na 1ª semana de vida





8ª Etapa da Capacitação

Para Avaliar e Celebrar

- ➔ Como foi a visita ao bebê?
- ➔ Você teve oportunidade de observar um bebê sendo amamentado? Como era a pega do seio?
- ➔ Partilhe ideias que você teve para incentivar a amamentação.
- ➔ Existe alguma mensagem, oração ou citação bíblica que celebre o dom da vida e as ações que fazemos com nossos próximos? Uma sugestão é:

Doce é sentir

Canção do filme Irmão Sol, Irmã Lua

Doce é sentir em meu coração, humildemente vai nascendo o amor.

Doce é saber que não estou sozinho. Sou uma parte de uma imensa vida, que generosa reluz em torno a mim imenso dom do seu amor sem fim.

O céu nos deste e as estrelas claras Nosso irmão, Sol, nossa irmã, Lua Nossa mãe terra com frutos, campos, flores O fogo e o vento, o ar, água pura.

Fonte de vida de tua criatura, Imenso dom do Teu amor sem fim.

Ver

O bebê até o terceiro mês

1. Na sua comunidade os bebês são alimentados somente com leite materno?
2. Que problemas de saúde os bebês dessa idade costumam ter?



O bebê até um mês

Aleitamento materno



A amamentação é muito importante para o bebê e para a mãe. Além do bebê receber um alimento feito especialmente para ele, é o momento em que os dois ficam mais ligados.

A troca de olhares e carinhos durante a amamentação reforça a ligação da mãe com o seu bebê. Em cada mamada o bebê e a mãe vão se conhecendo mais, se gostando mais. Por isso, é importante você observar como a mãe e o bebê estão se relacionando durante a amamentação.

O bebê até 1 mês



Fale para a mãe que, quando o bebê olhar para ela enquanto mama, ficará feliz se ela também olhar para ele. E isso é muito bom para os dois. Procure animar a mãe a falar sempre com o bebê, acariciar seu corpinho e olhar para ele enquanto o amamenta.

Até os seis meses, o bebê só precisa receber leite de peito. É bom explicar para a mãe que o leite em pó, de caixinha ou de pacote não tem as mesmas vantagens que o leite materno.

Os bebês que são alimentados com outro tipo de leite têm mais risco de ter pneumonia, diarreia, infecção de ouvido, alergia e infecção urinária. Além de os bebês sofrerem mais com essas doenças, elas também surgem com maior gravidade. Isso acontece porque as defesas do corpo do bebê não são reforçadas com a proteção que o leite materno dá.

A mãe ou pessoa da família não deve oferecer outros alimentos ou líquidos para o bebê antes dos seis meses de idade, isso aumenta as chances de ele abandonar o leite materno e não traz benefício algum para o seu crescimento.

Quando o bebê não puder mamar no peito (alergia, mães com HIV, entre outras causas), vai precisar tomar água e outro tipo de leite.

Oriente a mãe a buscar informações no Posto de Saúde sobre qual leite dar ao bebê.

Nesses casos será preciso muito cuidado com a higiene no preparo dos mesmos, e também com as vasilhas e colheres utilizadas para servi-los ao bebê.

“Em qualquer casa em que entrardes, dizei primeiro: ‘A paz esteja nesta casa!’.”
Lc 10, 5



Como o bebê pode aprender e se desenvolver

Desde a gestação, o modo como os pais se relacionam com o bebê já vai formando nele o seu jeito de ser. Nos últimos meses da gravidez, o bebê ouve sons, reage à luz forte perto da barriga da mãe e pode sentir quando ela está muito cansada ou nervosa.

Antes de nascer, o contato do bebê com a mãe é direto. É dela que ele recebe alimento, calor e aconchego na barriga. No momento do nascimento, todas essas sensações conhecidas desaparecem rapidamente, e o bebê vai ter de se acostumar a um novo ambiente.

Olhar carinhoso, palavras suaves, toques delicados e aconchego no colo dos pais fazem o bebê se sentir amado e protegido.

O bebê comunica suas necessidades, principalmente, pelo choro. Ele chora de fome, de dor, de frio ou calor, pedindo aconchego e porque está molhado. Ao ser atendido, aprende que alguém cuida dele e isso dá segurança ao bebê. Aos poucos, os pais aprendem a identificar as necessidades do bebê e assim podem ajudá-lo a se desenvolver.

J. R. Ripper



O bebê fica a maior parte do tempo com os braços e pernas dobrados e as mãos fechadas, como ficava dentro da barriga da mãe. É comum também ele arrotar, soluçar, tossir um pouquinho, fazer pequenos barulhos. Essas coisas fazem parte da vida do bebê.

O bebê se movimenta pouco e quase sempre reage do mesmo modo a alguns estímulos. Por exemplo: quando colocamos o dedo na sua mão, ele agarra com força; quando é tocado, ouve barulho ou tiramos sua roupa, ele faz movimento de abraço ou de susto.



O bebê dorme a maior parte do tempo. Dormindo ele acumula a energia necessária para mamar e crescer. Uns têm sono mais leve, outros têm sono mais pesado. O sono do bebê que é tocado com carinho pelos pais geralmente é mais tranquilo.



A cada dia que passa, os pais e o bebê vão se conhecendo melhor. O bebê é muito ligado à mãe. Ela é sua fonte de segurança e amor. Ele gosta de ficar no colo e de ser embalado por ela. Quando a mãe coloca o bebê perto do seu coração, ele escuta de novo as batidas que conhece tão bem. Assim, lembra-se das sensações que tinha quando ainda estava na barriga. Tudo isso ajuda o bebê a ficar mais calmo e seguro.



M. F. Hill

Ele também gosta de ouvir a voz do pai. Quando a mãe e o pai falam ou cantam suavemente, estão mostrando ao bebê que ele é amado.





Reinaldo Okita

O bebê se acalma quando ouve a voz dos pais, é tocado ou embalado?

O colo responde à necessidade de contato do bebê com os pais e é uma demonstração de amor. Se estiver com algum desconforto, agitado ou chorando, o bebê se acalma quando os pais o pegam no colo, falam, cantam ou o embalam suavemente. Cada bebê tem uma maneira diferente de se acalmar.

O choro é uma forma de comunicação do bebê. Pegar o bebê no colo e verificar por que ele chora não o acostuma mal. Bebê que não é atendido quando chora, geralmente se torna mais chorão. Bebê que é atendido sente que tem alguém que cuida dele e fica mais tranquilo.

A visão e a audição do bebê ainda estão se aperfeiçoando, mas ele escuta e vê parcialmente o que acontece perto dele. É comum o bebê ficar meio vesgo até os seis meses de idade.

O bebê até 1 mês



Dormir de barriga para cima é mais seguro

É possível reduzir em mais de 70% a morte súbita de bebês. A morte súbita é aquela que acontece de maneira inesperada, quando o bebê está dormindo, e não tem explicação aparente. Para isso oriente os pais para:

- ➔ **Colocar o bebê para dormir de barriga para cima.**
- ➔ **Amamentar:** até o 6º mês dar somente leite materno.
- ➔ **Não fumar e nem deixar que fumem dentro da sua casa,** principalmente durante a gestação e na presença de crianças pequenas.
- ➔ **Não agasalhar demais** o bebê.
- ➔ **Deixar fora do berço** travesseiros, brinquedos, almofadas e outros objetos fofos.
- ➔ Mais informações em www.pastoraldacrianca.org.br.



Arquivos da Pastoral da Criança

O bebê precisa de um lugar seguro para dormir, de preferência calmo e arejado. Se a casa fica num local que tenha mosquito ou muriçoca, é bom cobrir o lugar em que o bebê dorme com um mosquiteiro ou cortinado.

A partir da segunda semana de vida, é bom para o bebê tomar um pouco de sol, todos os dias, antes das nove horas da manhã ou depois das quatro horas da tarde. O ideal é que o bebê esteja só de fralda e fique exposto de 6 a 8 minutos por dia (30 minutos por semana). Se não for possível ficar só de fralda, é importante expor pelo menos o rostinho e as mãos por cerca de 17 minutos por dia (2 horas por semana).

O bebê até 1 mês



Higiene



O bebê precisa tomar banho todos os dias. Em locais de clima quente, pode-se dar banho várias vezes ao dia. Nos lugares em que o clima é frio, o melhor é dar banho nos períodos mais quentes do dia, protegendo o bebê do vento, para que ele não se resfrie.

As roupinhas e fraldas do bebê precisam ser bem lavadas, enxaguadas e, sempre que possível, colocadas ao sol para secar. O melhor é lavá-las separadamente. Tudo isso ajuda a prevenir assaduras, alergias e infecções na pele do bebê.

O bebê pequeno sente mais frio do que um adulto. Por isso, é bom que ele vista roupas leves mesmo nos locais de clima quente. Nos lugares frios, é importante manter o bebê agasalhado.

O bebê que fica com pés, mãos e lábios roxos após ser alimentado, mesmo estando agasalhado, pode ter algum problema no coração e precisa ser examinado pelo médico o mais rapidamente possível.

ATENÇÃO

O bebê até 1 mês



Fim do resguardo (puerpério)

A mãe deve retornar ao hospital para a revisão, conforme o agendamento feito no dia em que saiu do hospital. Essa consulta de revisão acontece até um mês depois do parto. É bom que o companheiro vá junto. Assim, podem receber orientações sobre o espaçamento entre uma gravidez e outra.

O período pós-parto dura quarenta dias. Quando a mulher está bem, o casal pode voltar a ter relações sexuais logo após esse período.

Informações para o Brasil. Veja no Caderno do Líder as informações específicas de seu país.



O médico deve receitar suplemento de ferro para a mulher tomar diariamente até o terceiro mês pós-parto. A mesma recomendação deve ser seguida caso a mulher perca o bebê durante a gestação.

No Caderno do Líder



- ➔ Na **pergunta 5**, a idade da criança pode ser colocada em meses ou anos.
- ➔ Na **pergunta 6**, marque [**S**] (sim) se essas três coisas acontecerem juntas:
 - você foi até a casa da criança;
 - você viu a criança, mesmo que ela estivesse dormindo;
 - você conversou, no momento da visita, com a mãe ou com outro responsável pela criança, sobre os assuntos do quadro Visita Domiciliar.
- ➔ Na pergunta seguinte – **a criança mama no peito** – anote se a criança mama no peito.

O bebê até 1 mês



Visita Domiciliar



Nessas visitas para o bebê de até um mês, é **importante**:

- ➔ Observar o bebê sendo amamentado e se faz **boa pega** (ver pág. 119).
- ➔ Insistir com a mãe sobre amamentação exclusiva.
- ➔ Entregar, ler e conversar com a mãe sobre as cartelas **12 e 13** do Laços de Amor, conforme orientações do envelope.
- ➔ Verificar no Caderno do Líder quais as vacinas para a idade e se o bebê está com as vacinas em dia.

Responder às perguntas do Caderno do Líder.



O bebê de dois e três meses

Aleitamento materno

Líder, o leite materno continua sendo o único alimento de que o bebê precisa. Caso o bebê tenha começado a receber outros líquidos (água, chás, sucos/sumos) ou qualquer outro alimento, você, com base nas informações deste Guia, deve tentar convencer a mãe a parar.



Nesse período é comum o bebê ter cólicas, podendo ficar mais inquieto e chorar mais. Isso acontece porque o intestino do bebê está se adaptando a receber o leite da mãe – antes recebia alimentos pelo cordão umbilical e não precisava digerir os alimentos, os nutrientes já vinham prontos. Procure fazer massagens circulares na barriguinha do bebê e mudá-lo de posição. É importante lembrar à mãe que essa é só uma fase e que vai passar. Fale também que é comum o bebê nessa idade ficar um ou dois dias sem evacuar.

A mãe que amamenta não deve fumar, tomar bebidas alcoólicas ou outras drogas. Remédios só devem ser usados com orientação médica. Substâncias do cigarro, da bebida e de alguns medicamentos passam para o leite e podem prejudicar o bebê. Assim, a mãe que amamenta precisa ter mais cuidado, para o seu próprio bem, do seu bebê e também das outras pessoas da família.

Quando a mãe tem mais leite do que seu bebê consegue mamar, pode doar esse leite para um hospital que tenha Banco de Leite. Lá ele será pasteurizado e doado a um bebê que esteja precisando. Líder, verifique se no hospital de seu município tem Banco de Leite e incentive a doação. Doar leite materno é um ato de amor!

O bebê de 2 e 3 meses



Como o bebê pode aprender e se desenvolver



Um bebê que responde ao sorriso da mãe ou do pai demonstra a boa relação que tem com eles e o quanto a atenção dos adultos é importante para ele. O que o bebê mais gosta e precisa é de ficar com a mãe ou com quem cuida sempre dele, pela ligação de confiança que se estabelece entre eles. Se o pai fica sempre com o bebê, esta ligação também se estabelecerá.

Cada bebê tem um jeito próprio de se comunicar com as pessoas. Quando tem fome, cólica ou quer mudar de posição, pode chorar, se agitar ou encolher as perninhas; quando se sente bem, pode sorrir ou sacudir bracinhos e pernas com alegria.

Quando está acordado o bebê fica calmo e feliz se a mãe ou o pai estão por perto. Enquanto trabalham em casa, os pais podem colocar o bebê perto deles para conversar ou cantar para ele. Assim, ele se anima a fazer sons como: “arg, arg, arg” ou “grr, grr, grr”.

O bebê de 2 e 3 meses





J. R. Ripper

Quando a mãe ou o pai movimentam devagar o rosto em frente ao bebê, ele segue esse movimento?

O bebê gosta de mexer e brincar com o rosto e as mãos das pessoas. Ele também já demonstra empenho em dirigir sua atenção e seguir com o olhar o movimento dos pais.

O bebê gosta de olhar, mexer e brincar com as suas mãozinhas, que ficam mais abertas. Ele já pode olhar e pegar as coisas que são colocadas perto de sua mão, como chocalhos e outros objetos coloridos. Leva para a boca tudo o que pega, pois a boca para o bebê é uma fonte de prazer e aprendizagem.

Acidentes domésticos

A família precisa ter cuidado para não deixar panos ou plásticos perto do bebê, pois ele pode se sufocar. Fios e cordões perto do berço ou cordão de chupeta em volta do pescoço também são perigosos, pois o bebê pode se enforcar.



147

O bebê de 2 e 3 meses





J. R. Ripper

Quando os pais colocam o bebê de barriga para baixo, ele levanta a cabeça e os ombros apoiando-se nos braços?

O bebê necessita ficar bem à vontade para aprender a controlar os movimentos do seu corpo. Ele ainda precisa da ajuda de alguém para mudar de posição: para ficar de lado, de barriga para cima ou para baixo. Assim ele pode ver as coisas diferentes ao seu redor, controla cada vez melhor o movimento da sua cabeça e aumenta a força nos braços.

A maioria dos bebês ainda dorme bastante. Mas cada bebê tem o seu tempo de sono, uns são mais dorminhocos e outros menos.





J. R. Ripper

Os pais pegam o bebê no colo para acariciar, falar e brincar, mesmo quando ele não está chorando?

O bebê gosta e precisa do carinho de um colo. Gosta de ser tocado, beijado, de ouvir os pais falando e cantando baixinho para ele. O bebê não deve ir para o colo só quando chora, porque assim vai aprender que só chorando é que consegue a atenção dos pais. Bebê é esperto, aprende rápido.

É importante continuar colocando o bebê para tomar banho de sol, sem roupa. Isso ajuda a arejar a pele e estimula o aproveitamento da **vitamina D**. Essa vitamina ajuda a formar ossos e músculos fortes, prevenindo o raquitismo no bebê.

Acidentes domésticos

Crianças pequenas não devem pegar o bebê no colo sozinhas, pois podem machucá-lo ou deixarem ele cair.



O bebê de 2 e 3 meses



Tocando o corpo do bebê



Uma massagem suave em todo o corpo do bebê oferece a ele bem estar, ativa a circulação do sangue e ajuda-o a perceber o seu próprio corpo. Ela é também outra maneira de aumentar a ligação entre o bebê e seus pais.

A massagem deve ser feita:

- ➔ na barriga, em movimentos circulares;
- ➔ nos braços, alongando do ombro para a mão;
- ➔ nas pernas, alongando da coxa para o pé;
- ➔ nas costas, para cima e para baixo, do pescoço até as perninhas do bebê.

É preciso observar se o bebê está gostando de receber a massagem, pois em alguns momentos ele pode querer ficar sossegado.

A massagem pode ser feita antes do banho ou quando a mãe ou o pai tenham um tempo disponível e estejam tranquilos, para poderem aproveitar bem esse momento com o bebê. Pode ser feita também ao ar livre, desde que a temperatura esteja agradável, não haja vento, pois o bebê deve estar sem roupa.



Higiene



Teotônio Roque

O banho todos os dias protege a pele do bebê das assaduras, que podem infeccionar e causar outras doenças.

Para prevenir assaduras, a mãe pode fazer uma pasta d'água caseira, com amido de milho (maizena) ou polvilho (goma) misturado com um pouco de água fria. Essa pasta deve ser passada na bundinha do bebê, que deve estar seca, após o banho e a cada troca de fralda.

É importante que os pais comecem a fazer a higiene da boca do bebê ainda antes do nascimento do primeiro dente. Essa limpeza é feita com um pano limpo umedecido, que é passado na gengiva, bochechas e língua do bebê após cada mamada. O paninho deve ser usado só para isso e mantido bem limpo. As mãos do adulto precisam estar bem lavadas.

O bebê de 2 e 3 meses



Pneumonia



Se o médico receitar antibiótico, é direito da criança receber a 1ª (primeira) dose no ato da consulta ainda no posto de saúde.

A pneumonia é mais perigosa nos bebês:

- ➔ com menos de dois meses de idade;
- ➔ que nasceram com menos de dois quilos e meio;
- ➔ que não mamam no peito;
- ➔ que estão desnutridos;
- ➔ que não estão com as vacinas em dia.

Algumas condições do ambiente fazem o ar ficar poluído e facilitam pegar esse tipo de doença. São as casas em que não entra sol, não é renovada a entrada de ar, têm poeira e fumaça de carro, fogão à lenha ou poluição de carros, fábricas e das queimadas.

O hábito de fumar perto da criança aumenta as chances de ela ter problemas respiratórios, como bronquite, inflamação de ouvido, sinusite, asma e pneumonia.

O bebê de 2 e 3 meses





Tem dificuldade para respirar:

- ➔ Ruído esquisito ao respirar (estridor);
- ➔ Aparecem as costelas quando puxa o ar (tiragem subcostal)

Líder, quando o bebê apresenta algum sinal de infecção respiratória, você deve orientar a mãe para que:

- ➔ leve ao médico o mais rápido possível;
- ➔ continue a amamentar;
- ➔ dê os medicamentos na dose, nos horários e pelo tempo recomendado pelo médico;
- ➔ volte ao serviço de saúde no dia marcado ou a qualquer momento, se o bebê não apresentar melhora ou piorar.

Se você observar algum sinal de perigo nas crianças que acompanha, encaminhe-as imediatamente para o hospital. As Infecções Respiratórias Agudas (IRA) são um dos principais problemas de saúde entre as crianças menores de cinco anos.

Reconhecer os sinais de perigo e começar logo o tratamento ajudam a diminuir a gravidade da doença e pode evitar a morte por pneumonia.

Por isso, a recomendação da Organização Mundial da Saúde e do Ministério da Saúde (Portaria nº 1.820, de 13 de agosto de 2009) é para que a criança com suspeita de pneumonia, com a indicação médica de antibiótico, receba a primeira dose do remédio na própria Unidade Básica de Saúde. Médicos e profissionais de enfermagem devem garantir que a medicação seja aplicada no ato da consulta e instruir os pais a darem todas as doses corretamente em casa.

Qualquer remédio só deve ser dado para o bebê com orientação do médico.



O bebê de 2 e 3 meses



Sinais de perigo para a saúde de crianças de dois meses a cinco anos

Líder, é importante que os familiares saibam identificar os sinais de perigo. Oriente para que eles fiquem atentos e procurem imediatamente o **hospital** se a criança apresentar algum desses sinais:



Não mama, não bebe ou não se alimenta



“Ataque”
(Convulsões)



Fica molinha, com choro fraco ou gemendo muito



Se está com diarreia e fica desidratada:

- sinal da prega
- olhos fundos



Vomita tudo



Grande perda de peso, palidez e inchaço nos dois pés



Tem dificuldade para respirar:

- Ruído esquisito ao respirar (estridor)
- Aparecem as costelas quando puxa o ar (tiragem subcostal)



Mutirão (campanha) em busca das gestantes



É muito importante descobrir e acompanhar as gestantes o mais cedo possível, para ajudá-las a terem uma gravidez saudável, um parto tranquilo e os bebês nascerem bem.

Para ajudar ainda mais o líder nessa missão de ir em busca das gestantes de sua comunidade, a Pastoral da Criança incentiva um mutirão no qual os líderes escolhem um ou mais dias para visitar todas as casas da comunidade à procura de novas gestantes, para animá-las a serem acompanhadas pela Pastoral da Criança e iniciarem o pré-natal. Em cada casa visitada, mesmo que não encontre gestante, entregar o folheto dos 1000 dias e orientar que a pessoa entregue este folheto para uma gestante conhecida, mesmo que ela não more na Comunidade ou seja acompanhada pela Pastoral da Criança.

Mesmo que a gestante não queira ser cadastrada (registrada) na primeira visita, entregue o folheto **Os primeiros mil dias e a nossa saúde** e os **10 Mandamentos para a Paz na Família**. Com paciência, continue o empenho em visitar a gestante e entregue as cartelas do Laços de Amor, mês a mês, até que ela se acostume com sua presença e aceite ser cadastrada (registrada) e acompanhada. A cada gestante conquistada, celebre!

O bebê de 2 e 3 meses



Visita Domiciliar



Nessas visitas é **importante**:

- ➔ Conversar sobre a amamentação.
- ➔ Quando o bebê completar três meses, entregar, ler e conversar com a mãe sobre a cartela **14** do Laços de Amor, conforme orientações do envelope.
- ➔ Verificar no Caderno do Líder quais as vacinas para a idade e se o bebê está com as vacinas em dia.

Responder às perguntas do Caderno do Líder.

Tarefa desta etapa de capacitação



- ➔ Organize, com o apoio do capacitador, um Mutirão em busca de gestantes na sua comunidade.
- ➔ Entregue o folheto – Os primeiros mil dias e a nossa saúde.
- ➔ Cadastre as gestantes no Caderno do Líder.

O bebê de 2 e 3 meses





9ª Etapa da Capacitação

Para Avaliar e Celebrar

- ➔ Como foi o Mutirão em busca das gestantes?
- ➔ Com base no que foi visto e sentido, o que você gostaria de compartilhar?
- ➔ Você recorda alguma mensagem, reflexão ou oração que celebre este momento?

Ver

O bebê de quatro e cinco meses

1. Como as mães alimentam seus bebês nessa idade?
2. As famílias da comunidade têm oportunidade de se reunir para se apoiar, conversar sobre cuidados, desenvolvimento e educação de suas crianças?



O bebê de quatro e cinco meses

Aleitamento materno



Rodolfo Bühner

O leite materno continua sendo o melhor e único alimento necessário para o bebê. Nos primeiros meses de aleitamento materno exclusivo, é normal o bebê ser mais gordinho. Perto dos quatro ou cinco meses, a tendência é continuar ganhando peso, agora mais lentamente. Mas o ganho de saúde e amor que a amamentação traz continua aumentando cada vez mais!

O leite materno é tão apropriado para o bebê que por volta do quinto mês ele fica menos doce para facilitar que, no sexto mês, possam ser introduzidos os novos alimentos de que o bebê precisa.

Quando as mães trabalham fora, devem continuar dando o peito para o bebê. Enquanto a mãe está fora, a pessoa que cuida do bebê pode dar o leite materno retirado por **ordenha**. Quando a mãe voltar para casa, deve oferecer o peito para o bebê.

O bebê de 4 e 5 meses



Ordenha

Antes de fazer a ordenha, para manter a qualidade do leite materno são necessários alguns cuidados:

- ➔ lavar bem as mãos e secá-las com pano limpo;
- ➔ escolher um recipiente de vidro limpo e fervido na água;
- ➔ ficar numa posição confortável e, se possível, num ambiente tranquilo.

Para retirar o leite do peito

- ➔ Fazer massagens circulares com as pontas dos dedos na base da mama em direção ao mamilo.
- ➔ Colocar o dedo polegar sobre a mama, acima da aréola, e os outros dedos na parte de baixo da mama, formando uma concha com a mão.
- ➔ Fazer o movimento de ordenha, apertando delicadamente a mama, puxando-a para trás e para frente ritmadamente.
- ➔ Descartar os primeiros jatos de leite, pois eles trazem micróbios que ficam na parte mais próxima do bico do seio. Esses micróbios podem estragar o leite guardado, mas não prejudicam a saúde do bebê amamentado diretamente no peito.

Eli Pio



- ➔ Repetir o movimento de ordenha de forma rítmica, rodando a mão em volta da aréola para esvaziar todo o leite da mama.
- ➔ Alternar as mamas quando a saída do leite diminuir ou a cada cinco minutos, repetindo a massagem e a ordenha, até atingir a quantidade de leite desejada.
- ➔ Depois da ordenha, passar um pouco de leite nos mamilos para evitar rachaduras.

Quando voltar para casa, a mãe deve oferecer o peito para o bebê. Depois, pode realizar a ordenha do leite para ser usado no dia seguinte. Quantidade e aparência do leite variam entre uma ordenha e outra.

Como guardar o leite do peito

- ➔ Logo após a ordenha, o leite deve ser guardado na geladeira (geleira) por até 12 horas ou no congelador por até 15 dias, e deve ser colocado em uma das prateleiras, nunca na porta da geladeira (geleira).
- ➔ Na hora de oferecer o leite para o bebê, usar primeiro aquele que foi retirado há mais tempo. Para aquecer, coloque o recipiente de vidro com o leite dentro de uma panela com água morna sem estar fervendo (banho-maria) e sem estar no fogo. Para usar o leite congelado, este deve ser descongelado dentro da geladeira (geleira) e depois deve ser aquecido de acordo com a explicação acima. Antes de oferecer o leite à criança, este deve ser agitado suavemente.
- ➔ Esse leite deve ser oferecido para o bebê com colher ou direto no copo.

Quando a mãe estiver em casa, é necessário oferecer o peito para o bebê mais vezes. Assim, ela estimula a produção de mais leite e prolonga o período do aleitamento materno.



A pessoa que cuida do bebê precisa oferecer esse leite com uma colher ou no copinho, pois o bico da mamadeira (bibeirão) acostuma mal o bebê, e depois, ele não vai querer mais mamar no peito da mãe.

Líder, no Dia da Celebração da Vida em que for feito acompanhamento nutricional, você pode verificar se o peso e o comprimento do bebê estão adequados. Isso é sinal de que o bebê está recebendo a quantidade necessária de leite para seu crescimento.



Quando o bebê não ganhar peso, converse com a mãe para saber o que está acontecendo. Pode ser que ele esteja mamando pouco, que a mãe esteja cansada ou não esteja se alimentando direito. Caso a mãe já tenha voltado a trabalhar, converse também com quem cuida do bebê.

Quando não há leite materno em quantidade suficiente, é preferível introduzir as papinhas no 4º mês e continuar amamentando o bebê no peito, do que iniciar o uso de mamadeira (bibeirão). Dessa maneira, não há o perigo da concorrência do bico da mamadeira (bibeirão). Nesses casos oriente a mãe a procurar o médico para que ele possa avaliar o início da suplementação com ferro antes dos 6 meses.



Desnutrição infantil

Líder, crianças que apresentam crescimento deficiente, perda de peso ou estão sempre com alguma doença infecciosa, como diarreia e doenças respiratórias, podem estar ficando desnutridas e precisam de muita atenção e cuidados.

A desnutrição pode começar na gestação, levando a criança a nascer com baixo peso ou prematura. Ela também pode ser causada pela interrupção do aleitamento materno exclusivo antes dos seis meses, por falta de uma alimentação saudável na infância e por condições precárias de higiene.

A desnutrição acontece:

- ➔ porque a criança não está consumindo alimentos que contêm nutrientes importantes para a saúde, como proteínas, vitaminas e sais minerais;
- ➔ porque a criança está com alguma doença, que pode ser uma simples verminose ou algo mais grave, como dificuldade de absorver os alimentos, problema no coração, entre outros.

Quando a desnutrição não é tratada pode se tornar mais grave, e a criança pode até morrer.

Nos primeiros anos de vida a criança tem mais chance de ficar desnutrida, porque cresce muito rápido e tem necessidade de se alimentar bem. Por isso é muito importante fazer o acompanhamento do peso e da altura da criança, para identificar aquelas que estão em risco nutricional e promover a recuperação do seu estado de saúde.

Prevenindo a desnutrição

- ➔ O aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida é extremamente importante.
- ➔ Introduzir uma alimentação complementar adequada após os seis meses.
- ➔ Continuar a amamentação até os dois anos ou mais, junto com outros alimentos saudáveis.

O bebê de 4 e 5 meses



Como o bebê pode aprender e se desenvolver



O bebê começa a perceber que tem um nome e demonstra isso quando olha para quem o chama. Ele já está conhecendo melhor as outras pessoas da família e gosta muito de ficar junto delas. Sorri, agita os bracinhos, sacode o corpo para as pessoas. Gosta de segurar a mão delas e tocar seus rostos. A convivência com avós, tios e irmãos mais velhos também ajuda no desenvolvimento do bebê.

Perto de pessoas estranhas, o bebê pode ficar tímido, desconfiado e até chorar. Isso mostra que ele já percebe quem ele não conhece ou as pessoas que não estão sempre com ele.

O bebê reage à separação da mãe e, geralmente, chora quando fica sozinho. Os pais e as pessoas da família podem descobrir maneiras de realizar seus afazeres em casa deixando, sempre que possível, o bebê perto.

O bebê de 4 e 5 meses





Quando alguém faz barulho atrás do bebê, ele vira a cabeça à procura do barulho?

Os pais e as pessoas da família podem criar várias oportunidades para o bebê ouvir e identificar sons. E fazem isso quando prestam atenção e repetem os sons que o bebê faz, quando colocam perto dele coisas que têm sons diferentes. O bebê pega, brinca de sacudir, bate uma coisa na outra e ouve o barulho.

O bebê já tem outras maneiras de se comunicar. Antes, só fazia sons com sua garganta; agora, ele começa a fazer também sons com seus lábios. Dá gritinhos, faz “m, m, mã, mã”; “p, p, pa, pa”. Gosta de ficar repetindo e ouvindo a própria voz. Quando o bebê age assim, demonstra que está empenhado em aprender a falar. Se as pessoas da família repetem os sons que ele faz, estão ajudando o bebê a aprender a falar.

“*Eu falo do que vi junto do Pai;
e vós fazeis o que ouvistes do vosso pai.*”
Jo 8,38

O bebê de 4 e 5 meses





Os pais animam o bebê a tentar pegar as coisas que colocam perto dele?

Nessa idade, o bebê pode começar a se interessar pelos objetos. Mas, para que isso aconteça, ele precisa da ajuda das pessoas. É preciso que elas coloquem perto dele objetos variados, animando o bebê a prestar atenção neles.

Fazendo assim, as pessoas também ajudam o bebê a coordenar seus movimentos com seus sentidos, como visão, audição, tato. Ele olha, coloca na boca, morde, lambe, sacode. Com isso, o bebê sente como as coisas são: duras, moles, leves, pesadas, ásperas, lisas.





Rodolfo Bühner

Quando alguém coloca o bebê sentado, com apoio, ele consegue ficar nessa posição?

O bebê precisa ser colocado sentado, com apoio, para não cair para frente ou para os lados. Assim ele vai aprendendo a se sentar sozinho. Essa nova posição ajuda o bebê a ver e pegar mais coisas e a se preparar para ficar em pé.

Nessa idade é preciso colocar o bebê no chão, cuidando para que este esteja limpo, para que a criança possa se movimentar mais. Assim ele pode aprender a se virar e rolar para os dois lados sem perigo de cair.

Acidentes domésticos

O bebê não pode ser deixado sozinho em lugares de onde possa rolar e cair. É preciso cuidar também para não deixar perto dele coisas perigosas, como sacos plásticos, pois ele pode se engasgar e sufocar.



O bebê de 4 e 5 meses



Higiene

O bebê gosta cada vez mais da hora do banho. Gosta de sentir a água morninha na sua pele, de brincar batendo os pés e as mãos na água e do bem estar que a limpeza proporciona.

Cada família tem um modo de cuidar de seus filhos, mas é preciso que tenha uma rotina diária, com horários para o banho, alimentação, para o sono e também para o bebê brincar. Ele pode ficar nervoso e inseguro quando há muita alteração no seu dia a dia.



Pedro Serápio

Antes de aparecerem os primeiros dentes, as gengivas ficam inchadas e doídas. Por isso, o bebê pode ficar irritado e inquieto. É preciso continuar limpando a boca do bebê. Essa limpeza é feita com pano limpo umedecido, depois do bebê se alimentar, em especial após a última mamada da noite. As mãos do adulto devem estar bem lavadas.

O bebê de 4 e 5 meses



O nascimento dos dentes varia de criança para criança: há crianças que nascem com dente e outras que completam um ano sem dentes. Em geral, o primeiro dente nasce por volta dos seis meses de idade.

Nessa idade o bebê ainda deve estar recebendo só o leite materno. Mas se já estiver recebendo alimentos, eles não devem ter açúcar ou sal. Não se deve soprar a comida do bebê para esfriar ou dar alimentos para ele com a mesma colher que o adulto está usando para comer. Isso pode transmitir bactérias da boca do adulto para a do bebê. Quando a chupeta cai no chão, algumas pessoas tem o hábito de passar em sua boca e devolver ao bebê: isto também pode transmitir cárie ao bebê - além da sujeira, que estava na chupeta, contaminar o adulto.



Verifique se o Posto de Saúde de seu município oferece atendimento de dentista para bebês. Se isso acontecer, incentive os pais a levarem o bebê a uma consulta.

“ O Altíssimo deu aos homens a ciência para que pudessem honrá-lo por suas maravilhas. ”
Eclo 38, 6



Vacinas



Paula Pizzatto

Algumas vacinas precisam de mais de uma dose para fornecer uma proteção total contra a doença. Por isso é importante que as crianças tomem todas as doses indicadas de vacinas para ficar bem protegidas.

Líder, se algum bebê ou criança estiver com a vacinação atrasada, oriente os pais para que ela seja levada ao serviço de saúde para receber as doses que faltam.

Outras doenças prevenidas por vacinas são:

- ➔ **Difteria** (ou crupe) - é uma doença respiratória que atinge amídalas, faringe, laringe, nariz.
- ➔ **Tétano** - é uma infecção causada por bactéria que entra no organismo por meio de ferimentos ou lesões de pele e não é transmitido de um indivíduo para o outro.
- ➔ **Coqueluche** - é uma doença causada por uma bactéria que provoca tosse e pode dificultar a respiração.
- ➔ **Meningite** - é a inflamação das membranas que revestem o cérebro. Os sintomas podem ser: febre alta, dor de cabeça, pescoço rígido, vômitos, dificuldade de concentração, convulsões.

0 bebê de 4 e 5 meses



- ➔ **Infecções** - são causadas pela bactéria *Haemophilus influenzae* (tipo B), como alguns tipos de meningites, sinusite, entre outras. Atingem principalmente crianças até cinco anos e, geralmente, começam no nariz e na garganta e podem se espalhar para outras partes do corpo.
- ➔ **Rotavírus** - é uma das principais causas de diarreia grave em crianças até cinco anos de idade, que pode levar a morte.
- ➔ **Febre amarela** - é transmitida pela picada de mosquitos e causa febre, dor de cabeça, calafrios, náuseas, vômito, dores no corpo, pele e os olhos ficam amarelados.

Nas campanhas de vacinação são dadas doses extras de vacinas. Oriente as famílias a participar.

No Caderno do Líder



- ➔ Na **pergunta 18**, marque [**S**] (Sim) se a criança está com a vacinação correta para a sua idade. Na Caderneta (Cartão) de Saúde, quando a dose da vacina foi aplicada, a anotação é feita com caneta.



Celebração da Vida



Eli Pico

O **Dia da Celebração da Vida** é outra atividade importante que você, líder, realiza na Pastoral da Criança. Nesse dia, que acontece uma vez por mês, as famílias se reúnem para celebrar as gestantes e crianças que estão bem e para se ajudar quando estão em dificuldades.

O encontro nesse dia deve ser um momento de fortalecer o sentimento de família que torne possível unir as pessoas para “viverem em comum”, que é o sentido de comunidade. Nele são estreitados os laços de fraternidade entre gestantes e seus companheiros, mães, pais, familiares e é valorizada a responsabilidade de uns pelos outros. Todos se juntam na busca de mudanças na melhoria da qualidade de vida das famílias e, portanto na das crianças e gestantes.

O lugar escolhido para essa celebração deve ficar perto de onde as famílias moram e ser adequado a realidade da comunidade. É bom que os grupos não sejam muito grandes, para que as famílias possam se sentir carinhosamente acolhidas, fiquem bem acomodadas, tenham oportunidade de falar, e as crianças tenham espaço para brincar.

O dia da Celebração da Vida é um testemunho vivo de fé. Mostra a solidariedade e a participação de uma comunidade na busca de seus direitos de cidadania. Por isso, é um dia abençoado por Deus.

O bebê de 4 e 5 meses





Líder, por que reunir as famílias na comunidade?

É na família, desde a gestação, que as necessidades da criança como saúde, alimentação e afeto são satisfeitas. Depois que a criança nasce, novas necessidades vão aparecendo, como comunicação, brincadeiras, segurança, aprendizagem, conquista da autonomia. Portanto, a família precisa ter oportunidades de receber novos conhecimentos, discutir, refletir e ser valorizada para definir sua forma de criar e educar suas crianças.

As gestantes e seus companheiros, além de já começarem a conhecer sobre o desenvolvimento e situação de vida de crianças, também devem ter oportunidade para conversar, falar de suas necessidades, encontrar apoio, sentir que fazem parte das famílias acompanhadas.

Quando as pessoas das famílias estão reunidas para celebrar a vida, elas comemoram as conquistas alcançadas por suas gestantes e crianças, conversam sobre suas dificuldades, percebem que não estão sozinhas e que juntas poderão descobrir formas de enfrentar as dificuldades. Podem também saber mais sobre a rede de apoio que precisam encontrar no lugar onde moram, composta por unidades de saúde, educação, assistência, entre outras.

O bebê de 4 e 5 meses



Quando uma gestante ou criança apresenta algum problema, ela ou os familiares já podem ter tentado algumas soluções sem conseguir resolvê-lo. Sendo assim, nesse dia devem ser criadas condições para que as necessidades sentidas por gestantes, pais e familiares possam ser colocadas e conversadas da maneira que eles quiserem. Pode ser em pequenos grupos, no grupão, com os líderes participando da discussão ou só entre as famílias. São as famílias que decidem, e os líderes ajudam no que forem solicitados.

Para responder às necessidades das famílias, vocês, líderes, devem ter uma atitude de abertura a mães, pais, gestantes e familiares, que permita estabelecer um verdadeiro diálogo. Esse diálogo implica primeiro ouvir, antes de falar, para que vocês percebam o que as pessoas da família precisam ou o que as preocupa. Ao falar, vocês devem responder ao que elas colocam, sem julgar ou menosprezar o que elas dizem ou fazem, mas também expressando com delicadeza quando tiverem uma opinião contrária.



Em alguns desses dias de celebração vocês, líderes, podem conversar sobre um assunto com o grupo todo, trazer alguém para conversar sobre um tema de interesse das famílias, em outros fazer apenas uma confraternização e, uma vez a cada três meses será realizado o acompanhamento nutricional junto com a equipe de Ramo.

“Apenas os que dialogam podem construir pontes e vínculos.”
Papa Francisco

0 bebê de 4 e 5 meses



O dia da Celebração da Vida precisa ser preparado com muito amor. É bom contar com a ajuda de todos os líderes, de pessoas da família, como mães, pais, avós, gestantes e seus companheiros, para juntos organizarem esse dia promovendo:

- ➔ Acolhida carinhosa para as crianças, as gestantes e seus familiares.
- ➔ Oração inicial para celebrar a alegria desse dia de encontro que permita que as crianças participem e gostem.
- ➔ Apresentação dos novos participantes, animando-os a falarem como estão se sentindo na Pastoral da Criança.
- ➔ Lanche com uma gostosa fruta e, se quiserem, com outros alimentos regionais.
- ➔ Organização de um local onde se possa realizar brincadeiras com as crianças e colocar brinquedos, quando houver.
- ➔ Momento de atividade com os pais/responsáveis e familiares (oficina, palestras, brincadeiras, etc.).
- ➔ Oportunidade para que as famílias conversem entre si.
- ➔ Levantamento de mães e pais que podem e querem ajudar na próxima Celebração da Vida.
- ➔ Agradecimento à presença de todos.

Uma maneira de valorizar o conhecimento e a participação dos pais, gestantes e familiares é convidá-los a realizar alguma atividade da qual eles gostem, como fazer a oração inicial ou de agradecimento, trazer um tema para a conversa com os outros pais, propor uma brincadeira para as crianças, preparar alguma receita para o lanche ou trazer algumas frutas que tem no quintal de casa.

Clausen Bonifácio



É importante incentivar as famílias a participarem do Dia da Celebração da Vida, pois nesse dia gestantes, pais e familiares podem encontrar apoio, se sentir fortalecidos e ficar ainda mais empenhados nos cuidados e educação de suas crianças, desde a gravidez, para que possam construir ou manter um ambiente que favoreça a vida de todos.



Na Reunião para Reflexão e Avaliação, que acontece no início do mês seguinte, vocês, líderes, avaliam como foi a Celebração da Vida, observando se faltou alguma coisa, o que deu certo e o que pode ser melhorado na próxima celebração.

No Caderno do Líder



- ➔ Na **pergunta 7**, anote **[S]** (sim) se a criança compareceu na Celebração da Vida.
- ➔ Na **pergunta 8**, anote **[S]** (sim) se a mãe, pai ou responsável pela criança **ajudou** na Celebração da Vida (oração, preparação do lanche, brincadeiras, etc.).

Visita Domiciliar



Nessas visitas é **importante**:

- ➔ Conversar sobre amamentação/alimentação.
- ➔ Conversar sobre o desenvolvimento do bebê nessa idade.
- ➔ Entregar, ler e conversar com a mãe sobre as cartelas do Laços de Amor, conforme orientações do envelope.
- ➔ Verificar no Caderno do Líder quais as vacinas para a idade e se o bebê está com as vacinas em dia.

Responder às perguntas do Caderno do Líder.

0 bebê de 4 e 5 meses



Na próxima etapa, será a primeira vez em que vocês, líderes, vão se reunir com todas as gestantes, crianças e as famílias que estão acompanhando. Para isso, vão contar com a ajuda do capacitador que vai realizar a **Celebração da Vida** com vocês. A organização desse dia tem como base o que estudaram nesta 9ª etapa e também a criatividade de vocês em preparar esse primeiro encontro com as famílias. É possível também realizar esta etapa junto com a Celebração da Vida que ocorre todo mês na comunidade.

Quem participa:

- ➔ líderes em capacitação e, se houver, pessoas de apoio na comunidade;
- ➔ capacitador;
- ➔ gestantes, bebês de até cinco meses e seus familiares, que estão sendo acompanhados por vocês.

Atividades a serem realizadas:

- ➔ tomar como base as atividades descritas na página 174;
- ➔ envio, pelo capacitador, dos líderes para mostrar o compromisso que eles assumem com a missão da Pastoral da Criança.

Tarefa desta etapa de capacitação



- ➔ Organizar e realizar, junto com o capacitador, o Dia da Celebração da Vida para as gestantes, bebês e seus familiares que estão sendo acompanhados por vocês.

176



O bebê de 4 e 5 meses





10ª Etapa da Capacitação

Prática do Dia da Celebração da Vida

Ao final da prática é o momento em que o capacitador faz o envio dos líderes na presença das gestantes, crianças e famílias acompanhadas, celebrando o compromisso que eles assumem na busca da vida plena para todos.

Celebração de envio

Com muita alegria e invocando as bênçãos de Deus eu envio a essa comunidade (o capacitador diz o nome de cada novo líder), para que possam com humildade, respeito e compromisso continuar o que Jesus ensinou: “*Eu vim para que todos tenham vida e a tenham em abundância*” (Jo 10,10).

Peço que você, líder, reze essa oração e faça dela um apoio no seu dia a dia com as gestantes, crianças e famílias.

Oração

Senhor, Deus de ternura, como discípulos missionários, na Pastoral da Criança, assumimos a missão de evangelizar em prol das gestantes, das crianças, das famílias de nossa comunidade. Ilumina os nossos passos e orienta a nossa ação.

Dai-nos o Dom da Sabedoria e envia-nos no vosso amor, com coragem e humildade, para que possamos anunciar e viver a Palavra de Jesus: “ Eu vim para que todos tenham vida e a tenham em abundância” (Jo 10,10). Ajuda-nos, Jesus, a ser fonte geradora de vida! Amém!





IIª Etapa da Capacitação

Para Avaliar e Celebrar

- ➔ Como foi o dia da Celebração da Vida?
- ➔ O que mais emocionou você nesse dia?
- ➔ Existe alguma mensagem, oração ou citação bíblica que celebre esta etapa que vamos começar?

“Os olhos de todos em ti esperam e tu lhes forneces o alimento na hora certa.”
SI 145,15

Ver

O bebê de seis a oito meses

1. Como as famílias de sua comunidade costumam alimentar os bebês com essa idade?
2. Na sua opinião, o que um bebê dessa idade deveria comer?
3. Que doenças são mais comuns nessa idade? O que as famílias fazem quando os bebês ficam doentes?

11ª etapa



O bebê de seis a oito meses

Aleitamento materno e alimentação

Até os seis meses, o leite materno é tudo o que o bebê precisa para ficar bem alimentado. Depois dessa idade, é preciso continuar dando o leite de peito e também outros alimentos. Aos poucos o bebê aprende a experimentar novos sabores, temperaturas, formas e texturas: macios, firmes, finos ou grossos. Isso contribui para o seu desenvolvimento.

Dar ao bebê novos alimentos exige atenção, cuidado e paciência da mãe ou de quem cuida do bebê. De início, os bebês precisam de comidas mais pastosas e macias, pois ainda não sabem mastigar.

Marcello Caldin



Uma boa parte dos bebês pode recusar os alimentos. Não significa que não gostou, ele está estranhando uma coisa que não conhece. Em outro momento, poderá aceitar esse mesmo alimento que recusou. É preciso oferecer de novo, mas sem forçar o bebê a comer.

O bebê de 6 a 8 meses



Os primeiros alimentos a serem oferecidos são as frutas e as papas.

As **frutas** são importante fonte de vitaminas, podem ser oferecidas amassadas com o garfo ou raspadas com colher. Dar preferência sempre para as frutas regionais e da estação, que são mais frescas e mais baratas. Oferecer fruta é melhor do que dar sucos (sumos).

Arquivos da Pastoral da Criança



É preciso lavar bem as frutas antes de oferecê-las ao bebê.

A **papa** pode ser feita com:

- ➔ cereais: arroz, milho, aveia;
- ➔ leguminosas: feijão, ervilha, grão de bico, lentilha;
- ➔ carnes ou ovos: gado, frango, vísceras, ovo;
- ➔ raízes: mandioca, batata, inhame, cará, batata doce;
- ➔ hortaliças: couve, maxixe, taioba, cenoura e abóbora (jerimum);
- ➔ temperos: cebola, cheiro verde, salsinha e alho. Além de dar sabor, os temperos são importantes fontes de vitaminas.

O sal não deve ser adicionado às papas. O gosto pelo sabor salgado é um hábito formado. Se o bebê for alimentado com muito sal, vai ser um adulto que vai querer comer alimentos muito salgados, e no futuro, pode ter pressão alta.



Todo alimento novo, fruta ou papa, deve ser iniciado aos pouquinhos, um por vez. Deve-se começar oferecendo pequenas quantidades, uma a duas colheres de chá ao dia. Aumentar cada dia um pouco, observando a aceitação do bebê, sem pressa, até que ele fique satisfeito.

Para que fiquem macios, os alimentos da papa devem ser bem cozidos. Uma sugestão é picar os legumes em forma de palitos, do tamanho dos dedos da mão e usar pouca água para que os alimentos não percam as vitaminas e outros nutrientes, como ferro e cálcio. Na hora de servir para o bebê, a mãe não deve usar peneira, mas amassá-los bem com um garfo, nunca usar o liquidificador. Não amassar todos os alimentos juntos para que a criança possa conhecer o sabor de cada alimento. Com isso a comida fica pastosa, firme e colorida, estimulando a mastigação e os sentidos do bebê.

Pedro Serápio



Começar oferecendo a papa no almoço. A papa do jantar só deverá ser oferecida quando o bebê estiver aceitando bem a do almoço. As frutas podem ser oferecidas como lanche, tanto pela manhã como à tarde.

O bebê deve mamar, ao menos, duas vezes ao dia. O intervalo entre as refeições é diferente para cada bebê, mas em média é de duas a três horas.

O leite materno deve ser mantido até, pelo menos, os dois anos de idade, mesmo após a introdução de novos alimentos.

181

O bebê de 6 a 8 meses



Outros alimentos importantes para o bebê



O **fígado** (de gado ou galinha) precisa ser oferecido a partir dos seis meses. Ele é uma ótima fonte de ferro e vitamina A. Deve estar bem fresco, sem cheiro, com cor viva e deve ser bem cozido. O fígado de frango pode ser acrescentado à papa duas ou três vezes por semana. Já o fígado de gado pode ser servido com purê, polenta (fungi) etc. É necessário testar as formas de preparo que têm melhor aceitação pelo bebê.

O **ovo** (clara e gema) é rico em proteína e vitaminas A e D. Ele poderá ser oferecido cozido, começando com um quarto dele (meia banda), até atingir o ovo inteiro. Se não houver sinal de intolerância, como diarreia, vômito e grosseirão (alergia) na pele, pode-se oferecer até dois ovos por semana, bem amassadinhos e sempre misturados a outro alimento (mingau ou papa).

O **feijão**, após cozido e temperado levemente (cebola, alho, óleo), é amassado com o garfo. Pode ser oferecido puro ou com arroz, polenta, papas, farinhas.

A **polenta ou angu** é um prato feito com fubá (farinha de milho). Normalmente é bem aceita pelo bebê, principalmente se acompanhada de caldo de feijão ou molho de carne.

O bebê de 6 a 8 meses



Variando a oferta de alimentos

No sétimo mês o bebê já pode ganhar seu primeiro “pedaço de carne”. Deverá ser um pedaço grande, firme e preferencialmente assado. Este pedaço deve ser colocado na mão do bebê para que chupe à vontade, sob o olhar atento do responsável.

Ao completar o oitavo mês, o bebê pode começar a comer a comida da família, pois ele já vem experimentando os novos alimentos desde o sexto mês. Nessa idade, o arroz com feijão e o cozido de carne com legumes devem ainda ser amassados, porém menos do que nas primeiras papas. A mãe deve preparar a comida da família com pouco tempero, principalmente o sal.

Um prato bem variado, colorido, além de chamar mais atenção do bebê, permite que ele conheça os sabores de todos os alimentos e proporciona as diversas vitaminas e nutrientes que o bebê precisa (veja mais detalhes nas páginas 36 a 39).

Uma boa conversa com a mãe sobre a variedade de alimentos que existem na região pode ajudar na escolha de uma alimentação mais saudável. É importante cuidar para que a hora da alimentação não se transforme em chantagem e angústias. Não se deve forçar nem bater para fazer o bebê comer.

Somente uma alimentação variada possui tudo que o bebê precisa e favorece a formação de bons hábitos alimentares.

É importante falar para a mãe não servir sucos em pó ou refrigerantes para o bebê. Preferir sucos naturais e sem açúcar, como o suco de laranja. Não é necessário adoçar as bebidas dos bebês. É bom falar para a mãe não servir líquidos perto das refeições, porque o estômago do bebê é pequeno e ele não vai querer comer se estiver com o estômago cheio.

O bebê de 6 a 8 meses



É importante que o bebê coma a quantidade que deseja e que ele possa explorar o alimento com as mãos, que tente usar a colher e o copo se quiser. Na fase em que está, gosta de pegar e mexer em tudo, e isso vai ajudá-lo a aceitar melhor os novos alimentos.

No Caderno do Líder



- ➔ Para preencher a **pergunta 3**, em cada visita feita a um bebê, pergunte para a mãe ou responsável o que ele recebeu como alimento nos últimos dias. Com base nas respostas, preencher com que idade a criança começou a receber cada um dos alimentos listados nessa pergunta.
- ➔ Para responder à **pergunta 4**, basta verificar na pergunta 3 se o bebê recebeu algum alimento ou líquido antes de completar seis meses. Caso o bebê tenha recebido apenas leite de peito, coloque [x] no sim. Essa pergunta será respondida apenas no mês em que o bebê completar seis meses.

Líder, lembrar que o ideal é que o bebê não receba água, chás, sucos (sumos) e outros alimentos antes dos seis meses.

“Quem é o servo fiel e prudente, que o Senhor encarregou do pessoal da casa, para lhes dar alimento na hora certa? Feliz aquele servo que o Senhor, ao chegar, encontrar agindo assim.”
Mt 24, 45-46



Anemia na infância



Bebês saudáveis, que só recebem leite de peito até o sexto mês de vida, não necessitam de qualquer forma de suplementação de ferro até a introdução de outros alimentos.

A anemia por falta de ferro ocorre com frequência após os seis meses de idade porque nessa faixa etária as crianças precisam de mais ferro para o seu crescimento adequado, mas o consumo de alimentos ainda é pequeno para suprir essa necessidade.

Os bebês que nasceram prematuros ou com baixo peso precisam de maior atenção, pois têm menos reserva de ferro.



0 bebê de 6 a 8 meses



A carência de ferro é mais comum nos bebês em aleitamento artificial, mas também pode acontecer naqueles que recebem leite materno.

M. F. Hill

Quando o aleitamento da criança se faz com o leite de vaca natural, o risco da deficiência em ferro é maior, porque nesse tipo de leite a quantidade de ferro também é baixa e o aproveitamento pelo corpo é ruim.



A anemia diminui a resistência do corpo, deixando o bebê mais exposto a infecções, por isso é importante iniciar a introdução de novos alimentos de forma adequada, além de usar a suplementação de ferro.

Líder, você encontra outras informações sobre uma alimentação saudável nas páginas 35 a 39 deste Guia.

Informações para o Brasil. Veja no Caderno do Líder as informações específicas de seu país.

O Ministério da Saúde do Brasil recomenda que todos os bebês com mais de seis meses recebam suplementação de ferro, diariamente, até completar dois anos de idade. Também recomenda suplementação de Vitamina A para as crianças acima de seis meses do Nordeste e de alguns municípios do Norte e Sudeste. Esses suplementos são gratuitos e podem ser encontrados em todas as Unidades Básicas de Saúde.



“ Pois eles também rogarão ao Senhor para que os dirija no diagnóstico certo e faça a cura. Peca na presença daquele que o criou quem não se submete ao tratamento do médico.

Eclo 38, 14-15 ”

O bebê de 6 a 8 meses



Obesidade infantil

A obesidade infantil é o excesso de gordura no corpo da criança, o qual pode trazer consequências graves para sua saúde, como problema nos ossos, colesterol alto (gordura no sangue), diabetes, pressão alta e problemas no coração. A criança pode também vir a ter problemas psicológicos, pois muitas vezes ela é rejeitada pelos amiguinhos da escola.

A obesidade pode ser causada pelo consumo de uma alimentação muito calórica (com muita gordura e açúcar), falta de atividade física ou algum problema de saúde. Além disso, problemas que acontecem nos primeiros mil dias de vida da criança também podem ter influência nas causas da obesidade infantil, como a desnutrição materna, uso de cigarro na gestação e falta de aleitamento materno. Leia mais sobre os primeiros mil dias de vida nas páginas 30 e 31.

É importante levar a criança na Unidade Básica de Saúde para a consulta com o médico.

Para prevenir e combater a obesidade infantil, oriente a família a evitar alimentos como biscoitos recheados, sorvetes, pudins, balas (bombons, rebuçadas), chicletes (pastilhas), doces, frituras, salgadinhos de pacote, refrigerantes, sucos em pó ou de caixinha e leites com achocolatados ou farinhas. Também é importante criar oportunidades para as crianças brincarem e se movimentarem em espaços adequados e com outras crianças. Crianças precisam se exercitar para gastar energia.

Alimentos industrializados não devem ser oferecidos para a criança até os dois anos de idade.



Após os dois anos de idade os alimentos industrializados não devem ser proibidos, porque pode aumentar ainda mais a curiosidade da criança, mas também não podem ser dados todos os dias. Oriente os pais ou responsáveis para deixar esses alimentos para o fim de semana ou dias de festa e colocar limites quanto ao horário e quantidade.

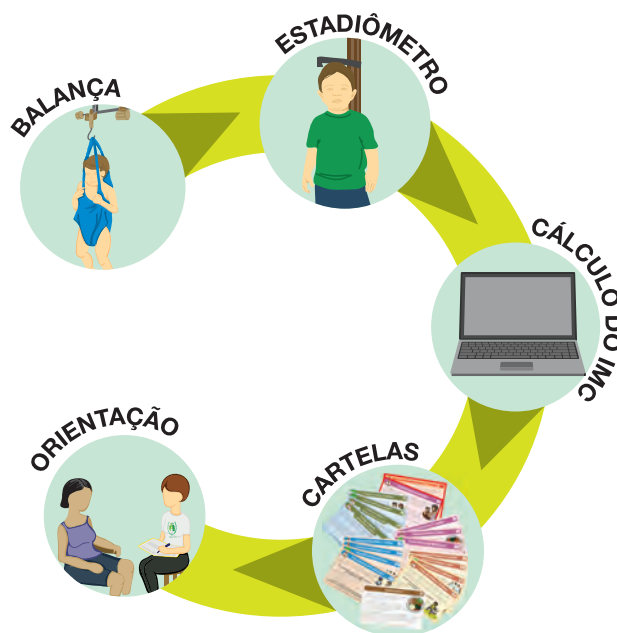
O bebê de 6 a 8 meses



Acompanhamento Nutricional

O **Acompanhamento Nutricional** é uma ação com o objetivo de avaliar o estado nutricional das crianças, a cada três meses, no dia da Celebração da Vida.

A equipe de ramo é responsável por avaliar o estado nutricional e os líderes da comunidade orientam e acompanham a mãe, conforme a situação de cada criança.



Esta equipe de Ramo é capacitada para:

- ➔ pesar as crianças, usando balança aprovada pelo INMETRO, devidamente regulada, e retirando o máximo possível de roupa dos bebês e crianças de forma que o peso apontado pela balança seja o peso real da criança ou bebê.
- ➔ medir a altura das crianças, usando um aparelho chamado estadiômetro, cuidando para medir as crianças deitadas até os dois anos de idade e em pé após os dois anos.
- ➔ informatizar os dados. Para isto, a equipe conta com o voluntário da informática. O programa do computador fará os cálculos e mostrará o estado nutricional da criança e a cartela de orientação que deve ser entregue para a mãe ou responsável pela criança.

Os líderes da equipe de ramo são treinados e ficam responsáveis por pesar e medir as crianças.

A função dos líderes da comunidade neste momento está ligada ao preenchimento dos cartões de medidas e orientação para as famílias das crianças que acompanham, utilizando as cartelas de orientação nutricional como veremos a seguir.

O bebê de 6 a 8 meses



Cartão de medidas

Cada criança terá um cartão de medidas, no qual são anotados os dados de cadastro, peso e altura (comprimento) ao nascer, a data e as medidas realizadas. Esse cartão deve permanecer na comunidade.

Após serem anotados o peso e a altura, o líder da comunidade leva o cartão de medidas até o voluntário da informática para digitação dos dados.

O cartão deve ser preenchido com letra de forma, legível, para facilitar o entendimento. Veja os detalhes do preenchimento ao lado.

O computador indica o código da cartela com o estado nutricional da criança e as páginas do Guia do Líder. Essas duas informações devem ser anotadas no cartão de medidas pelo voluntário da informática.



Acompanhamento Nutricional

Cartão de medidas da comunidade:
Santa Terezinha

NOV / 2015

Nome: MARIA JOAQUINA DE JESUS OLIVEIRA
ANTUNES

Sexo: Masculino Feminino

Data de nascimento: 09 de NOVEMBRO de 2013

Número do Cartão do SUS: 898 0000 0004 3208

Mãe: FERNANDA MARA DE OLIVEIRA

Pai: RAFAEL MACHADO ANTUNES

E-mail: FERNOLI@HOTMAIL.COM

Líder: FRANCISCA

Data	Peso (kg)	Altura(cm)		Cartela	Página(s) do Guia do Líder
		cm	medida*		
Ao nascer	3,0	47	<input checked="" type="checkbox"/> deitado <input type="checkbox"/> em pé	--	101 e 102
09/08/2014	7,500	68,5	<input checked="" type="checkbox"/> deitado <input type="checkbox"/> em pé	GE+ P5	202
10/11/2014	8,100	71,0	<input checked="" type="checkbox"/> deitado <input type="checkbox"/> em pé	P6	233
09/02/2015	9,300	74,1	<input checked="" type="checkbox"/> deitado <input type="checkbox"/> em pé	P8	233
			<input type="checkbox"/> deitado <input type="checkbox"/> em pé		
			<input type="checkbox"/> deitado <input type="checkbox"/> em pé		
			<input type="checkbox"/> deitado <input type="checkbox"/> em pé		
			<input type="checkbox"/> deitado <input type="checkbox"/> em pé		
			<input type="checkbox"/> deitado <input type="checkbox"/> em pé		

* Até 2 anos, mede-se deitado. Após completar 2 anos, mede-se em pé.

0 bebê de 6 a 8 meses



Cartelas de orientação

Existem cartelas de orientação para cada situação com seus respectivos códigos:

- D = criança desnutrida
- P = criança no padrão
- S = criança com sobrepeso
- O = criança com obesidade



Na primeira participação do Acompanhamento Nutricional são entregues aos pais duas cartelas: a cartela GE, que traz orientações gerais sobre alimentação, e a cartela com o resultado do dia, que é a cartela de 1ª medida. A partir da segunda medição, será entregue aos pais somente a cartela correspondente à evolução da criança, ou seja, se ela emagreceu, engordou ou permaneceu estável (veja o exemplo no cartão de medidas).

O resultado do Acompanhamento Nutricional deve ser entregue na hora para os pais ou responsáveis pela criança. Assim, eles voltam para casa sabendo quais orientações devem seguir para melhorar o estado nutricional do seu filho ou filha.

Com a cartela em mãos, o líder deve ler as informações com os pais de cada criança acompanhada por ele, e esclarecer as dúvidas que tiverem. Cada líder deve dar esta orientação de forma individual e não para várias famílias ao mesmo tempo.

Líder, atente para as cartelas com o sinal de exclamação ⚠. São situações que merecem mais tempo e atenção na hora de conversar e orientar os pais.

Quando uma criança está desnutrida e não aumenta ou perde peso, é um sinal de alerta. Nessas situações, é preciso verificar o que está acontecendo com a criança. Pode ser que ela esteja se alimentando menos, esteja doente, ou ainda possa estar recebendo pouca atenção e carinho.



O mesmo deve ser feito quando a criança está com sobrepeso ou obesidade e continua aumentando de peso. É preciso alertar a família de que uma criança acima do peso não é sinal de saúde, pelo contrário, ela poderá desenvolver algumas doenças como diabetes, pressão alta, dificuldades motoras e ter, até mesmo, problemas psicológicos. Em algumas situações essas crianças podem ser deixadas de lado na escola ou na rua na hora de brincar, e isso pode gerar sofrimento para elas.

Antes de entregar as cartelas de Desnutrição Grave e Obesidade, procure olhar para a criança em questão. Em caso de dúvida, confira os dados no cartão de medidas e, se a dúvida persistir, peça para refazerem as medidas para garantir um resultado correto.



No verso das cartelas existem espaços onde são anotados a data, o peso e altura e as páginas do Guia do Líder para acompanhamento da evolução da criança.

Depois da Celebração da Vida o acompanhamento continua nas visitas domiciliares, todos os meses, em que o líder, com o Guia do Líder em mãos, vai conversar com a família e falar um pouco mais sobre a alimentação adequada para a idade da criança. Tudo isso para prevenir e garantir que a criança melhore sua saúde, principalmente a que se encontra em situação de risco nutricional: desnutrição ou obesidade.

Marcello Caldin



Como o bebê pode aprender e se desenvolver



Os cuidados, o amor e a atenção da mãe e do pai fazem com que o bebê possa conhecê-los bem e sentir-se seguro com eles. Com a ajuda dos pais, ele pode aprender a confiar e a se relacionar com outras pessoas de sua família e com amigos próximos. Com as pessoas que não estão sempre com ele é preciso ir devagar, respeitando o bebê quando ele estranhar essas pessoas. Se o bebê estranha, ele está demonstrando que sabe reconhecer em quem ele pode confiar.

O bebê gosta de brincar de achar o rosto das pessoas ou qualquer coisa que seja escondida bem à sua frente. Com isso ele aprende que as pessoas e as coisas existem, mesmo que ele não esteja vendo. Assim ele aprende a conviver com a ausência da mãe, do pai e de outras pessoas importantes para ele.

O bebê de 6 a 8 meses





As pessoas da família incentivam o bebê a brincar com objetos?

O bebê continua gostando de ter alguém sempre por perto. Para se criar o interesse do bebê pelos objetos, ele precisa da ajuda das pessoas. Essa ajuda consiste na pessoa também demonstrar interesse pelos objetos que oferece ao bebê. Brincando com eles o bebê solicita menos a presença dos adultos e também aprende outras coisas.

Assim, o bebê fica cada vez mais curioso, começa a se movimentar e pegar tudo o que está perto dele. Ele usa suas mãos cada vez melhor — aprende a pegar coisas pequenas entre os dedos polegar e indicador. Ele pega, morde, amassa, rasga, joga, bate as coisas, experimentando e aprendendo como elas são.

Sempre que o bebê quiser pegar coisas que pertençam ao adulto e que sejam perigosas, ou quiser fazer o que não pode, os pais devem distraí-lo ou levá-lo para outro lugar. O bebê ainda não entende muitas explicações e está começando a entender o que significa a palavra não. Se ele teimar, deve ser segurado com firmeza e ser distraído. Não se deve bater no bebê nem mesmo para proteger do perigo.

O bebê de 6 a 8 meses





J. R. Ripper

O bebê pega os objetos e brinca com eles batendo, jogando, rasgando?

Brincando com os objetos, o bebê aprende que quando faz uma coisa acontece outra. Por exemplo: bate com a colher na panela e faz barulho; aperta o botão do rádio e ele toca. Como ele já sabe pegar e largar, gosta de brincar pegando as coisas e jogando no chão para ver como elas caem. Assim, aprende que um objeto cai mais rápido, outro mais devagar; uns fazem barulho, outros não. Às vezes, é preciso paciência para devolver ao bebê o que ele joga.

Acidentes domésticos

A família precisa guardar em local seguro botões, pregos, alfinetes e sementes, porque a partir dessa idade o bebê já consegue pegar coisas pequenas e colocá-las na boca, nariz e ouvido. Bebê com cheiro ruim ou secreção no nariz ou ouvido pode ter colocado alguma coisa neles. É preciso levar ao serviço de saúde, pois tentar tirar em casa piora a situação.

ATENÇÃO

194

O bebê de 6 a 8 meses





M. F. Hill

As pessoas da família se comunicam com o bebê de diversas maneiras, usando sons, gestos e palavras?

O bebê começa a entender o que falam para ele todo dia, por exemplo: “Vem cá”, “Dá adeus”. Primeiro ele entende o que as pessoas falam, depois aprende a falar.

Ele presta atenção nas conversas das pessoas e tenta imitar o que elas falam. É bom que as pessoas falem com o bebê e façam sons como: “ma ma”, “pa pa” e esperem que ele repita. A família pode fazer também várias brincadeiras de sons com o bebê, como: imitar ruídos dos animais, de carro, de avião. Brincando com o bebê de bater palminhas, dar adeus, fazer caretas, por exemplo, os pais estão ensinando a ele outras maneiras de se comunicar.

Quando as pessoas usam várias formas de comunicação, permitem que o bebê forme vínculos e também se comunique com elas, mesmo que ele apresente algum problema sensorial, por exemplo, na audição.

O bebê de 6 a 8 meses



O bebê precisa ficar no chão para tentar se movimentar por conta própria.

Ele procura alcançar tudo o que colocam perto dele: uns bebês vão rolar, outros se arrastar ou engatinhar para alcançar as coisas. Os pais têm de se preocupar em tornar seguro os locais onde o bebê fica, porque ele ainda não aprendeu que não pode mexer em certas coisas ou ir a certos lugares.

J. R. Ripper



Acidentes domésticos

Tomadas elétricas, escadas e fios de ferro são perigosos porque o bebê pode alcançá-los. É preciso também guardar produtos de limpeza e remédios bem fechados e em local que o bebê não possa alcançar. Se ele tomar produto de limpeza ou remédio, é preciso que seja levado, com urgência, ao serviço de saúde.

ATENÇÃO

Nessa idade, além de uma boa noite de sono, os bebês ainda necessitam dormir de dia. Os pais precisam descobrir como seu bebê gosta de ser acalmado para pegar no sono e procurar fazer isso sempre do mesmo modo. Isso porque a repetição é uma das maneiras do bebê aprender, e a rotina também ajuda a dar segurança a ele.

196

“De manhã faz-me sentir tua bondade,
pois em ti confio. Indica-me a estrada
que devo seguir porque a ti elevo minha alma.”

Sl 143,8

O bebê de 6 a 8 meses



Educação infantil - Creche



A creche deve compartilhar e complementar a educação e os cuidados que a criança recebe na família, oferecendo também um ambiente favorável ao desenvolvimento da criança. Assim, as atividades da creche devem envolver aspectos de saúde — alimentação, higiene, repouso — e outras atividades como histórias e artes plásticas. Além disso, precisa oferecer muitas oportunidades para brincar, pois a brincadeira é uma necessidade da criança. Na creche, a criança convive com outras crianças e adultos, participando de experiências variadas, aumentando suas oportunidades de aprendizagem e de autonomia.

Informações para o Brasil. Veja no Caderno do Líder as informações específicas de seu país.

Como está definido na Lei de Diretrizes e Bases da Educação (LDB), a Educação Infantil, primeira etapa da educação básica, será oferecida em creches para crianças de até três anos de idade e em pré-escolas para crianças de quatro e cinco anos. É dever do Estado garantir a oferta de Educação Infantil pública, gratuita e de qualidade, sem requisito de seleção.



197

0 bebê de 6 a 8 meses





Você, líder, pode orientar que os pais observem se a creche possui:

- ➔ ambiente com segurança, boa ventilação, limpo, com espaço para as crianças se movimentarem de diversas maneiras;
- ➔ materiais limpos, seguros e variados;
- ➔ profissionais preparados;
- ➔ atividades que promovam a saúde e a aprendizagem das crianças com muito tempo e oportunidades para que elas brinquem livremente;
- ➔ acesso a espaços, materiais, objetos, brinquedos, informações e condições para o atendimento a crianças com diferença no funcionamento do organismo;
- ➔ uma alimentação saudável para as crianças, oferecendo alimentos variados como grãos, carnes, ovos, verduras, legumes e frutas.

Informações para o Brasil. Veja no Caderno do Líder as informações específicas de seu país.

A creche é um direito da criança e da família, pois é a primeira etapa da educação básica. No Estatuto da Criança está assegurado o atendimento em creche e pré-escola às crianças. O prefeito tem o dever de garantir creches para as crianças de seu município.



Higiene

Teotônio Roque

Os líderes devem orientar os pais a fazerem sempre a higiene da boca do bebê, principalmente com a introdução de novos alimentos. Não é necessário adoçar a alimentação dos bebês. O açúcar é uma das principais causas de cárie dentária. Assim, quanto mais tarde a criança o receber, menos chance terá de ter cáries.

Se houver higiene no preparo da alimentação, evitamos doenças como a diarreia. Assim, é preciso lavar sempre as mãos antes de preparar os alimentos, ter cuidado na hora de guardá-los, evitar o contato com moscas e oferecer sempre água tratada, filtrada e fervida para o bebê.



Como o bebê precisa ir para o chão para se movimentar, ele agora se suja mais. Por isso, o banho diário tem grande importância. Também é um bom momento para conversar com o bebê e tocá-lo com carinho. Assim, além de limpar, o banho acalma o bebê.

Acidentes domésticos

O bebê não pode ficar sozinho no banho, mesmo que seja por um minuto. O risco de quedas e afogamento é grande!



O bebê de 6 a 8 meses



Diarreia e desidratação

A diarreia é o aumento no número de vezes que a criança faz cocô, o qual fica mais líquido do que ela está acostumada a fazer. A diarreia pode ser acompanhada de vômitos. Tanto a diarreia como os vômitos são maneiras que o nosso organismo usa para jogar fora algo que faz mal, como venenos e alimentos estragados ou contaminados. Por isso, não se deve dar remédios para cortar a diarreia.

Remédio só deve ser dado com receita médica. Remédio para diarreia, em geral, só é receitado quando as fezes da criança têm sangue, catarro ou muco.

A diarreia é uma doença que pode ser causada por micróbios que contaminam a água, alimentos, vasilhas, as mãos das pessoas e as coisas que elas usam para preparar os alimentos. Moscas, baratas, ratos, entre outros bichos, trazem os micróbios do lixo para dentro de casa.

A diarreia se espalha mais facilmente em locais onde o saneamento básico é ineficiente: não se encontra água limpa, o lixo fica em local inadequado ou falta fossa e latrina (vaso sanitário). Quando o bebê passa a receber outros alimentos, a levar objetos à boca e a se movimentar no chão tem mais chances de ter diarreia.

Reinaldo Okita



Quando o bebê tem diarreia é normal que seu apetite diminua. Contudo, deve-se continuar oferecendo a alimentação normal. Os temperos e o azeite devem ser mantidos. A papa de arroz é um bom alimento para crianças com diarreia.

Ao vomitar ou ter diarreia, o bebê perde líquido e sais minerais do seu corpo, podendo ficar desidratado. Para prevenir a **desidratação** é preciso repor o que foi perdido. Isso é feito oferecendo mais líquidos e também soro caseiro ou de pacote, várias vezes ao dia e sempre em pequena quantidade. O soro deve ser oferecido logo depois do primeiro cocô líquido.

ESTA RECEITA VALE UMA VIDA

Sal Açúcar

Dê líquidos e soro caseiro logo que a diarreia começar

1 copo cheio (200 ml) de água limpa

1 medida rasa de sal

2 medidas rasas de açúcar

Se o bebê vomita o soro logo após ter tomado, não está repondo o que perdeu. Assim, é preciso que seja levado ao hospital o mais rápido possível.



Bebês que não mamam no peito têm mais diarreias graves e morrem mais facilmente por desidratação e pneumonia. A família precisa ter mais cuidado com o bebê que não está mamando no peito.

0 bebê de 6 a 8 meses



Soro caseiro

O soro caseiro é feito com água, sal e açúcar. Para evitar erros nas quantidades, a Pastoral da Criança utiliza uma colher-medida para preparar o soro caseiro. Ele deve ser oferecido para prevenir a desidratação ou nos sintomas iniciais dela. O soro caseiro não corta a diarreia, apenas repõe o líquido perdido nas fezes e vômitos.

Para preparar o soro caseiro é preciso:

- ➔ um copo com 200 ml de água;
- ➔ uma colher medida;
- ➔ sal e açúcar.



Após lavar bem as mãos, encher um copo com água limpa, fervida ou filtrada (200 ml). Com a colher medida, colocar nesse copo uma medida pequena e rasa de sal e duas medidas grandes e rasas de açúcar, mexendo bem até dissolver o sal e o açúcar.

Além de ensinar os pais a fazer o soro caseiro, é preciso orientá-los também a oferecer o soro sempre e em pequena quantidade para a criança com diarreia, observando sinais de melhora.

O soro deve ser oferecido com colher ou no copo, e a quantidade feita deve ser tomada dentro de 24 horas. Se for necessário tomar soro por mais dias, deve ser preparada uma nova receita a cada dia.

Algumas crianças não querem tomar o soro. É preciso explicar à mãe para insistir sem forçar. Ela pode conversar com a criança, dizendo que o soro lhe fará bem e que assim vai ficar boa logo e que, como gosta muito dela, não quer vê-la doente.

Além de tomar o soro, a criança deve continuar comendo sua alimentação normal. Quando a criança continua comendo, ela sara mais rápido da diarreia, não perde peso e tem menos complicações.

O bebê de 6 a 8 meses



No Caderno do Líder



- ➔ Na **pergunta 11** (a criança teve diarreia nas duas últimas semanas?), marque **[S]** (Sim) se a criança teve diarreia.
- ➔ Na **pergunta 12** (durante essa diarreia, que aconteceu nas duas últimas semanas, a criança tomou soro e a mãe insistiu com a alimentação?), marque **[S]** (Sim) somente se a criança teve **diarreia**, tomou **soro** e a mãe insistiu com a **alimentação**, mesmo que a criança não tenha comido. Pode ser tanto o soro caseiro como o soro do Serviço de Saúde.

Visita Domiciliar



Nessas visitas é **importante**:

- ➔ Conversar sobre amamentação/alimentação.
- ➔ Conversar sobre a importância de se prevenir a desidratação por meio do soro caseiro, quando a criança tem diarreia.
- ➔ Conversar sobre os Sinais de Perigo, lembrando a cartela do Laços de Amor sobre os Sinais de Perigo “Criança de dois meses a cinco anos”, que já foi entregue para a família.
- ➔ Verificar no Caderno do Líder quais as vacinas para a idade e se o bebê está com as vacinas em dia.

Responder às perguntas do Caderno do Líder.

Tarefa desta etapa de capacitação



- ➔ Visite as famílias acompanhadas, entregue a colher medida e ensine as gestantes, mães, pais e familiares a prepararem o soro caseiro.

0 bebê de 6 a 8 meses





12ª Etapa da Capacitação

Para Avaliar e Celebrar

- ➔ Como foram as visitas às famílias com bebês?
- ➔ Houve alguma explicação do Guia do Líder que não foi aceita pelas mães? Qual?
- ➔ O que mais você gostaria de aprender ou conversar sobre a situação dos bebês na sua comunidade?
- ➔ Você se lembra de alguma texto bíblico, oração ou mensagem que possa iluminar esse momento?

Ver

O bebê de nove a onze meses

1. As mães continuam a dar leite materno para os bebês, mesmo depois da introdução de outros alimentos?
2. Como as famílias lidam com a necessidade de movimentação do bebê nessa fase?

12ª etapa



O bebê de nove a onze meses

Aleitamento materno e alimentação

Nessa idade, além do leite do peito, o bebê precisa de mais quatro refeições ao dia: almoço, jantar e dois lanchinhos com frutas. Se não estiver mais mamando no peito, precisa de seis refeições ao dia. Sua comida deve ter alimentos ricos em ferro, vitamina A e cálcio. O corpo do bebê aproveita mais a vitamina A quando é colocado um pouco de óleo vegetal ou azeite em sua comida.

A carne de peixe é um alimento muito nutritivo. O peixe fresco sempre é a melhor opção. Deve ter a carne firme, elástica, escamas aderentes, pele brilhante, guelras de um vermelho vivo, olhos brilhantes e não ter cheiro de amoníaco.

O bebê gosta de tentar comer sozinho. É bom colocar um pouco de comida num pratinho e deixar que ele vá experimentando usar a colher. Ao mesmo tempo, o adulto dá a ele a maior parte de comida de outro prato. É bom que o bebê tenha seu próprio prato e coma no momento da refeição de todos. Assim, sabe-se quanto o bebê comeu e ele aprenderá que as refeições são momentos de confraternização e que ele faz parte da família.



O bebê de 9 a 11 meses



Como o bebê pode aprender e se desenvolver

O bebê ainda depende muito da mãe ou de quem cuida dele. Continua gostando de ficar sempre junto dos pais. Como não pode ficar o tempo todo com eles, gosta muito de brincar com coisas que os pais usam: pentes, escovas, panelas, rádio.

Brincando com caixas, vasilhas, tigelas, panelas, escovas, bacias, colheres e brinquedos, o bebê descobre duas coisas importantes:

- ➔ Para que servem os objetos: o copo para beber, a panela para cozinhar, o pente para pentear, a bola para jogar.
- ➔ Como os objetos são: duros ou moles, grandes ou pequenos, ásperos ou lisos, leves ou pesados.



O bebê aprende também quando os pais e as pessoas da família falam para ele como são e para que servem os objetos.



O bebê de 9 a 11 meses





J. R. Ripper

O bebê usa gestos para se comunicar: aponta, bate palminhas, dá adeus?

Quando a família dá atenção e procura entender o que o bebê quer comunicar, ele aprende a usar gestos para dizer e pedir o que quer. Quando ele aponta pedindo alguma coisa, é bom que os pais falem o nome do que foi apontado, pois assim ele pode aprender o nome das coisas que vê.

Ele entende, cada vez mais, o que as pessoas dizem a ele. Ainda que os pais possam distrair o bebê para ele não fazer o que é proibido, ele vai tentar fazer novamente. Quando os pais falam “não”, o bebê pode até parar o que está fazendo, mesmo que logo depois ele faça, de novo, a mesma coisa. Ao agir assim, o bebê mostra que está começando a saber o que é proibido e a ter noção de limites.

Em cada família os pais têm sua maneira de lidar com o começo da desobediência do bebê. O melhor sempre é manter e repetir as proibições que fazem, sem usar de violência, como dar palmadas e sacudir. Limites têm que ser dados, mas com firmeza e atitudes de amor.

O bebê de 9 a 11 meses





J. R. Ripper

As pessoas da família dizem o nome dos objetos e falam sobre as atividades que fazem com o bebê?

O bebê tenta imitar o que ouve a família falar e já pode repetir algumas palavras do seu jeito. Fala “dá” quando quer alguma coisa; chama a mãe e o pai — “mamã, papá”. Mas também pode começar a falar só mais tarde. O importante é que as pessoas falem com ele sobre as coisas do dia-a-dia, para que, no seu tempo, ele comece a usar a fala como principal instrumento para dizer o que quer e o que sente.

Quando uma pessoa pergunta ao bebê por alguém que saiu, por exemplo: “Onde está o papai?”, e ele olha, procurando, isso mostra que ele já não precisa estar vendo o pai para saber que ele existe. Mostra que já guarda algumas coisas na sua memória.





J. R. Ripper

As pessoas da família arranjam espaço para o bebê aprender a se movimentar por conta própria?

Nessa fase o bebê não para quieto, pois está aprendendo a se levantar e se movimentar por conta própria, principalmente em pé. Por isso, precisa de um espaço seguro que lhe permita tentar se movimentar de várias maneiras. Se tiver qualquer pessoa, uma mesa ou uma cadeira, por exemplo, em que possa se agarrar, ele vai tentar ficar em pé. Mas poderá cair várias vezes, pois ainda não tem equilíbrio. Na maioria das vezes, ele não se machuca ao cair.

Para o bebê se movimentar com segurança, é bom que os pais organizem um espaço na casa. Melhor do que proibir o bebê de se movimentar é arrumar um jeito de ele fazer isso. Tirar do alcance dele os objetos que não pode pegar, bloquear o acesso à cozinha ou a outro local perigoso com uma tábua ou cadeira são alguns exemplos.

O bebê de 9 a 11 meses





J. R. Ripper

O bebê anda com apoio?

Para o bebê aprender a andar também é importante contar com a ajuda das pessoas. Ele gosta quando seus pais e irmãos o ajudam e animam a andar, pois aprecia a atenção deles. Como tudo que aprende, primeiro ele vai andar com ajuda para depois andar sozinho.

O bebê também já demonstra sentimentos. Fica com ciúme se a mãe pega outra criança no colo. Fica triste quando brigam com ele. Fica alegre quando os pais mostram que gostam do que ele faz. Gosta muito de brincar com os irmãos e com outras crianças, mas não gosta de emprestar ou dividir brinquedos.

Tomar sol, brincar fora de casa e respirar ar puro ajudam o bebê a comer e dormir melhor. Ele também aprende mais, pois vê outras crianças, pessoas e coisas diferentes. Quando sair com os pais de bicicleta, ônibus, carroça ou carro, o bebê deve estar bem seguro, para evitar que sofra acidentes.

“ Tu me deste teu escudo salvador, tua mão direita é meu apoio, multiplicas sobre mim tua bondade. ”
Sl 18,36

O bebê de 9 a 11 meses



Acidentes domésticos

O bebê tenta se movimentar pela casa toda, e a cozinha é o lugar que mais chama a sua atenção. Lá é onde a mãe ou quem cuida dele passa muito tempo, e ele encontra coisas interessantes para brincar. Por isso, é na cozinha que com frequência acontecem os acidentes com a criança.

A família deve cuidar para que cabos de panelas fiquem virados para dentro do fogão. É preciso muito cuidado com o forno quente, para o bebê não encostar nele e se queimar.



Se o bebê se queimar, os pais devem fazer compressas com água fria no local da queimadura para diminuir a dor. Não passar nada em cima da queimadura sem receita médica e nem furar as bolhas, para não infeccionarem.

É preciso tirar de perto do bebê coisas que ele possa pegar e se cortar, como vidro, tesoura, facas.

São também perigosas coisas que ele pode colocar na boca e se envenenar, como: remédios, querosene (gasolina), água sanitária, soda cáustica. Por isso os produtos de limpeza não devem ser guardados em garrafas de refrigerante. Se o bebê tomar remédio ou produto de limpeza, deve ser levado imediatamente ao serviço de saúde.



Indicadores de Oportunidades e Conquistas



Eli Pio

Os Indicadores de Oportunidades e Conquistas servem para valorizar e estimular atitudes na família e na comunidade que promovam o desenvolvimento da criança. Por meio deles, você, líder, deve conversar e pensar junto com os pais quais situações da rotina da família podem ser oportunidades que a criança precisa e o que favorecem o seu desenvolvimento.

Esses indicadores foram criados para estimular e acompanhar como a criança está se desenvolvendo. São uma forma de começar e manter um diálogo com a família e não devem ser usados como um interrogatório.

O primeiro Indicador de Oportunidade e Conquistas apareceu na página 113. Estes indicadores se encontram numa foto com moldura que tem uma pergunta embaixo. Estão organizados em oito faixas de idade, que se iniciam no primeiro mês de vida do bebê e vão até a criança completar seis anos. Em cada faixa de idade, são colocados quatro indicadores. Eles estão listados também na contracapa detrás do Caderno do Líder.

212



0 bebê de 9 a 11 meses



No Caderno do Líder está colocada a pergunta:

13. Quais indicadores de oportunidades e conquistas foram alcançados neste mês?

A pergunta 13 é respondida com auxílio dos indicadores que estão colocados na contracapa do Caderno do Líder e também com este Guia. De acordo com a idade da criança, observe e converse sobre os indicadores com a mãe ou com quem cuida dela. Os indicadores são apresentados sob a forma de perguntas para focar no que o indicador pretende apontar e não para serem usados como interrogatório.

Em cada um dos quadradinhos da pergunta 13, anote:

- **[S]** (sim) se o indicador foi alcançado;
- **[N]** (não) se o indicador não foi alcançado;
- **[?]** (interrogação) se teve dúvida ou não conseguiu observar o indicador.

Se houver diferença entre a sua observação e o que a mãe ou quem cuida da criança relata durante a conversa, anote **[?]** (interrogação).

Na resposta aos Indicadores de Oportunidades e Conquistas é preciso considerar que cada família tem seu modo de cuidar e educar suas crianças e cada criança tem seu jeito e seu tempo para se desenvolver.



O bebê de 9 a 11 meses



Quando a resposta a um indicador é **[N]** (não), sempre é preciso pesquisar, ou seja, observar com atenção.

A resposta pode indicar, por exemplo, que é necessário **criar as oportunidades** que estão descritas nos indicadores e ainda não fazem parte da rotina da família. Por exemplo, no caso de um bebê que está com seis meses e não foi alcançado o indicador “As pessoas da família incentivam o bebê a brincar com os objetos?”. Você, líder, conversando com os pais, pode pesquisar para saber o que está acontecendo e assim pensar em como ajudá-los. A família tem como oferecer objetos para o bebê brincar? A família sabe que é importante oferecer objetos ao bebê?



Quando as oportunidades estão presentes, a maioria das crianças alcança as conquistas apontadas nos indicadores ao final de cada faixa de idade.

A resposta **[N]** (não) a um indicador que se refira à oportunidade e conquista, ao mesmo tempo, pode significar ou que a criança não teve oportunidade ou que ainda está conquistando a habilidade. Esse é o caso, por exemplo, do indicador “Quando alguém coloca o bebê sentado com apoio, ele consegue ficar nessa posição?”.



Outra situação é quando a criança tem uma maneira diferente de manifestar suas conquistas, devido, por exemplo, a ter uma diferença no funcionamento de seu corpo — como seria o caso de uma criança surda. Nesse caso, a resposta aos indicadores relacionados diretamente à audição seria o **[N]** (não). Uma explicação para esses casos será vista nas páginas 260 a 264.

É preciso muita atenção quando algum indicador não for alcançado até o final da faixa de idade; ou seja, continuar a ter a resposta **[N]** (não). Nesse caso, é preciso continuar a observar a criança e a orientar os pais nos meses seguintes, pois algo na situação de vida da criança precisa de uma atenção maior. É importante também que você, líder, veja com o coordenador de ramo o que mais pode ser feito.

O objetivo dos indicadores é indicar ao líder quando a família precisa mais de ajuda.

O bebê de 9 a 11 meses



Análise da situação da criança segundo os Indicadores de Oportunidades e Conquistas

Veremos agora como responder às perguntas 14 e 15 do Caderno do Líder, que completam o registro dos Indicadores de Oportunidades e Conquistas. Isso é feito olhando as respostas colocadas na pergunta 13. Não é necessário responder a essas duas perguntas no momento da visita. Escolha um momento mais tranquilo para fazer isso.

No Caderno do Líder



Para responder à **pergunta 14**, observe as respostas da pergunta 13:

- ➔ Anote **[S]** (sim) se todos os indicadores da pergunta 13 estiverem marcados com **N** de Não. Nesse caso, a situação é desfavorável para o desenvolvimento da criança, já que nenhum indicador foi alcançado.

13. Quais indicadores de oportunidades e conquistas foram alcançados neste mês?	N ¹ N ² N ³ N ⁴
14. Os indicadores da pergunta 13 apontam situação desfavorável para o desenvolvimento da criança (nenhum indicador foi alcançado)?	S

- ➔ Anote **[N]** (não) quando pelo menos um dos indicadores da pergunta 13 for alcançado.

N ¹ S ²
N ³ N ⁴
N

Sempre que houver **[?]** (interrogação) em algum dos indicadores da pergunta 13, a resposta da pergunta 14 é **[N]** (não).

? ¹ N ²
N ³ N ⁴
N



Vamos pensar sobre o que significam as respostas às **perguntas 13 e 14?**

Quando no mês nenhum dos indicadores da pergunta 13 foi alcançado, dizemos que essa é uma situação desfavorável para o desenvolvimento da criança. Isso pode significar que a família e a comunidade não estão conseguindo oferecer oportunidades para o desenvolvimento da criança e, assim, ela não apresentou as conquistas apontadas pelos indicadores. Como toda situação, essa também pode ser mudada, mas necessita ser logo pesquisada por você, líder. A família pode estar vivendo um período difícil que abalou a harmonia familiar. Converse com a família e ajude-a a encontrar soluções.

Se, por meses seguidos, os indicadores continuam a não ser alcançados, isso indica que a família continua a não conseguir superar a situação difícil que está vivendo, mesmo com o seu apoio, líder.

Sabemos que não cabe só à família dar conta de atender todas as necessidades da criança. Os pais precisam encontrar, onde moram, apoio de serviços de saúde, educação e também de assistência social, nos casos de muita pobreza. Precisam ainda da ajuda de outras pessoas da família, de vizinhos e amigos para formar uma rede de solidariedade e amor para ser criado um ambiente favorável ao desenvolvimento das crianças.

É importante que você, líder, estude com o seu coordenador de ramo o que mais pode ser feito quando, por meses seguidos, todos os indicadores não forem alcançados.



É importante pensar sobre situações desfavoráveis para o desenvolvimento da criança, como:

- ➔ Quando a família não tem acesso a serviços de saúde e educação, à moradia adequada; os pais não conseguem trabalho, o que pode fazer surgirem problemas como desânimo, violência, alcoolismo. As dificuldades são tantas que as pessoas da família acabam dando pouca atenção, carinho e não animam a criança como ela necessita para aprender e se desenvolver.
- ➔ Quando a criança fica doente e essa doença se repete ou demora muito para ser curada. Ela se enfraquece, perde peso e fica também sem vontade de aprender, brincar, e as pessoas da família não procuram outras formas de animar a criança.
- ➔ Quando a criança sofre algum tipo de violência: abandono, espancamento, abuso sexual, isso indica que há uma situação problemática na família.

Portanto, a atitude básica que você, líder, precisa ter diante dos indicadores deve ser sempre a de procurar saber mais, pesquisar. Os indicadores são uma primeira pista para você descobrir, junto com a família, com outros líderes e com os coordenadores, o que pode estar acontecendo. Os indicadores não devem ser usados para rotular a família de negligente, desinformada ou que não tem interesse em cuidar e educar seus filhos. Muito menos para rotular a criança como doente, atrasada, deficiente.

Quando todos os indicadores são alcançados, o líder deve celebrar com a família e valorizar as oportunidades que ela dá à criança. Mas deve continuar observando, mesmo que ela continue na mesma faixa de idade, porque os indicadores mostram a situação de vida da criança, e esta pode mudar: a oportunidade pode deixar de ser oferecida e a criança pode não mais apresentar a conquista.

Portanto, a resposta **[S]** (sim) a um indicador deve ser celebrada. A resposta **[N]** (não) deve ser sempre pesquisada.





Para responder à **pergunta 15**, observe apenas as respostas da pergunta 13:

➔ Anote **[S]** (sim) se todos os indicadores forem alcançados.

13. Quais indicadores de oportunidades e conquistas foram alcançados neste mês?	S ¹ S ² S ³ S ⁴
14. Os indicadores da pergunta 13 apontam situação desfavorável para o desenvolvimento da criança (nenhum indicador foi alcançado)?	N
15. Todos os indicadores de oportunidades e conquistas foram alcançados?	S

➔ Anote **[N]** (não) se algum indicador não foi alcançado.

13. Quais indicadores de oportunidades e conquistas foram alcançados neste mês?	S ¹ N ² S ³ S ⁴
14. Os indicadores da pergunta 13 apontam situação desfavorável para o desenvolvimento da criança (nenhum indicador foi alcançado)?	N
15. Todos os indicadores de oportunidades e conquistas foram alcançados?	N

Sempre que houver **[?]** (interrogação) em algum dos indicadores da pergunta 13, a resposta da pergunta 15 será **[N]** (não).

A pergunta abaixo da 15 (“caso a criança tenha ficado doente neste mês, anote a doença”) serve para que você tenha o registro das doenças da criança.

Na **pergunta 16**, anote **[S]** (sim) se a criança foi levada ao médico, hospital ou outro serviço de saúde para atendimento, seja para vacinação, rotina ou porque estava doente.



Higiene

Os cuidados com a higiene do corpo e da casa são importantes para a saúde de todos na família, principalmente a do bebê, pois evitam muitas doenças. Como ele gosta de pegar em tudo, suas mãos devem ser bem lavadas antes de comer.

Na hora do banho, o bebê gosta de passar o sabonete em seu corpo. Quando os pais falam para ele o nome das partes do corpo: cabeça, mãos, pés, ele aprende logo o nome delas.



Teotônio Roque

O bebê agora já pode ter até oito dentes, que precisam ser limpos para não ficarem com restos de alimentos que provocam cáries. A cárie é uma doença causada por bactérias que passam de uma pessoa para outra. O bebê também pode pegar essas bactérias com colheres, xícaras (chávenas) usadas por outras pessoas ou ao colocar na boca uma chupeta suja, mal lavada.

É preciso orientar a família a não soprar ou mastigar os alimentos antes de dar para o bebê. A cárie também pode ser transmitida desse jeito.



Verminose



As verminoses são infecções intestinais causadas por vários tipos de vermes. O jeito mais comum de pegar uma verminose é tomando água ou comendo alimentos contaminados.

Quando a criança está com vermes, pode reclamar de dor na barriga, cólicas, náuseas e apresentar vômitos, diarreias, perda de peso, anemia e febre. Quando a verminose não é tratada pode causar complicações, pois os vermes impedem que o corpo aproveite os nutrientes da alimentação, deixando a criança mais vulnerável a infecções e anemia por falta de ferro.

Para prevenir o aparecimento de verminoses no bebê é preciso cuidar da higiene pessoal, da casa e dos alimentos. Também é importante que a comunidade lute por condições adequadas de saneamento e um serviço de saúde de qualidade.

Quando o bebê tem sintomas de verminose é preciso que a família procure o serviço de saúde para fazer o tratamento adequado.

O bebê de 9 a 11 meses



Visita Domiciliar



Nessas visitas é **importante**:

- ➔ Conversar sobre amamentação/alimentação.
- ➔ Dar especial atenção à observação dos Indicadores de Oportunidades e Conquistas.
- ➔ Verificar no Caderno do Líder quais as vacinas para a idade e se o bebê está com as vacinas em dia.
- ➔ Relembrar os sinais de perigo.

Responder às perguntas do Caderno do Líder.

Tarefa desta etapa de capacitação



- ➔ Observe e anote as respostas dos Indicadores de Oportunidades e Conquistas das crianças que você está acompanhando.

222



O bebê de 9 a 11 meses





13ª Etapa da Capacitação

Para Avaliar e Celebrar

- ➔ Como foi a visita? Foi possível observar e conversar sobre os Indicadores de Oportunidades e Conquistas?
- ➔ Você está tendo dificuldade em observar e registrar os Indicadores de Oportunidades e Conquistas (IOCs) nas crianças acompanhadas?

“ Um convite para refletir em silêncio sobre a alegria em seu lar, lembrando que a verdadeira alegria da família não é superficial, não vem das coisas, mas sim da harmonia entre as pessoas, da beleza que é estar junto. E a base desse sentimento é a presença de Deus na família. ”

Papa Francisco

Ver

Reunião para Reflexão e Avaliação

1. Você costuma registrar os esforços que faz para resolver os problemas da sua comunidade?
2. É importante que estes esforços sejam registrados?
3. Você considera necessário compartilhar essas ações com outras pessoas?

13ª etapa



Resumo dos acompanhamentos de cada mês na 4ª parte do Caderno do Líder

A Pastoral da Criança tem como costume divulgar os esforços de seus líderes bem como partilhar estas informações entre suas comunidades.

A anotação da situação das crianças de uma comunidade pode dar dicas do que está acontecendo de bom e o que pode ser melhorado. Em 1994, por exemplo, algumas comunidades informaram que havia ocorrido morte de alguma criança acompanhada. Para cada uma destas comunidades, parecia que esta morte era apenas um caso. Quando foram reunidas as informações de diversas comunidades, percebeu-se que essas mortes estavam ocorrendo em muitas comunidades, que não eram fatos isolados. Com isso, a Pastoral da Criança fez um grande alerta em nível nacional e a política de saúde voltou-se para estes pequenos, evitando que muitas outras mortes acontecessem.

Para facilitar a avaliação da situação das crianças acompanhadas, é importante preencher a quarta parte do Caderno do Líder. Com isso, você terá um resumo dos acompanhamentos de suas crianças e gestantes a cada mês.

Orientações para o preenchimento

- ➔ Preencha a parte de cima da folha “Resumo dos acompanhamentos em cada mês”, conforme orientação de seu coordenador de ramo.
- ➔ Cada coluna da linha A, numerada de 1 a 12, representa um mês.
- ➔ Cada mês some o número de famílias cadastradas (registradas) no Caderno e anote o resultado na linha B.
- ➔ Ao cadastrar (registrar) uma nova gestante, o líder deverá contá-la como família acompanhada, mesmo que ela não tenha outros filhos cadastrados (registrados) na Pastoral da Criança.
- ➔ Coloque um [-] (traço) quando não houver resposta para alguma pergunta.





- ➔ Na **pergunta 1**, some todas as crianças que estão cadastradas (registradas) neste caderno e que ainda não saíram da Pastoral.
- ➔ Na **pergunta 2**, some as crianças **menores de um ano** que estão cadastradas (registradas) neste caderno e que ainda não saíram da Pastoral da Criança.
- ➔ Na **pergunta 3**, some os **[S]** (sim) da pergunta 6 da primeira parte do Caderno e anote.
- ➔ Na **pergunta 4**, anote quantas crianças visitadas são menores de 1 ano. Verifique a pergunta 5 da primeira parte do Caderno do Líder.
- ➔ Na **pergunta 5**, some as crianças que estão completando 6 meses neste mês, conforme idade marcada na pergunta 5 da primeira parte do Caderno do Líder.
- ➔ Na **pergunta 6**, some quantos **[S]** (sim) foram anotados na pergunta 4 da primeira parte do Caderno do Líder apenas para as crianças que completaram seis meses neste mês.
- ➔ Nas **perguntas 7 a 26**, some os **[S]** (sim) da respectiva pergunta da primeira parte do Caderno do Líder e anote.
- ➔ Na **pergunta 27**, anote o número de crianças que nasceram no mês - verifique a pergunta 1 da primeira parte do Caderno do Líder.
- ➔ Na **pergunta 28**, anote o número de crianças que nasceram com baixo peso neste mês — verifique as perguntas 1 e 2 da primeira parte do Caderno do Líder.
- ➔ Na **pergunta 29**, anote o número de crianças menores de um ano que morreram neste mês — verifique a pergunta 28 da primeira parte do Caderno do Líder.
- ➔ Na **pergunta 30**, anote o número de crianças de um a seis anos incompletos que morreram neste mês — verifique a pergunta 28 da primeira parte do Caderno do Líder.

Reunião para Reflexão e Avaliação (RRA)

Líder, a Reunião para Reflexão e Avaliação é a terceira atividade fundamental da sua missão. Nela, além de celebrar cada progresso alcançado, vocês, líderes, podem discutir as dificuldades encontradas no trabalho do dia a dia.



Essa reunião, que deve acontecer nos primeiros dez dias de cada mês, é o momento em que os líderes, juntos, podem estudar a situação das famílias que acompanham, discutir os resultados de cada mês e ficar animados a buscar soluções para as dificuldades encontradas.

O método de estudo do **Ver, Julgar, Agir, Avaliar e Celebrar**, o mesmo usado no estudo desse Guia, vai ajudar a organizar e realizar as Reuniões para Reflexão e Avaliação. Essas reuniões têm por base os indicadores no Caderno do Líder e a vivência de vocês e das famílias acompanhadas. Os indicadores dos Cadernos passados para a FABS e para o Fabão orientam a reflexão e as discussões sobre a situação das gestantes e crianças. A *Folha de Registro das Ações da Comunidade* também é usada. O apoio na Bíblia, no Guia do Líder e em outros materiais disponíveis enriquecem a reflexão feita na reunião.

Para a reunião, cada líder deve trazer o seu Caderno do Líder com a 4ª parte já preenchida com o número total dos indicadores das crianças e gestantes que acompanha, que estão nas páginas da 1ª parte do Caderno.

FABS - Folha de acompanhamento

A FABS (Folha de Acompanhamento e Avaliação Mensal das Ações Básicas de Saúde e Educação na Comunidade) é a ferramenta em que são registrados os dados de todas as gestantes e crianças acompanhadas pelos líderes de uma comunidade.



Para preencher a FABS, devem ser copiados os dados da 4ª Parte do Caderno de cada um dos líderes. Também deve ser preenchido o verso da FABS com dados das 2ª e 3ª Partes do Caderno e outros dados que completam o trabalho feito no mês que passou. Essa folha deve ser assinada pelo Coordenador da Comunidade e revisada pelo Coordenador de Ramo.

O formulário FABS é dividido em seções para coleta de dados pessoais, familiares e comunitários. As seções incluem:

- 1. Dados pessoais:** Nome, idade, gênero, profissão, escolaridade, endereço, telefone, e-mail.
- 2. Dados familiares:** Nome do cônjuge, nome dos filhos, situação econômica, saúde, educação, religião.
- 3. Dados comunitários:** Participação em reuniões, atividades, liderança, avaliação da comunidade.
- 4. Avaliação geral:** Espaço para comentários e observações.

O Fabão 2015 (Conheça a situação das gestantes e crianças da nossa comunidade acompanhadas pela Pastoral da Criança) também deve ser preenchido. Ele contém as perguntas da FABS que estão no estágio de evolução e fica na comunidade para que possa ser vista a evolução do acompanhamento das famílias naquela comunidade.

Depois do FABÃO preenchido é preciso analisar esses dados para ver como está a situação e se é necessária alguma ação para melhorar. Naqueles que estiverem bem, colocar um ponto com canetinha verde. Para aqueles que estiverem com algum problema, colocar um ponto de exclamação com canetinha vermelha. Esses pontos de exclamação são chamados Pontos de Atenção.

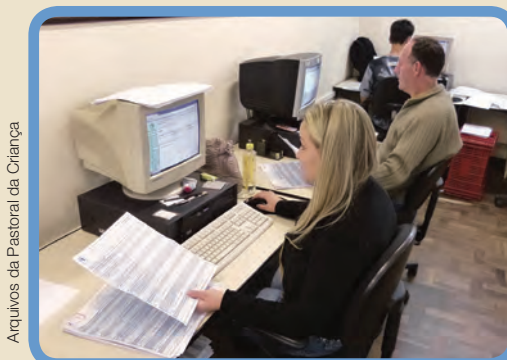
Para facilitar a análise, podem-se usar os exemplos dos pontos de atenção que estão nas orientações para a Reunião para Reflexão e Avaliação encontradas em: https://wiki.pastoraldacrianca.org.br/AtalhoCoord#Roteiro_da_RRA_para_Guia_do_L.2BAOw-der_2015

Com a FABS e o FABÃO preenchidos, fica mais fácil **Ver** e **Julgar** como está a situação das crianças e gestantes da sua comunidade. Isso torna possível planejar o **Agir** para tentar mudar essa situação. Com isso também é possível **Avaliar** e **Celebrar** cada progresso alcançado.

Cada FABS feita pelos líderes é de grande importância para a Pastoral da Criança e para toda a sociedade, influenciando inclusive as políticas públicas.

As FABS de cada comunidade devem ser enviadas para a Coordenação Nacional da Pastoral da Criança, onde são digitadas no Sistema de Informação. Desse modo fica mais fácil conhecer:

- ➔ como está a saúde das gestantes e crianças acompanhadas;
- ➔ como as crianças estão crescendo, aprendendo e se desenvolvendo;
- ➔ o que está indo bem na caminhada e que ações precisam ser fortalecidas;
- ➔ os resultados alcançados.



Arquivos da Pastoral da Criança

Informações para o Brasil. Veja no Caderno do Líder as informações específicas de seu país.

A cada três meses, a Coordenação Nacional da Pastoral da Criança envia o “Relatório Trimestral” para todas as coordenações de Ramo, Área, Setor e Estado, com os resultados informados nas FABS.

As FABS também são a base de dados de outros relatórios enviados para outras instituições que apoiam a Pastoral da Criança. Assim, muitas pessoas, tanto dentro como fora da Pastoral da Criança, reconhecem o trabalho feito pelos líderes de cada comunidade.

Ao detectar alguma FABS com erro de preenchimento, a mesma é devolvida à comunidade por dois motivos principais:

- ➔ O esforço dos líderes é importante demais para ficar registrado de forma incorreta.
- ➔ Ao usar dados com erro em suas avaliações, os líderes podem tomar decisões que não são as melhores para a sua comunidade. Por isso, mesmo um simples erro de soma não deve ser corrigido pelo coordenador de Ramo sem que os líderes tomem conhecimento do ocorrido.

Os dados de cada comunidade podem ser vistos na internet: <http://nsi.pastoraldacrianca.org.br>

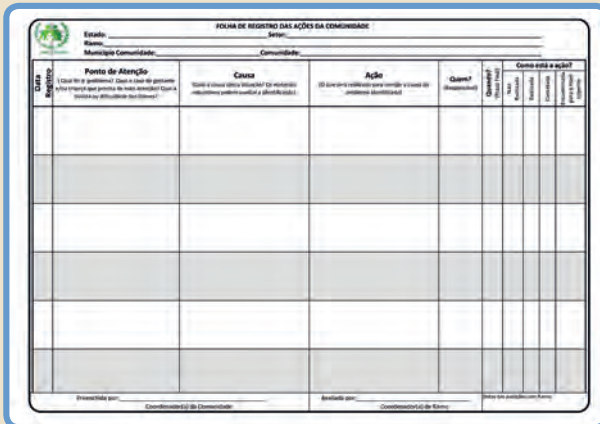


Folha de registro das ações da comunidade

Outro material utilizado na Reunião para Reflexão e Avaliação (RRA) é a Folha de registro das ações na comunidade. Nela são anotados:

- ➔ Data de preenchimento da folha.
- ➔ Pontos de atenção que surgirem após o preenchimento das FABS e o FABÃO.
- ➔ A causa que provocou este ponto de atenção.
- ➔ A ação que será desenvolvida para solucionar este ponto de atenção.
- ➔ Quem será o responsável pela ação.
- ➔ Quando será realizada esta ação.
- ➔ Como está a realização da ação (este dado só será colocado nos próximos meses, para ver se a ação deu certo ou não).

Deve ser feita apenas uma folha de registro por comunidade a qual deve ficar com a coordenação de comunidade. Se houver alguma ação a ser realizada pela coordenação de ramo ou setor, a coordenadora de comunidade deve encaminhar uma cópia desta folha de registro para a coordenação de ramo e conversar com ela sobre as ações que poderão ser tomadas.



A imagem mostra uma planilha de registro de ações da comunidade. No topo, há campos para preencher: Estado, Município, Comunidade e Nome. Abaixo, há uma tabela com as seguintes colunas: Data, Ponto de Atenção (com sub-título 'O que foi o problema? Que a comunidade percebeu? Como se manifestou? Como se articulou?'), Causa (com sub-título 'Qual foi a causa desse problema? De onde veio?'), Ação (com sub-título 'O que será feito para resolver o problema? Quem será responsável?'), Quem? (com sub-título 'Responsável'), Como está a ação? (com sub-títulos 'Realizada', 'Em andamento', 'Não realizada') e Realizada. A tabela possui 5 linhas para registro de dados.

Todo mês, depois de serem preenchidas as FABS e o Fabão, os líderes devem retomar a folha de registro do mês anterior e verificar se as ações foram realizadas e se sim, marcar um X na coluna “Realizada”. Se não, marcar um X na coluna “Não Realizada” e agendar uma nova data para realização.



Passos para realizar a Reunião para Reflexão e Avaliação

1º passo: Acolhimento e oração

No início da reunião é importante que vocês, líderes, acolham-se carinhosamente e que façam um momento de oração para fortalecer a amizade, a união e a fé.

2º passo: Ver

Preencher a FABS com o resultado da 4ª parte do Caderno de cada líder. Sugere-se que, a cada mês, uma pessoa ajude o coordenador da comunidade no preenchimento da FABS.

Essa pessoa vai ler uma pergunta por vez e cada líder dita o número anotado na 4ª parte do Caderno do Líder, para ser colocado na FABS.

3º passo: Julgar e Agir

Preencher o Mapa/Fabão da situação das gestantes e crianças acompanhadas pela Pastoral da Criança, copiando a coluna do total da FABS para a coluna do mês correspondente no Fabão.

- ➔ Identificar os pontos positivos (colocando bolinha verde) e os pontos de atenção (colocando ponto de exclamação vermelho) no Mapa/Fabão. Assim cada comunidade fica com “o retrato”, mês a mês, da situação dos indicadores.
- ➔ A cada ponto de atenção encontrado no Fabão, registrar na Folha de Registro das Ações da Comunidade para que possam ser tomadas providências para resolver o problema. Os pontos de atenção que não possam ser resolvidos na comunidade devem ser levados ao conhecimento do coordenador do Ramo, pelo coordenador de comunidade. A Folha de Registro fica na comunidade, para avaliação no próximo mês.



4º passo: Celebrar

Partilhar as conquistas obtidas na Pastoral da Criança na própria reunião e também planejando um momento comunitário para celebrar as conquistas (que não precisa ser mensal).

- ➔ Caso tenha planejado esse momento, registre na Folha de Registro de Ações da Comunidade. Ela pode auxiliar a dividir as tarefas que precisam ser realizadas para celebrar as conquistas.

5º passo: Avaliar a reunião e planejar a próxima

Avaliando a reunião

Os participantes podem:

- ➔ falar sobre o que aprenderam e o que pode ser melhorado;
- ➔ verificar se as soluções encontradas podem ajudar outras famílias;
- ➔ revisar as ações elaboradas e as atividades planejadas.

Planejando a próxima reunião

Quem vai fazer:

- ➔ a acolhida;
- ➔ a oração;
- ➔ a preparação do local;
- ➔ o lanche;
- ➔ a coordenação da reunião, etc.

Nas Reuniões para Reflexão e Avaliação (RRA), os líderes encontrarão caminhos para resolver alguns problemas. Para solucionar problemas que afetam várias famílias, pode ser necessário reunir a coordenação de ramo e instituições da comunidade.

“Estejamos atentos uns aos outros, para nos incentivar ao amor fraterno e às boas obras. Não abandonemos as nossas assembleias, como alguns costumam fazer. Antes, procuremos animar-nos mutuamente.”

Hb 10, 24-25





14ª Etapa da Capacitação

Para Avaliar e Celebrar

- ➔ Você ficou com alguma dúvida do que foi trabalhado na etapa anterior?
- ➔ Você vê alguma relação entre a citação bíblica abaixo e a atuação de vocês, líderes, na Pastoral da Criança?

“*Há diferentes atividades, mas é o mesmo Deus que realiza tudo em todos. A cada um é dada a manifestação do Espírito, em vista do bem de todos.*”
1 Cor 12, 6-7

Ver

A criança de um ano a dois anos e onze meses

1. O que as crianças de sua comunidade gostam de fazer nessa idade?
2. Como seria uma boa maneira de reagir à birra (revolta) da criança?



A criança de um ano a um ano e cinco meses

Como a criança pode aprender e se desenvolver



A criança está cada vez mais interessada em conhecer tudo o que vê: objetos, plantas, animais. Gosta que as pessoas mostrem e falem com ela sobre as coisas que vê e pega. Ela se interessa, também, por desenhos ou fotos em revistas e livros. Falar o nome do que ela está vendo, animá-la a repetir e conversar com ela sobre as atividades do dia a dia ajudam a criança a aprender a falar.

Ela já pode falar algumas palavras como: mamãe, água, bola. Mas ainda usa gestos para se comunicar: joga beijinhos, balança a cabeça para dizer “não”. Para aprender a falar, a criança precisa que as pessoas falem com ela. Gosta também quando a família fala com ela pedindo ajuda. Por exemplo: “Pega o sapato do papai embaixo da cama”. Dessa maneira, ela vai aprendendo as noções de lugar: embaixo, em cima, perto, longe.

A criança de 1 ano a 1 ano e 5 meses





A criança pode entender algumas ordens como: “Vamos para a rua?”, “Pega seu sapato”. Não é sempre que ela atende às ordens que recebe. Geralmente só obedece quando se interessa por fazer o que lhe é pedido.

A criança mostra o que quer e o que não quer fazer. Quando não pode fazer uma coisa, algumas vezes, faz birra (revolta), ou seja, pode chorar, gritar, bater os pés, se atirar no chão. Ficar falando “não”, meter medo ou bater não evita a birra. Líder, oriente os pais que o melhor a fazer é esperar a birra passar, não dar atenção à criança enquanto ela faz birra e manter firmeza quanto à proibição feita. Vendo que não consegue, a criança acaba desistindo e começa a fazer outra coisa.

Na brincadeira com caixas, latas, tigelas ou vasilhas, a criança aprende a usar melhor as mãos. Quando tira e põe uma coisa dentro da outra, está aprendendo também noções de tamanho. A família pode aproveitar esse interesse em tirar e colocar para ensinar à criança como guardar seus brinquedos num saco ou caixa.

A criança gosta de entrar e sair de caixas, bacias e armários abertos. Ela está aprendendo sobre tamanhos, formas e controlando cada vez mais seus movimentos.

A criança de 1 ano a 1 ano e 5 meses





A criança está aprendendo a andar sem a ajuda de outra pessoa. Isso é uma grande conquista!

Apesar de cair algumas vezes, vai continuar tentando porque tem vontade de aprender e fazer muitas coisas. Com a ajuda da família, vai se sentir segura e andar cada vez melhor no ambiente ao seu redor. Como pode andar pela casa toda e é muito curiosa, mexe em tudo o que consegue pegar. Se a criança cair e se machucar, é bom fazer compressa de gelo ou água fria para diminuir a dor e o inchaço.

Acidentes domésticos

A família precisa ter muito cuidado com a segurança da criança, mantendo portas fechadas, janelas protegidas, vasilhas com água, poços e buracos cobertos, remédios e produtos de limpeza guardados onde ela não possa alcançar. É preciso cuidado também para que ela não pegue e ponha na boca plantas tóxicas, porque podem envenená-la.



A criança de 1 ano a 1 ano e 5 meses



Alimentação e aleitamento materno

Líder, explique aos pais e familiares que a criança nesta idade come os mesmos alimentos que a família, só que em menor quantidade. Como já tem mais dentes, consegue mastigar melhor. Ela já gosta de tentar comer e beber pegando a colher e o copo com suas mãozinhas. Fazendo isso ela vai aprendendo a comer sozinha.

É bom falar para os pais que o bebê vai fazer bagunça e que é preciso ter paciência. O bebê gosta de mexer com a comida, e essa bagunça faz parte do aprendizado e das experiências que ele vai ter com a comida. Se brigarem com o bebê enquanto ele estiver comendo ou mexendo com a comida, pode ser que ele dê mais trabalho para comer depois ou que pare de gostar das refeições.

Para evitar o desperdício de alimentos, é bom que os pais coloquem pequenas quantidades de cada alimento no prato da criança. Logo que ela comer o que foi colocado, os pais devem colocar mais comida, até que ela deixe resto no prato ou recuse mais alimentos.

Arquivos da Pastoral da Criança



Além de comer outros alimentos, é bom que a criança mame no peito nos intervalos das refeições. O leite materno continua sendo fonte de saúde para a criança!

“ Pois em muita comida entra a doença, e a intemperança conduz à cólica. Pela gula insaciável muitos pereceram; quem, porém, é sóbrio, prolonga a vida. Eclo 37, 33-34 ”

A criança de 1 ano a 1 ano e 5 meses



Higiene



Teotônio Roque

Agora a criança já tem vários dentes e é preciso limpar bem todos eles. Para isso, deve-se usar uma escova de dente pequena e macia, sem creme dental. Oriente os pais para:

- ➔ Escovar com movimentos circulares o lado de fora dos dentes que ficam junto da bochecha.
- ➔ Depois, escovar o lado de dentro dos dentes, que ficam junto da língua.
- ➔ Escovar a parte plana dos dentes com movimento de vaivém.
- ➔ Limpar também as gengivas e a língua com a escova de dente.

É importante escovar os dentes da criança depois de cada refeição, após comer alimentos açucarados e antes de dormir. Isso evita a formação da placa bacteriana, que forma cáries.

A saúde da boca depende de uma alimentação saudável e da higiene dos dentes.

O aparecimento de uma mancha branca no dente é o primeiro sinal de atenção. Essa mancha significa que tem cárie, mas ainda não tem o buraco no dente. É preciso encaminhar a criança ao dentista.

A criança de 1 ano a 1 ano e 5 meses





A criança ainda não controla os músculos que seguram o xixi e o cocô. Quando ela avisar ou alguém perceber que a criança quer fazer cocô, pode-se colocá-la no penico (bacio) e ver se ela faz. Nunca force a criança, pois ela ainda é muito nova e, aos poucos, vai entender que tem um lugar próprio para fazer cocô e xixi.

É necessário ensinar à criança, todos os dias, a lavar as mãos antes das refeições e depois de usar o banheiro, como também devem fazer todas as pessoas da família.

Usar latrinas ou vaso sanitário evita que os vermes das fezes contaminem as pessoas e causem doenças. Para prevenir o aparecimento de ratos, baratas e moscas, que trazem doenças, deve-se manter o lixo dentro de sacolas plásticas fechadas e não jogá-los na rua ou em terrenos baldios. Os cuidados com a higiene, dentro e fora de casa, são importantes para a saúde de toda a comunidade.



A criança de um ano e meio a um ano e onze meses

Como a criança pode aprender e se desenvolver



A criança agora aprende com facilidade muitas palavras novas. Se tiver sido ensinada, já pode mostrar e falar o nome das partes do seu corpo: cabeça, umbigo, mão, pé.

Se a família conversar com a criança, ela pode aprender também a juntar duas ou três palavras para formar pequenas frases: “papá bola” (papai, me dá a bola), “mamã saí rua” (mamãe, vamos sair para a rua). É bom que as pessoas da família procurem entender o que a criança quer dizer. Assim estão animando-a para que aprenda a falar melhor.

A criança de 1 ano e meio a 1 ano e 11 meses



A criança continua muito interessada em conhecer e usar tudo o que vê ao seu redor. A curiosidade ajuda a criança a aprender melhor. Ela faz com as coisas o que vê as pessoas fazendo: usa o sapato da mãe, coloca o cinto do pai.

O pensamento da criança está mais desenvolvido, e ela mostra isso nas atividades que faz. Por exemplo, quando quer pegar uma coisa que não alcança, não fica mais esperando alguém para pegar para ela. Agora, por conta própria, usa outra coisa para alcançar o que quer. Pega uma colher de pau para puxar o livro que está na estante, por exemplo.

A criança aprende a dizer “não”. Se os adultos deixam ao alcance dela coisas perigosas ou muitas coisas em que ela não pode mexer, vão ter de dizer “não mexa” e “não pegue” a todo momento. Como a criança imita os adultos, vai falar “não” para tudo que pedirem a ela. Para não ter que dizer não a tudo, é melhor os pais não deixarem ao alcance da criança muitas coisas que ela não pode mexer, principalmente as perigosas, e mostrar com o que ela pode brincar. Assim, ela aprende no que pode e no que não pode mexer, mas não ouve “não” para tudo.

J. R. Ripper



Limites, dados com firmeza, sem agressão e repetidos sempre, são importantes para o desenvolvimento dela.





A habilidade da criança com as mãos aumentou. Ela já consegue abrir tampas e fazer rabiscos num papel ou no chão.

Ela gosta de brincar empilhando, derrubando, montando e desmontando coisas. A família pode arranjar para ela pedaços de madeira de tamanhos e formas diferentes e bem lixados. Esse tipo de brinquedo desperta muito o interesse da criança, pois ela pode brincar com os pedaços de madeira de várias maneiras diferentes.

Nessa idade, a criança, em geral, se interessa por saber como são seus órgãos genitais. Ela faz isso do mesmo modo que utiliza para conhecer as outras coisas: olhando e pegando. Ao tocar nesses órgãos, ela vai ter sensações agradáveis. Os pais não devem brigar com a criança quando ela mexe nos órgãos genitais, e sim distraí-la com outras brincadeiras. Dessa forma, sua curiosidade vai diminuindo aos poucos.





J. R. Ripper

A criança tem espaço que ofereça segurança para andar, correr e brincar?

A criança anda cada vez melhor, já dá pequenas corridas e adora subir em tudo. Nas escadas, sobe engatinhando e desce sentada. Se alguém dá a mão, ela é capaz de subir a escada em pé. A criança que é ajudada aprende melhor.

A criança gosta de andar puxando coisas amarradas num cordão ou empurrando brinquedos. Também gosta de brincar imitando os animais: anda como um cachorrinho, galopa em um pedaço de pau, etc.

Nessa fase, ela gosta de brincar cada vez mais com outras crianças, mas ainda pode brigar pelos brinquedos. A paciência dos pais é muito importante nessas horas. Bater não educa e só piora a situação.

Brincar com água, areia e terra acalma a criança. Ela fica muito tempo explorando, aprendendo como são e o que pode fazer com esses materiais. Mas os locais onde a criança brinca precisam estar limpos.

“Pois ele dará ordem a seus anjos para te guardarem em todos os teus passos.”
Sl 91,11

A criança de 1 ano e meio a 1 ano e 11 meses



Piolho

Rodrigo J. V. Barbosa



O **piolho** é um parasita que põe ovos (lêndeas) nos cabelos. Esses ovos são brancos, pequenos e não desgrudam com facilidade. Eles causam muita coceira.

Se a criança estiver com piolho, oriente a mãe para que passe um pente fino em seus cabelos todos os dias, depois de lavá-los, usando o remédio receitado pelo médico. Também é preciso cuidar da toalha de banho, das roupas de cama e ver se as pessoas que cuidam da criança não estão com piolho também.

Para evitar que a contaminação por piolhos se espalhe, é preciso:

- ➔ cuidar da higiene e tomar banho todos os dias;
- ➔ manter os cabelos limpos;
- ➔ trocar de roupa todos os dias;
- ➔ não usar pente de outra pessoa;
- ➔ evitar colocar na criança chapéu, gorro ou boné emprestados.



Acidentes domésticos

Nunca se deve:

- ➔ usar inseticida para matar piolho, porque pode causar intoxicação grave na criança;
- ➔ colocar saco plástico na cabeça da criança, pois pode causar asfixia.



A criança de 1 ano e meio a 1 ano e 11 meses



Sarna

Dermatologia Pediátrica UFPR



A **sarna** aparece na forma de bolinhas avermelhadas que formam um túnel debaixo da pele. Surgem no corpo todo, especialmente entre os dedos, nas axilas, na cintura, nas nádegas e nos genitais, causando muita coceira.

A contaminação acontece pelo contato com a pele ou com objetos de pessoas com sarna, como roupas pessoais, toalhas ou roupas de cama.

É preciso remédio certo para acabar com a sarna. Durante o tratamento, as roupas, inclusive de cama e banho, devem ser lavadas e passadas a ferro bem quente, além de trocadas todos os dias. Deixar as roupas secando ao sol forte também ajuda.

É bom limpar as unhas das crianças para retirar os parasitas que ficam ali quando elas se coçam e evitar recontaminação. Se mais alguém na família tiver sarna, é preciso que todos façam o tratamento ao mesmo tempo.



O banho diário com água e sabão, a lavagem da cabeça e o uso de roupas limpas ajudam a prevenir a contaminação por piolhos, sarna e outras doenças de pele.

Acidentes domésticos

Se a criança toma banho de banheira ou de bacia funda, é preciso alguém sempre por perto, para evitar afogamento.

ATENÇÃO

A criança de 1 ano e meio a 1 ano e 11 meses



Alimentação e aleitamento materno

Caroline Caus Dalabona



A criança já sabe comer sozinha. Comendo junto com as outras pessoas da família, ela se alimenta melhor. É preciso que ela faça um lanche entre as refeições, pois seu estômago é pequeno e não cabe nele muita comida. Nesses lanches é bom oferecer frutas da região. A criança que desde cedo come frutas, verduras e legumes variados recebe maiores quantidades de vitamina, ferro e fibras, além de adquirir hábitos alimentares saudáveis.

Marcello Calcin



É bom evitar que a criança receba na sua alimentação açúcar, café, enlatados, frituras, refrigerantes, balas (rebuçadas), salgadinhos e outras guloseimas nos primeiros anos de vida. Eles não são saudáveis e tiram o apetite da criança para comer alimentos nutritivos.

Visita Domiciliar



Nessas visitas é **importante**:

- ➔ Conversar sobre o desenvolvimento da criança mostrando como é importante ouvir e responder ao que ela fala.
- ➔ Conversar sobre a amamentação/alimentação.
- ➔ Relembrar os sinais de perigo.
- ➔ Verificar no Caderno do Líder quais as vacinas para a idade e se a criança está com as vacinas em dia.

Responder às perguntas do Caderno do Líder

A criança de 1 ano e meio a 1 ano e 11 meses



A criança de dois anos a dois anos e onze meses

Como a criança pode aprender e se desenvolver



Nessa idade, a criança ainda gosta de ficar sempre com os pais. Se fica longe, sente muito a falta deles. Por isso, procura os objetos que eles usam e imita o que eles fazem, quando brinca de faz de conta. Ela também começa a querer fazer tudo sozinha, inclusive o que não pode. A brincadeira de faz de conta é importante porque permite que a criança faça brincando o que não pode fazer de verdade. E, assim, ela começa a aprender a reconhecer e a lidar com seus próprios limites e com a ausência dos pais.

A criança de 2 anos a 2 anos e 11 meses



Para brincar de faz de conta, a criança precisa ainda dos próprios objetos ou de brinquedos parecidos com eles. Os pais e as pessoas da família podem fazer brinquedos para ela, como bonecas, panelinhas, móveis, carrinhos, tambor. É preciso também brincar com a criança, pois ela ainda gosta de brincar um pouco com os adultos.



Nessa idade, a criança pergunta o nome de tudo, pois descobriu que cada coisa tem um nome. Saber o nome das coisas ajuda-a a pensar em coisas que não vê. Ou seja, ela fala “bola” e tem a ideia do que é sem precisar ver a bola.

Se a família tem o hábito de conversar com a criança e de ouvir o que quer dizer, ela aprende a conversar cada vez melhor, usando frases com mais palavras como: “Olha o cachorro bonito, papai”.

Ela pode aprender pequenas orações e rezar junto com os pais na hora de comer, antes de dormir, ao acordar. Também pode aprender seu nome, o nome dos pais e dos irmãos.

A criança já consegue prestar atenção por mais tempo. Os pais, avós e tios podem contar histórias da Bíblia, de revistas; contar casos das pessoas da família. Essas atividades interessam à criança e desenvolvem sua linguagem e pensamento. Ela aprende muitas coisas nos desenhos, nas fotos e vendo palavras escritas.





A criança já se interessa por usar um outro tipo de linguagem: o desenho. Ela descobre que certos materiais como o lápis, o giz, pedaços de pedra ou tijolo fazem riscos no papel ou no chão. Ela começa a rabiscar.

Ela já tem habilidade para pegar e brincar com coisas menores e também fica mais tempo em uma atividade. Os pais podem dar potes e caixas para ela brincar, aproveitando para ensinar sobre tamanho, forma, cores e a contar quantos são.

A criança não gosta que caçoem quando ela chora, sente medo ou não consegue fazer alguma coisa. Ela precisa sentir que é compreendida.

Conversar e pedir que conte por que está triste ou alegre ajuda a criança a conhecer seus sentimentos e a entender também o que as outras pessoas sentem. Ela continua gostando de ser abraçada, beijada, de ficar no colo dos pais, principalmente quando nasce um irmãozinho ou irmãzinha.





A criança gosta cada vez mais de brincar com outras crianças, mas ainda briga pelos brinquedos, pois acha que tudo é dela. Fala “é meu”, “é minha” para tudo e fica zangada quando não consegue o que quer. Conversar com a criança, procurando mostrar que nem tudo pertence a ela, é um bom jeito de ajudá-la a aceitar limites.

A criança precisa de espaço, pois está sempre em movimento. Sobe e desce de coisas baixas, salta com os dois pés ao mesmo tempo. Ela também gosta de passear com a família, brincar no quintal ou na praça com outras crianças.

Acidentes domésticos

É preciso tomar cuidado para que a criança não saia sozinha para a rua. Quando os pais saem com ela, devem segurá-la pela mão, para evitar acidentes.





**As pessoas da família ensinam,
sem violência, o que a criança
não pode fazer?**

A criança já aprendeu a fazer muitas coisas e agora quer mostrar que tem vontade própria. Por isso, diz “não” para quase tudo. Suas respostas prediletas são: “não quero”, “não vou”. Ela também é curiosa, pergunta muito, quer mexer em tudo e ir para todo lado. Com isso, os adultos podem perder a paciência, mas se eles entendem que esse comportamento faz parte do desenvolvimento da criança, podem encontrar o melhor jeito de dar os limites adequados.

A criança precisa reconhecer limites e aprender que certas coisas ela não deve pegar, pois pode se machucar, quebrar ou ainda porque são de outra pessoa. O adulto deve explicar para ela, com calma e firmeza, mas sem violência, o que ela pode e o que não pode fazer. Bater, beliscar, sacudir são atitudes de violência que mostram que o adulto perdeu o controle da situação.

“Eduque seu filho através da conversa, do carinho e do apoio e tome cuidado: quem bate para ensinar, está ensinando a bater.”
4º mandamento para a Paz na Família

A criança de 2 anos a 2 anos e 11 meses





Também são formas de violência: não cuidar da criança, não atendê-la quando chora, não conversar com ela, meter medo, ameaçar. Criança malcuidada, abusada sexualmente ou agredida perde a confiança nas pessoas, fica tímida, calada ou agressiva. Quando a criança é criada com violência, aprende a conviver com a violência.



A maior parte das agressões contra a criança acontece dentro de casa, praticada por pessoas da família. Elas são feitas, com mais frequência, quando a criança desobedece. Muitas vezes a violência acontece porque a família está passando por uma situação difícil; outras vezes, porque a criança fica muito levada por não ter oportunidade de brincar ou não receber atenção. Mas nada justifica agredir uma criança.

Os pais querem que seus filhos e filhas aprendam a conviver com as pessoas, a não mentir, a não mexer nas coisas dos outros, a respeitar os mais velhos. Para ensinar esses valores, algumas famílias costumam usar formas violentas.

Julgar, repreender mães, pais e familiares por agredirem as crianças não tem se mostrado um bom caminho. Procurar entender as causas da violência nas famílias pode ser um passo importante para ajudá-las a encontrar outras formas de tratar a criança.

Em cada família, em cada comunidade, as pessoas têm o dever de buscar, juntas, com diálogo, soluções para proteger a criança de qualquer tipo de violência e perigo. As crianças são responsabilidade de todos nós. Nos casos muito graves, de abusos e maus tratos, o Conselho Tutelar ou qualquer outro serviço público de proteção à criança deve ser avisado.



Alimentação

Na hora das refeições, a criança também quer mostrar que tem vontade própria, escolhendo o que quer comer. Mas os pais devem animar a criança a comer alimentos variados e dar o exemplo, comendo esses alimentos também. A hora das refeições é para ser celebrada. Por isso, deve ser um momento calmo e sem brigas.

A criança precisa de uma alimentação que tenha todos os tipos de alimentos:

- ➔ grãos, como arroz, lentilha, feijão;
- ➔ massas, como pão e macarrão;
- ➔ verduras e legumes variados;
- ➔ frutas;
- ➔ ovos e carnes;
- ➔ leite e seus derivados (manteiga, coalhada, iogurte), no café da manhã e na hora dos lanches.

As famílias têm mais condições de ter uma alimentação saudável quando sabem aproveitar melhor os alimentos, sem desperdícios. Muitas vezes o que é comprado pronto tem menos valor nutritivo do que a comida feita em casa.

Marcello Caldin



Higiene

Os cuidados com a higiene precisam ser ensinados com paciência para a criança. O exemplo dos pais ao repetir o ato de lavar as mãos todos os dias com os filhos contribui para criar esse hábito, e toda a família fica mais saudável.

Mesmo quando parecem limpas, as mãos podem estar contaminadas por germes. Essa contaminação, além de ser transmitida pelo toque entre as pessoas ou no contato com objetos contaminados, costuma provocar diarreias, vômitos e doenças como gripes, resfriados, hepatites e alguns tipos de meningite.

Para as mãos ficarem realmente limpas elas precisam ser bem lavadas com água e sabão, sempre após usar o banheiro, antes das refeições ou ao chegar em casa. Com higiene evitamos transmitir doenças e demonstramos respeito pelo próximo.



Arquivos da Pastoral da Criança / Chapecó - SC



Saúde da boca

Nessa idade, a maioria das crianças já tem todos os dentes de leite. Agora a criança já pode escovar seus dentes, mas sempre com a ajuda de um adulto. Pode usar creme dental, mas em pouca quantidade, pois até os três anos de idade não consegue cuspir todo o creme. O excesso de creme dental, quando engolido, pode causar problemas nos dentes permanentes que ainda vão nascer.

Acidentes domésticos

Guarde bem o creme dental, pois há crianças que comem todo o creme do tubo de uma só vez.



Durante o dia, a criança já controla o xixi e o cocô, mas ainda pode fazer xixi na cama à noite. Por isso é bom sempre levar a criança para fazer xixi antes de ir dormir

Visita Domiciliar



Nessas visitas é **importante**:

- ➔ Conversar sobre o desenvolvimento das crianças, vendo como evitar a violência contra elas.
- ➔ Conversar sobre uma alimentação variada.
- ➔ Verificar no Caderno do Líder quais as vacinas para a idade e se a criança está com as vacinas em dia.

Responder às perguntas do Caderno do Líder.





15ª Etapa da Capacitação

Para Avaliar e Celebrar

- ➔ Como está sendo a observação dos Indicadores de Oportunidades e Conquistas (IOCs) nas crianças acompanhadas?
- ➔ Existe alguma dúvida que possa ser solucionada agora?
- ➔ Você se recorda de alguma mensagem, oração ou uma cantiga infantil que celebre este momento? Uma sugestão é:

Oração de São Francisco

Senhor, fazei de mim um instrumento de Tua paz;

onde houver ódio, que eu leve o amor,

onde houver ofensa, que eu leve o perdão,

onde houver discórdia, que eu leve a união,

onde houver dúvida, que eu leve a fé,

onde houver erro, que eu leve a verdade,

onde houver desespero, que eu leve a esperança,

onde houver tristeza, que eu leve a alegria,

onde houver trevas, que eu leve a luz.

Ó Mestre, fazei que eu procure mais consolar, que ser consolado,

compreender, que ser compreendido, amar, que ser amado,

pois é dando que se recebe,

é perdoando, que se é perdoado,

e é morrendo, que se vive para a vida eterna.

Ver

A criança de três anos a três anos e onze meses

1. As crianças têm espaço limpo e seguro para brincarem juntas na sua comunidade?
2. Por que é importante para as crianças brincar juntas?
3. As famílias procuram se apoiar e trocar ideias sobre como criar e educar suas crianças?

A criança de três anos a três anos e onze meses

Como a criança pode aprender e se desenvolver



Cada vez mais a criança brinca de faz de conta e de um modo diferente. Esse tipo de brincadeira é muito importante porque surge de uma necessidade básica da criança: a de querer que os pais fiquem sempre junto dela.

Brincando de faz de conta, a criança imita e fala sobre o que está vendo. Ao imitar os adultos, procura falar como eles, fazer o que eles fazem. Assim ela passa a ter atitudes e comportamentos que são mais adiantados que os da sua idade e se desenvolve por isso.

A criança de 3 anos a 3 anos e 11 meses



Brincar de faz de conta ajuda a criança a desenvolver sua imaginação e também a entender e aprender os valores, os costumes de sua família e das outras pessoas do lugar onde mora.

A brincadeira de faz de conta é a atividade mais importante para o desenvolvimento da criança até por volta dos seis anos.

A criança gosta de cantar cantigas de roda e de aprender as músicas que ensinam para ela ou que ouve no rádio e na igreja. Também tem muito interesse em brincar com instrumentos musicais: tamborzinho de lata, flauta de bambu, chocalhos. Com a música, a criança ouve outros tipos de sons, aprende noções de ritmo e melodia.

Ela também precisa ter oportunidade de desenhar com lápis, carvão, pedra colorida, no papel ou no chão. Assim, pode aprender a segurar o lápis e seu desenho começa a apresentar formas, como bolinhas ou quadrados.

Ela também gosta de ver livros com figuras e de ouvir histórias que as pessoas contam e leem para ela.

Organizar espaço, brinquedos e materiais, no dia da Celebração da Vida, oferece oportunidade para a criança brincar e fazer atividades junto com outras crianças.

Clauser Bonifácio





Eli Pio

A criança tem oportunidade de brincar com outras crianças?

Nas brincadeiras com outras crianças, ela já conversa para trocar ou emprestar brinquedos, em vez de brigar por isso. Essas brincadeiras são boas porque a criança menor imita o que a mais velha faz e esta também ensina o que já sabe para uma criança mais nova que ela. Brincando juntas, as crianças estão sempre se desenvolvendo.

A criança também aprende, cada vez mais, com a fala. Quando a família conversa e responde às perguntas dela, está ajudando a criança a falar melhor e a entender como são as coisas no dia a dia. Nessa idade, ela pergunta o “porque” de tudo. “Por que fica de noite?”, “Por que o sino da igreja toca?”.

Ela pode notar e perguntar também sobre as diferenças entre meninos e meninas. “Por que menino faz xixi em pé?” “Por que menina não tem “piu-piu”?”. Cada família deve procurar responder de acordo com seus costumes e valores, sem enganar ou assustar a criança.





Enquanto participa com a família das atividades da casa, a criança vai observando e perguntando sobre as coisas. Aprende que os objetos podem ser iguais e diferentes. Quando os pais estão, por exemplo, separando as roupas para lavar, costurando, arrumando legumes e frutas, é bom deixar a criança ajudar. Assim ela aprende sobre tamanhos, formas, quantidades e cores.

Levar a criança à igreja faz parte de sua educação cristã e mostra que sua família pertence a um grupo de pessoas que se une pela fé, que são amigas e se ajudam.

A família precisa levar os filhos para passear e brincar, visitar parentes e amigos. É bom que a criança tenha oportunidade de ouvir contadores de história, assistir a teatros de fantoches, de mamulengos e a participar dos festejos de sua comunidade. Assim ela pode conhecer e valorizar o que as pessoas do lugar onde vive sabem fazer.

“Reserve momentos para brincar com suas crianças pois elas se desenvolvem brincando e brincar junto aproxima as pessoas da família.”
3º mandamento para a Paz na Família

A criança de 3 anos a 3 anos e 11 meses



Crianças com diferença no funcionamento do seu organismo

Arquivos da Pastoral da Criança



No acompanhamento que faz às famílias, você, líder, pode encontrar também crianças com diferenças no funcionamento do seu organismo. Elas podem não enxergar, não ouvir, não falar ou não conseguir se movimentar, por exemplo. Você pode encontrar também crianças que apresentem algumas doenças graves, como câncer, diabetes, entre outras.

Antes de tudo elas são crianças, com as mesmas necessidades que toda criança tem: amor, comunicar-se, brincar, aprender. Por isso as pessoas que cuidam delas é que precisam encontrar maneiras diferentes de responder às necessidades dessas crianças.

Você, líder, pode ajudar a encontrar na comunidade pessoas que possam orientar as famílias e, se for preciso, até mesmo prestar atendimento especializado. Quanto mais cedo isso for feito, melhor será para essa criança. Mas o melhor atendimento não substitui o amor e o acolhimento da família.

260

A criança de 3 anos a 3 anos e 11 meses





A família de uma criança com uma doença grave ou com uma diferença no funcionamento de seu organismo tem o desafio de lidar com essa situação. Líder, você pode apoiar os pais e familiares, ajudando-os a aceitar e amar a criança como ela é, incentivando-os a criar as condições e oportunidades adequadas à criança.

Quando uma família recebe uma criança com alguma função de seu organismo comprometida, ela não deve se voltar exclusivamente para o que a criança não consegue fazer, mas olhar para o que ela **pode fazer**. Por exemplo, a criança pode não conseguir falar, mas pode se comunicar por gestos. Nesse caso, o importante é atender à necessidade de comunicação da criança.

Do mesmo modo, uma criança que está de cama devido a uma doença grave pode ter sua necessidade de brincar atendida se as pessoas brincarem com ela na cama.





Pais e familiares devem aproveitar as rotinas domésticas para criar formas de incluir a criança nessas atividades: a hora do banho, de trocar a fralda, da alimentação e de lavar roupa. Levando-se em conta as características que a criança apresenta, devem agir com ela e não no lugar dela.

Mas só isso não é suficiente. A família precisa ter o verdadeiro compromisso de conviver com a criança. Além das rotinas domésticas, é necessário também incluí-la em todas as atividades sociais da família; por exemplo, nas saídas para compras, na ida à igreja, nos bailes e festas. Nesses programas é preciso incentivar a criança a participar, mas, principalmente, incentivar as outras pessoas a convidarem sempre a criança a participar das atividades, fazendo com que ela seja desafiada, que faça as coisas do seu jeito e sinta-se integrada ao grupo. Quando você, líder, incentiva isso, está colaborando para que essa criança não seja excluída.

O que torna uma criança deficiente é retirá-la do convívio com sua família, com outras crianças e com as pessoas do lugar onde mora.



Mês e ano a que se referem os dados

		01/2014	02/2014	1	2
5. Idade da criança (idade que a criança completa neste mês)		2 meses	7 meses		
6. Você visitou esta criança neste mês?		S	S		
A criança mama no peito?		S	S		
Peso x altura no trimestre (marcar)					
7. A criança cadastrada compareceu na Celebração da Vida?		S	S		
8. A mãe, pai ou responsável pela criança ajudou na Celebração da Vida? (espiritualidade, preparação do lanche, brincadeiras, etc)		S	S		
9. Existe horta caseira onde mora a criança (três ou mais variedades, incluindo frutas)?		S	S		
10. A criança ou a família comeu algo desta horta nas duas últimas semanas?		S	S		
Caso a criança tenha ficado doente neste mês, anote a doença		-	-		
11. A criança teve diarreia nas duas últimas semanas?		N	N		
12. Durante esta diarreia, que aconteceu nas duas últimas semanas, a criança tomou soro e a mãe insistiu com a alimentação?		-	-		
13. Quais indicadores de oportunidades e conquistas foram alcançados neste mês?		1 N	2 N	3 N	4 N
14. Os indicadores da pergunta 13 apontam situação desfavorável para o desenvolvimento da criança (nenhum indicador foi alcançado)?		N	N		
15. Todos os indicadores de oportunidades e conquistas foram alcançados?		N	N		
16. A criança foi levada ao Serviço de Saúde nos últimos 30 dias? (para vacinação, consulta de rotina ou porque estava doente)		S	N		
*17. Nesta ida ao Serviço de Saúde, a criança foi atendida?		S	-		
18. A criança está com a vacina completa para a sua idade?		S	S		
19. A gestante está em que mês da gestação?					

Em relação aos Indicadores de Oportunidades e Conquistas, também serão observadas diferenças. Por exemplo, no caso de uma criança cega ou que tenha uma perda na visão, os indicadores que se relacionam diretamente com o enxergar não poderão ser alcançados. Nesse caso, o líder deverá responder sempre **[N]** (não) aos indicadores de conquistas que dependem da visão.

Essa criança poderá apresentar também alguma diferença no seu modo de andar em relação às outras crianças. Então ela também pode alcançar outros indicadores em idade e de forma diferente de outras crianças que não têm a visão comprometida. Isso acontece porque os órgãos e as funções do nosso corpo dependem uns dos outros. Uma criança cega vai aprender a andar, a mexer e a usar os objetos de uma maneira diferente de outra, que enxerga.





Os indicadores são importantes porque dão pistas para ajudar na promoção do desenvolvimento da criança. Mas, como qualquer indicador, eles têm limites, não podem dar conta de todas as situações. Vocês, líderes, terão que descobrir a melhor forma de conversar sobre os indicadores e ajudar as famílias no caso específico dessas crianças. Uma das ajudas pode ser o atendimento especializado. A coordenadora de ramo pode apoiá-los nisso.

Muitas pessoas dizem que não se sentem preparadas para interagir com crianças que apresentam diferenças no seu organismo. Mas essa preparação acontece quando pais e familiares procuram descobrir e experimentar as melhores maneiras de conviver e ajudar a criança para que ela se desenvolva. Isso é um desafio. E para enfrentar esse desafio é muito bom para os pais saberem que podem contar com o apoio de outras pessoas, como você, líder.

É missão de todos que trabalham na Pastoral da Criança valorizar as famílias para que elas reconheçam sua competência para cuidar e educar seus filhos. É preciso, antes de tudo, buscar compreender cada família, valorizando suas práticas, ampliando seus conhecimentos sobre os cuidados e educação de suas crianças, procurando apoiá-las quando precisarem. Isso é manifestação concreta de amor!



A paz começa em casa



Arquivos da Pastoral da Criança

Jesus colocava-se ao lado dos pequenos, dos excluídos, e sempre os defendia. Ele acolhia e abençoava as crianças, tocava nelas, as abraçava e pedia: “Deixai as crianças virem a mim. Não as impeçais, porque a pessoas assim é que pertence o Reino de Deus” (Mc 10, 13-16). Ele reconhecia que os pequenos estão abertos para acolher o outro e aprender sempre mais, e por isso é que o Reino de Deus lhes pertence.

Na conversa com pais e familiares deve ser reforçado que as crianças pequenas aprendem, principalmente pelo exemplo, os valores que vão orientar suas escolhas na vida: saber o que é certo e errado como os pais ensinaram, tomar decisões justas em relação a seu próximo, ser capaz de fazer escolhas e se responsabilizar pelo que escolheram.

A criança de 3 anos a 3 anos e 11 meses





Quando a criança é tratada com amor e respeito, vê bons exemplos em casa e na comunidade, desenvolve atitudes e valores importantes para uma convivência verdadeira com as outras pessoas, como o perdão, a solidariedade, a gentileza, o respeito e a honestidade.

Para ajudar as famílias a educarem suas crianças para a paz, além do Guia do Líder, os líderes da Pastoral da Criança contam com um material chamado “10 Mandamentos para a Paz na Família”. Esse material está impresso atrás da capa deste Guia e traz reflexões importantes sobre como pais, familiares e pessoas da comunidade podem agir para criar um ambiente de amor e paz ao seu redor. Líder, esse folheto deve ser entregue e lido com cada família acompanhada.

“E vós, pais, não provoqueis revolta nos vossos filhos; antes, educai-os com uma pedagogia inspirada no Senhor.”
Ef 6,4



Alimentação



Eli Pio

O apetite da criança geralmente diminui nessa idade. Para que coma melhor é preciso que os pais ou os responsáveis estabeleçam horários para as refeições e lanches da criança e evitem que ela coma fora de hora.

A criança gosta de acompanhar os pais nas compras, na coleta de hortaliças e no preparo dos alimentos. Nessas oportunidades ela também aprende a apreciar alimentos mais saudáveis.

Uma criança bem alimentada tem mais saúde e aprende melhor. A família proporciona uma boa alimentação para a criança quando:

- ➔ consegue ter uma alimentação variada, fresca e limpa;
- ➔ anima e ajuda a criança a comer;
- ➔ dá o exemplo, comendo alimentos variados.

A criança de 3 anos a 3 anos e 11 meses



Intoxicações ou envenenamentos e afogamentos

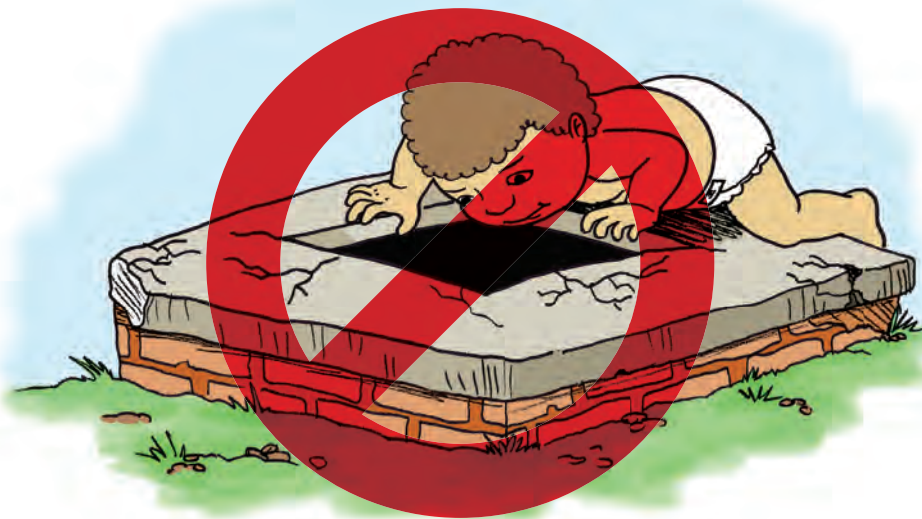
As crianças são muito curiosas, e os acidentes na infância, principalmente os domésticos, são comuns e merecem uma atenção especial dos pais ou de quem cuida delas. Líder, é bom conversar com a família sobre alguns cuidados para evitar que esses acidentes aconteçam. Uma orientação muito importante é falar para os pais que uma criança não deve cuidar de outra, pois o risco de acontecer um acidente é maior nessa situação.

Algumas dicas para evitar intoxicações ou envenenamentos são simples e podem ser aplicadas no dia a dia. Oriente a família para que:

- ➔ mantenha produtos de limpeza e medicamentos fora do alcance da criança;
- ➔ nunca troque produtos de limpeza de sua embalagem normal para outras embalagens, como garrafas plásticas. A criança pode se confundir;
- ➔ quando precisar dar remédio para a criança, não diga que é balinha (rebuçadas) ou doce;
- ➔ tenha cuidado com plantas que possam ser tóxicas.

Líder, se acontecer uma intoxicação, deve-se procurar o hospital imediatamente, levando também a embalagem do produto ou o que causou a intoxicação. Assim o tratamento fica mais rápido e eficiente. Não se deve provocar o vômito, pois existe risco de a criança aspirá-lo e isso causar pneumonia.





Para prevenir afogamentos, os pais devem ser orientados a não deixar seus filhos sem que um adulto esteja cuidando.

Em casa, logo após o uso, é preciso jogar fora a água de baldes e vasilhames. Os tanques de lavar roupa também oferecem perigo, assim como rios e cavas. Por isso, é preciso muita atenção dos pais ou de quem cuida da criança.

Líder, também é bom conversar com a família sobre o risco da criança engolir objetos ou pequenos alimentos, que, se forem para o pulmão, podem causar pneumonia grave. É bom ter cuidado também com chicletes (pastilhas), pipocas, balas (rebuçadas), caroços, pirulitos (sambapitos) e moedas.



Higiene

A saúde da boca depende de uma boa alimentação e da limpeza dos dentes. Os pais precisam cuidar da limpeza da boca da criança, fazendo a escovação dos dentes após as refeições, depois de comer alimentos açucarados e antes de dormir.



Teotônio Roque

A criança precisa ser ensinada a escovar os dentes da seguinte maneira:

- ➔ escovando (varrendo) de cima para baixo os dentes superiores e de baixo para cima os inferiores — esse movimento deve ser feito tanto na parte de dentro, próxima à língua, como na parte que fica junto da bochecha;
- ➔ limpando a parte plana dos dentes com movimento de vaivém, em especial os dentes de trás;
- ➔ escovando bem a língua e as gengivas.

O cuidado diário com a limpeza dos dentes evita o aparecimento de cáries, que causam dor e infecção, prejudicando a saúde e a vida normal da criança.

Agora a criança já sabe cuidar melhor de sua higiene, mas o acompanhamento dos pais sempre é muito importante. As unhas também merecem atenção. Precisam ser mantidas curtas e limpas, pois se ficarem sujas podem carregar germes quando a criança se coça.

Nessa idade, a criança já sabe se lavar e se vestir sozinha. Ela aprende hábitos de higiene quando a família mantém a casa limpa, estimula a criança a fazer sua própria higiene, verifica e elogia quando ela faz isso.

As crianças gostam de animais de estimação. O contato com eles pode ser uma das formas de aprenderem a ter obrigações, cuidando do seu animalzinho. Mas é necessário tomar alguns cuidados com a higiene do animal e não deixá-lo dormir junto com a criança. Os animais de estimação também podem trazer doenças.



Meio ambiente

A criança aprende a cuidar do ambiente vendo o exemplo das pessoas com quem convive. Quando na comunidade existe água tratada, rede de esgoto ou fossas adequadas e lugar certo para colocar o lixo fica mais fácil manter o ambiente saudável.

O governo também precisa se preocupar em oferecer locais limpos e seguros, onde as pessoas possam andar, passear e se distrair. E as famílias têm o dever de ajudar a manter esses locais.



Arquivos da Pastoral da Criança

Os cuidados com as plantas e árvores ajudam a manter o ar puro e a proteger as nascentes de água. Evitar o desperdício de água e as queimadas são cuidados com o meio ambiente que dependem tanto das pessoas quanto do poder público.

Cada um pode contribuir no cuidado com o meio ambiente. Os pequenos cuidados do dia a dia fazem do mundo um lugar melhor para todos.

Informações para o Brasil. Veja no Caderno do Líder as informações específicas de seu país.

Os medicamentos vencidos, ou aqueles que não serão mais usados, não devem ser jogados no lixo comum, na pia e no vaso sanitário, pois contaminam o meio ambiente. Líder, oriente as famílias a separar e a levar esses medicamentos em farmácias que tenham o programa de descarte ou no posto de saúde ou hospital mais próximo.



271

A criança de 3 anos a 3 anos e 11 meses



Hortas caseiras

Ter uma horta caseira ajuda a enriquecer a alimentação da família, aproxima as pessoas da natureza, protege e embeleza o meio ambiente.

O contato com a terra proporciona bem-estar para quem cuida e ainda contribui para a educação nutricional das crianças, pois passam a conhecer de onde vêm as verduras e frutas. Além disso, desperta nelas o interesse em comer os alimentos que elas mesmas plantaram.

A Pastoral da Criança considera horta caseira aquela que a família tem em casa e que possua três ou mais variedades, podendo incluir frutas. Um pé de limão, um pé de couve e um de coentro formam uma horta caseira.



Paula Pizzatto

A horta da família pode ser plantada no quintal, no jardim ou em vasos de barro, em garrafas de plástico e embalagens descartáveis de leite, iogurte, óleo, entre outras. Pode ser horta no chão ou na parede. Com um pouco de terra adubada, sementes, água, cuidado, carinho, criatividade e sol, muito alimento vai nascer e crescer.

Antes de iniciar uma horta caseira, é importante conhecer quais são os alimentos naturalmente produzidos na região em que as famílias moram e que se adaptam melhor ao clima local.

A criança de 3 anos a 3 anos e 11 meses





Marcia Moscatelli

É interessante cultivar os alimentos mais usados no dia a dia da alimentação da família, pois assim quem cozinha terá esses alimentos sempre ao alcance das mãos e não precisará comprá-los. Uma boa opção são os temperos, como cebolinha, cheiro verde, coentro, orégano, entre outros.

É importante lembrar que as frutas, verduras e legumes variam de acordo com a época do ano, portanto, é bom plantar mais de um tipo de fruta ou verdura para ter pelo menos uma produzindo, independentemente da estação. Com isso, será possível preparar sucos e receitas deliciosas, nutritivas e saudáveis.

No Caderno do Líder



- ➔ Na **pergunta 9**, marque **[S]** (sim) se existe **horta caseira** que possui três ou mais variedades de alimentos, podendo incluir frutas, ou marque **[N]** (não) se existe horta com menos de três variedades ou se não existe horta na casa da criança.
- ➔ Na **pergunta 10**, marque **[S]** (sim) se a criança ou pessoa da família comeu algo **desta horta** nas duas últimas semanas, ou marque **[N]** (não) se ninguém comeu algo desta horta.

A criança de 3 anos a 3 anos e 11 meses



Organizando as atividades do líder

A Pastoral da Criança se baseia no evangelho da multiplicação dos pães e peixes para iniciar e organizar o trabalho nas comunidades.

1. O Evangelho de São Marcos (Mc 6, 30-44) nos diz que Jesus ouviu tudo o que os apóstolos tinham feito e ensinado:
 - Líder, como você se sente atuando na Pastoral da Criança?
2. Nesse mesmo Evangelho, Jesus propõe que os apóstolos descansem um pouco. Eles partiram para um lugar deserto, sozinhos. Mas a multidão fica atrás, pois eram como ovelhas sem pastor:
 - Líder, quantas crianças e gestantes da sua comunidade necessitam da Pastoral da Criança?



3. Os discípulos queriam que Jesus mandasse a multidão ir embora, para procurar abrigo e comida, mas Jesus lhes ordena “Vós mesmos, dai-lhes de comer”:
 - Como encarar o desafio que Jesus nos faz hoje, para que sejamos os responsáveis por levar vida em abundância para todas as crianças e gestantes da nossa comunidade?



4. Jesus perguntou aos discípulos: “Quantos pães tendes? Ide ver”.

Um discípulo de Jesus disse: “Está aqui um menino com cinco pães de cevada e dois peixes. Mas o que é isso para tanta gente?”

(Jo 6, 8-9):

- Que recursos temos nas nossas comunidades (serviços de saúde, escolas, igrejas, associações de bairro, etc.)?
- Que pessoas podem nos ajudar em nossa missão?
- Isso é suficiente para satisfazer o povo de nossa comunidade?

5. Jesus, então, pediu aos discípulos que organizassem o povo em pequenos grupos para a refeição:

- E nós, como podemos organizar nossa comunidade em pequenos grupos de famílias para cada líder?

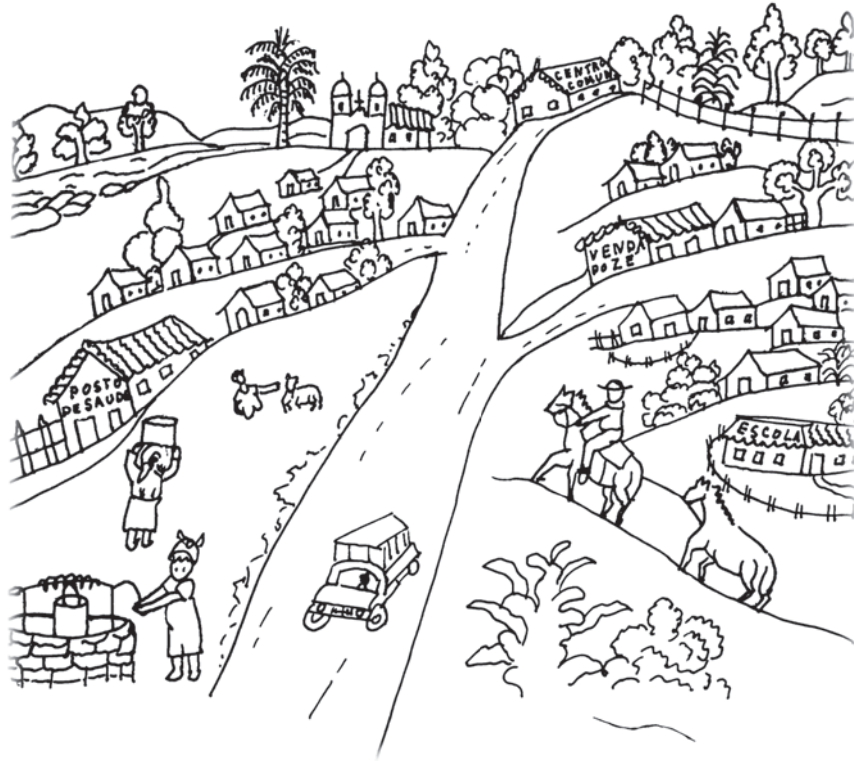
6. Então Jesus tomou os pães e peixes, pronunciou a bênção, partiu os pães e peixes e deu aos discípulos para que os distribuíssem:

- Como compartilhamos nossos dons, nosso tempo, conhecimento, experiência de vida e amor com os nossos próximos?

7. Todos comeram e ficaram saciados e ainda sobrou muito:

- Cremos que o pouco que temos, quando partilhado com a bênção de Jesus, é muito?
- Como saber se o que partilhamos está ajudando na busca da vida plena para todas as crianças e gestantes?





Para organizar as famílias, é importante que os líderes façam o **mapeamento da comunidade**; isto é, identifiquem quem são e onde moram as famílias com gestantes e crianças até seis anos de idade. Em seguida, é necessário que eles organizem, por líder, os grupos de famílias que serão acompanhadas.

Quando há muitas famílias, é preciso, num primeiro momento, atender às que mais necessitam, por exemplo, as famílias que têm gestantes, crianças mais novas ou doentes. Depois, o coordenador de ramo, com o auxílio dos líderes já preparados e atuantes, vai procurar outros líderes para acompanhar todas as famílias que identificaram na comunidade.

“ Quem de vós que tem 100 ovelhas e perde uma, não deixa as 99 no deserto e vai atrás daquela que se perdeu, até encontrá-la? ”
Lc 15,4



Jesus pediu que seus discípulos vissem se toda a multidão estava alimentada. Também é necessário ver se todas as gestantes, crianças e famílias acompanhadas estão conseguindo melhorar sua situação de vida. Para avaliar o trabalho que realiza, a Pastoral da Criança usa os indicadores do Caderno do Líder.

É o milagre de Jesus se repetindo nos dias de hoje!

Visita Domiciliar



Nessas visitas é **importante**:

- Conversar sobre o desenvolvimento das crianças, aproveitando os Indicadores de Oportunidades e Conquistas da idade da criança.
- Conversar sobre uma alimentação variada.
- Conversar sobre os riscos de acidentes por intoxicação/afogamentos.
- Verificar no Caderno do Líder quais as vacinas para a idade e se a criança está com as vacinas em dia.

Responder às perguntas do Caderno do Líder.

Tarefa desta etapa de capacitação



- Organize, com apoio do capacitador, um mapeamento da comunidade.
- Mantenha as visitas, entregue e leia os 10 mandamentos para a Paz da Família.

A criança de 3 anos a 3 anos e 11 meses





16ª Etapa da Capacitação

Para Avaliar e Celebrar

- ➔ O que as famílias acharam dos 10 Mandamentos para a Paz na Família?
- ➔ Você se lembra de alguma mensagem, oração ou canção para iluminar esse momento? Que tal essa oração?

Oração do Líder da Pastoral da Criança

Eis-me aqui, Senhor, pois me chamaste para realizar o árduo, mas belo serviço de líder comunitário da Pastoral da Criança na Igreja, nas comunidades, nas famílias, junto a quem mais precisa de atenção, amor, carinho, acolhida e gosto pela vida.

Senhor, Tu me confiaste a missão de anunciar Tua palavra e denunciar os sinais de morte, de testemunhar com a minha própria vida os valores do Evangelho, para que “todos tenham vida e a tenham em abundância”. Grande é a minha responsabilidade, mas confio na graça daquele que me escolheu e é fiel. Abençoa, Senhor, minhas mãos, meus pés, meus olhos e todos os meus sentidos.

Torna-me expressão do Teu amor, da Tua paciência, da Tua bondade, simplicidade e misericórdia, para que eu aprenda a ultrapassar as aparências, as situações e realidades humanas e Te encontre em cada mãe, em cada criança, na família, na comunidade e em cada ser indefeso que clama por mais vida, justiça e dignidade.

Caminha conosco, Senhor, para que possamos fazer da Pastoral da Criança um memorial vivo e permanente de Tua presença e missão junto às crianças, aos pobres necessitados. Amém.

Ver

A criança de quatro anos a cinco anos e onze meses

1. As famílias de sua comunidade consideram importante para seus filhos frequentarem a pré-escola?
2. Como apoiar as famílias a conseguir um atendimento de qualidade na pré-escola?



A criança de quatro anos a cinco anos e onze meses

Como a criança pode aprender e se desenvolver

Nessa idade, a criança já consegue brincar de faz de conta sem usar os brinquedos que são miniaturas dos objetos dos adultos. Por exemplo: ela fala que vai dar comida para sua filha, então imagina que está com um pratinho na mão dando comida para a sua boneca. Ou então imagina que é o pai no caminhão, pega uma coisa redonda, por exemplo, e começa a dirigir (conduzir).



Eli Pio

A brincadeira de faz de conta ajuda a desenvolver o pensamento da criança, que agora se apoia em ideias e palavras. A criança aprende que pode pensar sobre uma coisa falando sobre ela. Por exemplo, ela fala “carro” e pode pensar muitas coisas sobre ele sem estar vendo o carro: qual sua cor, quantas rodas tem, como dirigir o carro.

A imaginação e o pensamento apoiado em ideias e nas palavras são importantes porque ajudam a criança a ler e escrever.

A criança de 4 anos a 5 anos e 11 meses





Eli Pio

As pessoas da família têm oportunidade de ler para a criança?

Ler, escrever e contar são conhecimentos importantes para um cidadão. A criança começa a aprender isso nas conversas, brincadeiras e atividades que faz junto com sua família. Quando alguém lê para ela histórias da Bíblia, de revistas, de livros ou cartas de parentes, está ajudando a criança a entender que coisas escritas comunicam ideias e notícias. Com isso ela pode começar a se interessar por aprender a ler.

A criança continua curiosa. Pode, por exemplo, perguntar de onde vêm os bebês, principalmente quando a mãe ou alguém que ela conhece está grávida. É bom responder somente ao que ela perguntar, de forma bem simples e sem mentira.

A criança gosta de ouvir os pais contando casos da família, dos amigos. Gosta quando eles falam de coisas que valorizam, como seu trabalho, sua religião, seus sonhos. Assim, ela aprende também a contar seus casos e histórias e a ter seus próprios sonhos.

A criança de 4 anos a 5 anos e 11 meses





As pessoas da família valorizam e animam a criança a desenhar?

A maioria das crianças gosta muito de desenhar. Quando os pais valorizam o desenho, a criança se sente capaz, fica feliz e animada a desenhar mais.

Quase sempre a criança não desenha o que vê, mas o que sabe das coisas e o que acha mais importante nos objetos.

Agora, a criança já pode desenhar formas que parecem o sol, bonecos e casas. Ela aprende que, pelo desenho, pode contar alguma coisa para outra pessoa. Por isso, o desenho também ajuda a criança a aprender a ler e escrever.

A criança agora sabe falar o que faz, pensa e sente, usando muitas palavras e frases maiores. Responder às perguntas dela e ouvir suas opiniões é uma forma de mostrar atenção e respeito pela criança e ajudá-la a falar cada vez melhor.





Pedro Serapio

As pessoas da família mostram ou convidam a criança a participar de suas atividades?

A criança continua gostando de fazer certas atividades da casa junto com os adultos: varrer o chão ou lavar uma roupa, dar comida para os animais. Ela gosta muito de aprender o que eles fazem no trabalho. Quando pode participar de atividades junto com os pais e irmãos maiores, ela aprende a ajudar os outros, sente-se mais capaz e começa a entender o valor do trabalho para as pessoas.

Por volta dos cinco anos, a criança gosta de participar de jogos em que precisa seguir regras. Por exemplo, o jogo de dominó — em que só pode juntar peças com quantidades iguais; na amarelinha — em que precisa esperar sua vez e não pode pular pisando na linha. É bom os adultos jogarem com ela. Assim, podem, pelo exemplo, ensinar a ela a conviver bem, respeitando os outros.



O contato com plantas e animais faz a criança aprender a gostar e a respeitar a natureza. Mas a família precisa ensinar à criança sobre os animais perigosos, como cobras, aranhas, escorpiões e mostrar as plantas que são venenosas, para que ela aprenda a se defender deles.

J. R. Ripper



Acidentes domésticos

Se a criança for agredida por algum animal, o local deve ser lavado com água e sabão e a criança deve ser examinada para saber se é necessário tomar soro ou vacina. Se ela colocar na boca uma planta venenosa, é preciso que seja levada, com urgência, ao médico.

ATENÇÃO

A família deve tomar cuidado com pessoas estranhas na comunidade, procurando saber quem são e o que fazem. É preciso ensinar à criança que ela não deve acompanhar ou ir para a casa de pessoas que sua família não conheça.

É bom a família ensinar para a criança o nome do lugar onde moram e o nome completo dos pais. Com isso, no caso de se perder, ela não fica tão assustada e pode indicar onde fica sua casa.

É preciso que a família tome cuidado para que a criança não brinque com fogo e não fuja para a rua. Ficando sozinha fora de casa, ela pode ser atropelada, pode se afogar em lagoas, rios, valetões, piscinas e pode também ser sequestrada (raptada).

A criança de 4 anos a 5 anos e 11 meses

283





Hoje em dia, a maioria das famílias tem televisão em casa. As crianças, desde bem pequenas, assistem não só aos programas feitos para elas, mas também aos de adultos. Isso varia em cada família. A televisão é, portanto, uma das fontes das quais as crianças recebem informações e exemplos de comportamento.

Para entender aquilo a que assiste, a criança precisa encontrar, na família, momentos para conversar e brincar sobre o que a televisão apresenta.

Ainda não se sabe bem em que a televisão ajuda e em que prejudica o desenvolvimento da criança. O que se sabe é que assistir à televisão muitas horas por dia prejudica a criança: não é recomendável que a televisão substitua as brincadeiras e as conversas com a criança.



Educação infantil - Pré-escola



A partir dos quatro anos é importante a criança frequentar uma pré-escola, a qual deve ter uma proposta pedagógica que leve em conta o modo como a criança vive, aprende e se desenvolve. Na pré-escola, a convivência entre crianças, e também entre adultos e crianças, deve valorizar o diálogo e o respeito ao próximo, bem como a ampliação de saberes e conhecimentos.

Informações para o Brasil. Veja no Caderno do Líder as informações específicas de seu país.

Segundo as Diretrizes Curriculares Nacionais para Educação Infantil (MEC/SEB), a proposta pedagógica é o plano orientador das ações da instituição e define as metas pretendidas para a aprendizagem e o desenvolvimento das crianças que nela são educadas e cuidadas.



285

A criança de 4 anos a 5 anos e 11 meses



Uma boa pré-escola precisa de:

- ➔ professores e outros profissionais bem formados;
- ➔ alimentação, higiene e repouso adequados;
- ➔ locais para brincadeiras e atividades ao ar livre;
- ➔ atividades pedagógicas;
- ➔ brinquedos de vários tipos, jogos variados; instrumentos musicais, som, fitas, discos; livros de história, revistas, jornais;
- ➔ materiais variados como lápis, tintas, cola, tesoura, papel, massa de modelar, sucata;
- ➔ acesso a espaços, materiais, objetos, brinquedos, informações e condições para o atendimento a crianças com diferença no funcionamento do organismo;
- ➔ prédio com instalações seguras e adequadas para as crianças realizarem as atividades pedagógicas, de alimentação, higiene, repouso e brincadeiras.

Quando a família participa das atividades, frequenta reuniões e realiza encontros com os profissionais da pré-escola, está colaborando para que a educação pré-escolar atenda às necessidades reais das crianças.



J. R. Ripper

Informações para o Brasil. Veja no Caderno do Líder as informações específicas de seu país.

A pré-escola faz parte da educação básica e é dever do governo municipal oferecê-la para as famílias matricularem suas crianças de quatro e cinco anos de idade. No site <http://portal.mec.gov.br/educaçãoinfantil> encontra-se a publicação *Diretrizes Curriculares Nacionais para Educação Infantil*, que traz as informações sobre o atendimento em creche e pré-escola.



Nos lugares onde não existem pré-escolas ou elas não oferecem atendimento de qualidade, os líderes da Pastoral da Criança e outras lideranças comunitárias, junto com as famílias, podem se organizar para conseguir com o governo de seu município esse atendimento, que é importante para a aprendizagem e o desenvolvimento das crianças.

A criança de 4 anos a 5 anos e 11 meses





Eli Pic

Quando vive em um ambiente favorável ao seu desenvolvimento, a criança pode se desenvolver porque participa de atividades feitas junto com as pessoas de quem ela gosta e que gostam dela. São atividades do seu dia a dia e do lugar onde vive. Por isso, têm sentido e são importantes para a vida dela.

Se a criança vive no campo, tem mais oportunidade de aprender a cuidar de animais, de andar a cavalo. Se ela vive na cidade, tem mais oportunidade de aprender a ligar uma televisão, a andar de ônibus (auto carro). Se a criança vive numa família que tem fé, aprende a amar e a respeitar a Deus e a seu próximo. Se a criança vê os pais e familiares em atitudes de respeito, honestidade e responsabilidade, vai aprendendo a agir assim.

Cada criança aprende a seu modo e no seu tempo o que as pessoas ensinam para ela. Quando a criança é animada e ajudada pelo adulto e por outras crianças maiores a fazer o que ainda não sabe, ela consegue fazer. Criança não se desenvolve sozinha.



Alimentação



Teotônio Roque

Os cuidados na alimentação devem continuar durante o crescimento da criança. Para tanto, é importante que a família se alimente bem, pois a criança vai comer o que os pais comerem.

A alimentação saudável faz parte de um processo de aprendizagem. Por isso é importante despertar a curiosidade da criança para conhecer as diferentes cores, formas e texturas dos alimentos.

Para facilitar esse processo as crianças podem participar da preparação da comida ajudando nas atividades fáceis e sem perigo, como lavar uma verdura, colher um temperinho na horta ou ajudar a escolher uma fruta na feira. Assim, elas conhecem mais sobre os alimentos da região em que a família mora e aprendem naturalmente a gostar de comidas saudáveis.



Para uma boa educação alimentar, algumas dicas podem ajudar, tais como:

- ➔ Conversar nas visitas sobre como é importante e educativo estabelecer horários para as refeições, mas sem rigidez para não transformar esses momentos, que devem ser agradáveis, em fonte de nervosismo e agitação.
- ➔ Lembrar aos pais que para as crianças é muito bom que as refeições sejam feitas em família, com a televisão desligada. As refeições são ótimas oportunidades para conversar com a criança e saber o que ela está sentindo e pensando.
- ➔ Preparar pratos coloridos que chamam a atenção das crianças e despertem o apetite.
- ➔ Estimular a mãe a não desistir no primeiro “não gosto disso” ou diante das caretas das crianças. A paciência e a dedicação são preciosas na educação alimentar. A criança tem todo o direito de recusar, assim como de experimentar de novo.
- ➔ Lembrar que não há necessidade de acrescentar açúcar nos sucos, leite e chás.

Líder, anime cada família a fazer sua horta caseira, utilizando pequenos espaços de seu quintal para cultivar temperos e hortaliças.

Katiuscia Dier Francisco



Visita Domiciliar



Nessas visitas é **importante**:

- Conversar sobre o desenvolvimento das crianças.
- Conversar com pais e familiares destacando a importância do exemplo para a educação das crianças.
- Incentivar uma alimentação variada.
- Conversar sobre a prevenção de acidentes.
- Verificar no Caderno do Líder quais as vacinas para a idade e se a criança está com as vacinas em dia.

Responder às perguntas do Caderno do Líder.



Missão da Pastoral da Criança

“*Eu vim para que todos tenham vida,
e a tenham em abundância.*”
(Cf Jo 10, 10)

A caminhada com Jesus

No início de nossa capacitação refletimos sobre a realidade de nosso país e vimos que nem tudo está conforme o plano de Deus.

Juntos estudamos a proposta da Pastoral da Criança para enfrentar o desafio de salvar vidas e contribuir para a criação de um ambiente favorável ao desenvolvimento de todas as crianças, em especial às de famílias mais pobres.

Cada um dos participantes desta capacitação já faz parte da grande família da Pastoral da Criança.

Como isso aconteceu?





Eli Pio

Uma pessoa torna-se parte da família da Pastoral da Criança quando põe em prática a sua fé e vai ao encontro das crianças e gestantes de sua comunidade. É como disse São Tiago: *“Meus irmãos, que adianta alguém dizer que tem fé, quando não a põe em prática? Podeis ver, pois, que alguém é justificado com base naquilo que faz e não simplesmente pela fé”* (Tg 2, 14.24).

No início da capacitação, fomos ao encontro das gestantes. Com elas aprendemos e também partilhamos o que víamos em nossos encontros. E assim continuamos nossa capacitação, no seguimento de Jesus, sabendo que Fé é movimento para servir. Fé é vida.

Mas não é bom que o líder trabalhe só, afinal Jesus *“Chamou os Doze, começou a enviá-los dois a dois”* (Mc 6, 7).

“Dois a dois” indica que a missão é um serviço comunitário e que os seguidores de Jesus devem se ajudar uns aos outros em suas atividades. Na Pastoral da Criança, cada líder deve buscar uma pessoa de apoio na comunidade para ajudá-lo a cumprir sua missão junto às famílias.



Ficar com Jesus

Jesus constituiu o grupo dos doze apóstolos “*para que ficassem com ele e para que os enviasse a anunciar a Boa Nova, com o poder de expulsar os demônios*” (Mc 3,14-15).

Ficar com Jesus significa estar unido a Ele, comprometer-se com Ele e com o Seu projeto de vida para todos.



Arquivos da Pastoral da Criança

Pregar é **anunciar a Boa Nova** de Jesus: ele veio trazer vida plena para todas as pessoas. Na Pastoral da Criança anunciamos a Boa Nova ajudando gestantes e famílias a perceberem a sua dignidade de filhos de Deus. À medida que criamos condições para as crianças se desenvolverem, elas vão adquirindo condições dignas de vida plena e realizam o projeto de Jesus.

Na Bíblia, a expressão **expulsar os demônios** significa libertar as pessoas de toda a alienação; isto é, ajudá-las a pensar por elas próprias. Na Pastoral da Criança, ajudamos as famílias a pensar e agir cada vez mais por elas mesmas e a perceber que são capazes de renovar a sua comunidade.



Desafios da missão

Jesus sabia das dificuldades que seus apóstolos tinham para entender a sua proposta, a sua missão. O Evangelho de Marcos relata, depois do milagre do pão, que os discípulos *“não tinham compreendido nada a respeito dos pães. O coração deles continuava sem entender”* (Mc 6, 52).

Ainda no Evangelho de Marcos vemos que os discípulos: não sabem quem é Jesus, não entendem a sua prática, não entendem a sua nova ética e ainda discutem entre si para ver quem deles seria o maior.

Houve momentos em que as palavras de Jesus encontraram uma forte resistência. Muitos discípulos disseram: *“Essa palavra é dura. Quem consegue escutá-la?... A partir daquele momento, muitos discípulos o abandonaram e não andavam mais com ele”* (Jo 6, 60.66).

Mas todos esses problemas de Jesus com seus discípulos, de certa forma, não representaram tanto quanto o abandono deles por ocasião de sua paixão e morte: sabemos como Pedro negou Cristo três vezes (Lc 22, 61).



Depois de sua morte, Jesus apareceu aos discípulos e *“os criticou pela causa da falta de fé e pela dureza de coração, porque não tinham acreditado naqueles que o tinham visto ressuscitado”* (Mc 16, 14).

Em alguns momentos, podemos ter a mesma tentação dos discípulos, de deixar de seguir Jesus por acharmos muito difícil implantar o seu projeto. São os momentos de desânimo e dispersão. Nesses momentos, precisamos pensar e conversar sobre as causas do desânimo.

Muitos podem se sentir inseguros para realizar o trabalho e achar que este está acima de suas forças. Outros podem desanimar porque o trabalho na comunidade não vai para frente e vários líderes já estão deixando de atuar. E aí podem ser tentados a abandonar Jesus; talvez numa hora em que Ele e outros líderes mais precisam de você.

Ainda pode haver desânimo entre os líderes porque estão fazendo um trabalho sem perceber a presença de Deus, como os discípulos que não entendiam o sentido da missão de Jesus como Messias.

Como superar esses desafios?
Onde arrumar forças para isso?



A força que vem do alto

Na Pastoral da Criança, a força para nossa caminhada vem, principalmente, da Espiritualidade Cristã. Esta é baseada:

- ➔ Na fé no Deus Uno e Trino, ou seja, em Deus Pai, em seu filho Jesus, Salvador e Libertador, e no Espírito Santo.
- ➔ Na participação constante na Igreja, a família dos filhos de Deus.
- ➔ Num processo contínuo de conversão e seguimento de Jesus Cristo.

A espiritualidade cristã, nosso jeito de viver o amor, une oração e ação no trabalho pastoral, ajuda-nos a perceber as maravilhas que Deus opera em nosso meio, afinal, fé é vida. Podemos louvar e agradecer a Deus com orações, salmos, cânticos e também com as conquistas no serviço da **Caridade Cristã**.

Deus é Amor. Nele nós encontramos a força para continuar a caminhada!

Como os discípulos, muitos de nós podemos não nos sentir completamente preparados para atuar junto às famílias de nossa comunidade, a fim de cumprir a missão de levar vida plena a todos. Mas é preciso ter a certeza de que Jesus está presente entre pessoas valiosas, que se dispõem a continuar o projeto Dele. Jesus nos acompanha, como acompanhou seus discípulos durante o tempo em que esteve com eles (Cf. Mc 16, 20).



A força que vem dos irmãos

Fazer é saber. Na Visita Domiciliar, no Dia da Celebração da Vida e nas Reuniões para Reflexão e Avaliação aprendemos cada vez mais.

Ao fazer essas atividades e continuar a formação, ou seja, aprofundar e atualizar conhecimentos, trocar experiências sobre as situações das famílias, ficamos cada vez mais confiantes e preparados. Assim temos mais chances de descobrir como contribuir para a promoção das famílias, pois a realidade que encontramos é muito desafiante e exige atualização constante. Ação e formação ajudam a nos sentirmos mais capazes e felizes.

A **formação contínua** é um direito dos líderes da Pastoral da Criança. Essa formação acontece, principalmente nas Oficinas de Formação Contínua Integrada (OFCI) que devem ser realizadas, pelo menos, uma vez ao ano, com o apoio de coordenadores e capacitadores e nas Reuniões para Reflexão e Avaliação (RRA). Ferramentas como a Revista Pastoral da Criança, o programa de rádio Viva a Vida, que estão explicados na parte **“Para saber mais”** deste Guia, e o site da Pastoral da Criança, entre outros, podem servir de apoio.

Arquivos da Pastoral da Criança



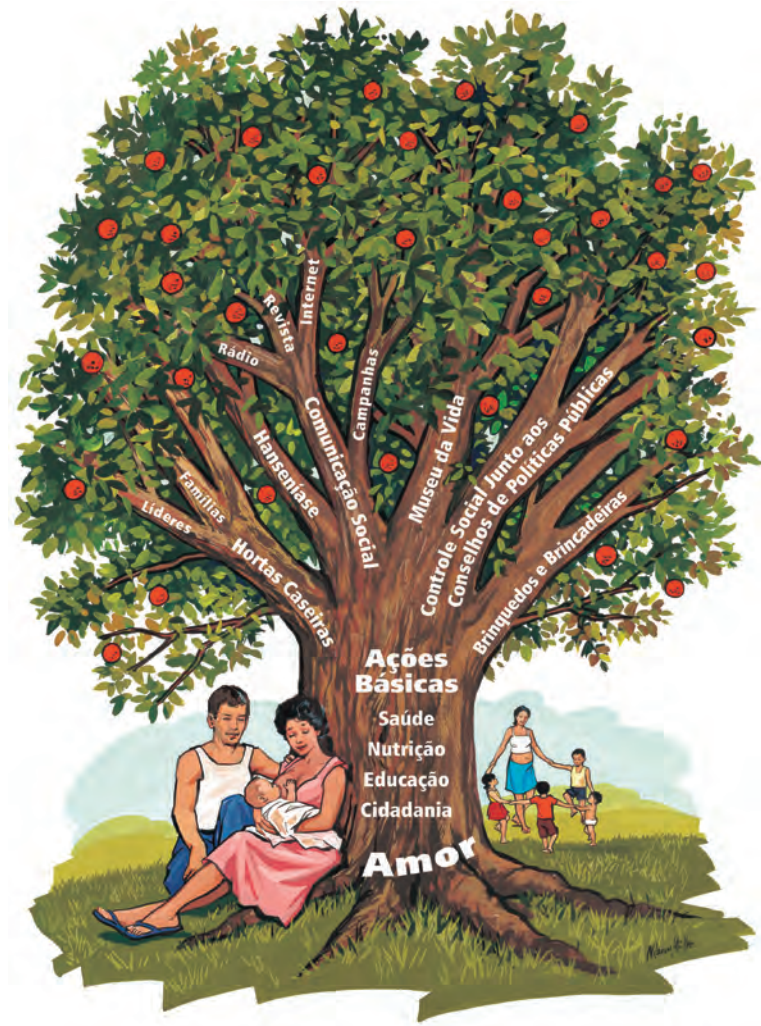
Assim, o trabalho na Pastoral da Criança vai tecendo, em cada comunidade, uma rede entre todas as pessoas que estão envolvidas nele: líderes, famílias, coordenadores, capacitadores. Todos juntos formam uma rede comunitária de apoio, solidariedade e amor ao próximo.



Líder, ao atuar na comunidade, você está unido a todas as pessoas que contribuem e já contribuíram com a Pastoral da Criança, concretizando sua missão. Assim, faz crescer a semente que foi lançada em 1983 e transformou-se em uma grande árvore.

Nessa árvore, a raiz de sustentação é o **Amor**. É essa experiência de Deus em nós, por nós e conosco que é a raiz de nossa vida. Deus é Amor. Com Jesus aprendemos que amor é a prática concreta de doação e de martírio. A fé é a expressão do amor na vida cotidiana. Fé é movimento. Fé é vida.

O **tronco** é formado pelas Ações Básicas de Saúde, Educação, Nutrição e Cidadania. Nos **galhos** estão as Ações Complementares e as Ações Opcionais que a comunidade necessitar. Os **frutos** são os resultados alcançados nas comunidades.



“... se a raiz é santa, os ramos também são santos...
toma consciência de que não és tu que
sustentas a raiz, mas é a raiz que te sustenta.”
Rm 11, 16.18

Líder, você está terminando sua capacitação no Guia do Líder. Você é uma pessoa especial, pois escolheu uma missão que exige compromisso, dedicação e um grande amor ao próximo. Mas, você e os outros líderes da sua comunidade não estão sozinhos. Fazem parte agora da grande rede de amor, solidariedade, cidadania e paz da Pastoral da Criança!

Agora você é discípulo missionário de Jesus, pois aceita sua palavra, sua pessoa, seu projeto. Você se torna pastor como Ele e vai, principalmente, ao encontro dos mais necessitados com a atitude daquele que ama, que cuida, que orienta, que adverte e também ampara.

A atuação de todos na Pastoral da Criança e, principalmente de você, líder, é uma escolha diária pela **vida plena** das crianças e gestantes.

Douglas Mansur



“*Louvavam a Deus e eram estimados por todo o povo. E, cada dia, o Senhor acrescentava a seu número mais pessoas que estavam sendo salvas.*”

At 2,47



Celebração de Envio

Na Pastoral da Criança celebramos a presença de Jesus nos sacramentos, no anúncio da Palavra, no serviço de caridade fraterna ao irmão e à irmã. Celebramos sua Palavra, que nos chega pela Bíblia, pela oração e ação no trabalho junto às crianças, gestantes e famílias.

A Celebração é como o sol que irradia luz e esperança, iluminando e estimulando todos que estão unidos numa mesma Missão: “Eu vim para que todos tenham vida e a tenham em abundância” (Jo 10,10).

A criatividade de cada grupo que se reúne para celebrar faz com que a celebração da Fé se renove a cada dia, gerando sempre novos frutos de paz, justiça, solidariedade e caridade fraterna ao irmão no diálogo entre todos.

Você, que é Líder da Pastoral da Criança, com seu saber e coragem de fazer, é enviado para ajudar as crianças e as famílias de sua comunidade.

Junto com as mães, os pais e outras pessoas de boa vontade, podem mudar para melhor a vida de crianças e gestantes do Brasil.

Você, líder da Pastoral da Criança, é de grande valor diante das pessoas e diante de Deus!

“ Ovi, então, a voz do Senhor que dizia:
‘A quem enviarei? Quem irá por nós?’
Respondi: ‘Aqui estou. Envia-me’.
Is 6,8 ”

Tarefa desta etapa de capacitação

- ➔ Organizar, **com sua comunidade**, uma Celebração de Envio, de acordo com a vivência e realidade dos líderes dessa capacitação.



Para saber mais

Líder, você vai encontrar a seguir informações para serem vistas depois que terminar a capacitação. Elas podem ser estudadas e discutidas na **Reunião para Reflexão e Avaliação (RRA)** e nas **Oficinas de Formação Contínuas Integradas (OFCI)**, e completam os temas que foram estudados durante a capacitação. Essas informações permitem que conheça mais como a Pastoral da Criança atua e aprimore o acompanhamento que faz às gestantes, crianças e famílias.

Brinquedistas e brincadores

A Pastoral da Criança tem, além das informações sobre o brincar que estão neste Guia, a Ação Brinquedos e Brincadeiras, porque brincar é uma necessidade para o desenvolvimento da criança. A brincadeira livre é a única atividade em que a escolha está com a criança, pois ela é quem deve decidir como, com o que e com quem quer brincar. Os limites para a brincadeira são a segurança e o respeito ao próximo.

Com essa Ação podemos mostrar às famílias a importância do brincar e aumentar as oportunidades para as crianças brincarem, principalmente juntas e também ao ar livre.

Nas comunidades que já têm as Ações Básicas implantadas pode ser iniciada a Ação Brinquedos e Brincadeiras que envolve brinquedistas e brincadores.

Os brinquedistas devem morar em uma comunidade acompanhada pela Pastoral da Criança, são capacitados no Guia do Líder, na Ação Brinquedos e Brincadeiras e ficam responsáveis por preparar e acompanhar os brincadores na comunidade em que moram e em outras próximas a ela.

Os brincadores podem ser, entre outras pessoas, adolescentes, jovens, idosos, mães e pais das crianças e os apoios dos líderes. Eles não precisam morar na comunidade e são preparados por meio do Dicas nº 51 “O brincador e a brincadeira da criança”.

Como será a atuação do brincador?

Ele deverá atuar, principalmente, no Dia da Celebração da Vida e, sempre que puder, nas Ruas do Brincar e nas Oficinas de Confecção de Brinquedos. Os responsáveis por preparar os brincadores são os brinquedistas, que devem morar numa comunidade acompanhada pela Pastoral da Criança.

Rodas de Conversa

As **Rodas de Conversa** são reuniões comunitárias participativas onde os pais, familiares das crianças acompanhadas e outras pessoas da comunidade se reúnem. Nessas reuniões eles podem conversar e buscar soluções para questões que afetam a todos, como falta de creches, pré-escolas ou de saneamento básico, atendimento no serviço de saúde ou problemas como drogas, violência na comunidade.

Rodas de Conversa são então momentos, além do Dia da Celebração da Vida, para conversar com as famílias acompanhadas e outras famílias da comunidade. Realizar uma Roda de Conversa a cada **três meses** contribui para unir, fortalecer e ampliar os conhecimentos das pessoas na comunidade.

Com as famílias reunidas para conversar, todos têm mais condições de discutir os problemas, verificar quais precisam ser resolvidos junto com autoridades municipais, quais os deveres das pessoas. Podem descobrir soluções e planejar ações que precisam ser feitas para garantir os direitos das crianças e das famílias.

Assim como Jesus multiplicou pães e peixes, os líderes, os coordenadores da Pastoral que organizam e realizam as **Rodas de Conversa** podem chamar outras pessoas para partilharem seus conhecimentos e experiências a fim de saber mais sobre algum assunto ou ajudar a pensar como pode ser encaminhado o problema que aflige a todos. Por exemplo: profissionais que trabalham na área social, de saúde, de educação; conselheiros municipais; líderes religiosos das diferentes igrejas; pessoas de outras pastorais, entre outros. Assim o saber, o fazer, os recursos, a solidariedade são multiplicados, e todos podem ser beneficiados.

Famílias informadas e organizadas sabem quais são seus deveres e têm maior poder de pressão para exigir seus direitos!

Rezar e agir pela criança

O Dia Mundial de Oração e Ação pela Criança reúne pessoas de fé e de boa vontade para assumirem compromissos ao longo do ano com a infância ao redor do mundo. Este dia foi lançado no Brasil em 2009. A iniciativa faz parte da Rede Global de Religiões pelas Crianças (GNRC), em colaboração com instituição Arigatou Internacional, do Japão. As atividades acontecem na semana do dia 20 de novembro de cada ano. Este é um período mais intenso de orações e ações para a proteção dos direitos e a promoção do bem-estar das crianças, em especial as mais vulneráveis.

A Convenção dos Direitos da Criança proclamada em 20 de Novembro de 1989 manifesta que toda criança tem direito à vida e precisa de:

- ➔ amor, atenção e cuidado dos pais e familiares;
- ➔ condições para o desenvolvimento físico, mental, espiritual, moral e social;
- ➔ oportunidade para uma crença;
- ➔ tempo para descansar e brincar livremente.

Participam do Dia de Oração e Ação pela Criança as organizações públicas, sociais e religiosas, como igrejas cristãs, tradições religiosas africanas, indígena, judaica, budista, muçulmana, espírita, bahá'í, hare krishna, cigana dentre outras.

Desde a fundação da GNRC no ano 2000, as tradições religiosas que integram a Rede assumiram o compromisso de mobilizar recursos e medidas interreligiosas de comunicação e diálogo contra todas as formas de negação dos direitos das crianças. Junto com o dia de Oração e Ação, os integrantes da GNRC promovem o programa de Educação Ética Aprender a Viver Juntos e a mobilização de recursos para acabar com a pobreza infantil.

A sociedade civil e as tradições religiosas devem estar cada vez mais articuladas e atentas para participar da construção de políticas públicas de qualidade para as crianças. Além disso, exigir que os recursos sejam previstos no orçamento e bem aplicados nessas políticas. As diferentes tradições religiosas dispõem de capilaridade e podem atuar de maneira articulada para promover com coragem os direitos das crianças e adolescentes. Esta é uma maneira de rezar e agir pela criança.

Meios de comunicação para formação contínua e animação

Revista Pastoral da Criança

A Revista Pastoral da Criança é um importante instrumento de formação contínua para os líderes. Apresenta artigos de temas atuais que podem ser estudados nas Reuniões para Reflexão e Avaliação (RRA) que acontecem mensalmente e também durante as Oficinas de Formação Contínua Integrada.



Raimundo Santos

Receber a Revista da Pastoral da Criança a cada três meses é um direito de cada líder de comunidade que envia FABS. E cada nível de coordenação é responsável por fazer chegar a revista até o líder.

Líder, leia a revista e veja o quanto ajuda em sua formação para orientar as famílias. Com sua criatividade e dedicação, leia também os artigos da revista junto com as famílias que você acompanha e a utilize para divulgar e fortalecer ainda mais a Pastoral da Criança em sua comunidade. Faça da revista um apoio a sua luta por mais vida e dignidade para todas as gestantes, crianças e famílias acompanhadas.

A revista foi lançada em 2015, mas desde 1987 já existia um material que era enviado aos líderes com a finalidade de auxiliar na sua formação contínua: o Jornal Pastoral da Criança. Publicado por quase 20 anos, o jornal foi essencial para registrar a história e as ações da Pastoral da Criança ao longo dos anos.

Além de receber a revista impressa, você pode acessar esse material educativo também pelo site da Pastoral da Criança, inclusive pelo celular, através do link: www.pastoraldacrianca.org.br/revista.

Programa Viva a Vida

O programa de rádio Viva a Vida tem um papel muito importante na história da Pastoral da Criança. É um programa semanal, com 15 minutos de duração, que está no ar desde 1990. É produzido pela Pastoral da Criança e enviado gratuitamente para emissoras de rádio, comerciais e comunitárias, em todo o Brasil.



O Viva a Vida destina-se às famílias, principalmente às mães, e aos líderes da Pastoral da Criança. Ele aborda assuntos ligados às ações básicas de saúde, nutrição, educação, cidadania e participação no controle social por meio de políticas públicas. Em muitas rádios já existe também um programa Viva a Vida produzido no local, por comunicadores da Pastoral da Criança. O Programa Viva a Vida permite que, apesar das grandes distâncias, milhões de pessoas possam ter acesso à informação, sintonizando a emissora mais próxima e contribuindo, assim, para uma maior participação comunitária e na melhoria das condições de vida nas comunidades.

Líder, converse com sua coordenadora de ramo para saber onde ouvir e como divulgar o programa Viva a Vida.

Procure saber quais emissoras em sua região transmitem o programa e em que horário. Incentive as famílias da comunidade a sintonizar e a participar do programa local. Use você também os CDs com os programas nas reuniões da comunidade, no dia da Celebração da Vida e discuta os temas apresentados.

Faça do Viva a Vida um instrumento eficaz para desenvolver sua missão na Pastoral da Criança.

Líder, você também pode escutar o Programa Viva a Vida pela internet, até mesmo pelo seu celular. Está disponível no site da Pastoral, através do link: **www.pastoraldacrianca.org.br/vivavida**.

Site e mídias sociais

Fique por dentro de nossas atualizações!

A Pastoral da Criança está presente também na internet, através do site e das chamadas mídias sociais (ferramentas colaborativas que possibilitam a interação social entre seus usuários e o compartilhamento de informação em diferentes formatos).

Em nossos meios virtuais, você encontra:

- ➔ informações sobre amamentação, importância do pré-natal, desenvolvimento infantil, alimentação saudável, saúde, higiene, cidadania, entre outros assuntos;
- ➔ temas semanais relacionados aos cuidados com a gestantes e com a criança;
- ➔ notícias atuais sobre a situação da Pastoral da Criança no Brasil e no mundo;
- ➔ materiais educativos e de campanhas, disponíveis gratuitamente para baixar;
- ➔ reflexões sobre Fé e Vida;
- ➔ vídeos sobre as ações da Pastoral da Criança;
- ➔ espaço das Comunidades – para divulgar fotos e notícias das suas ações junto às famílias acompanhadas.

Além de acessar todos esses conteúdos, você, líder, também pode conversar diretamente com a equipe da coordenação nacional, esclarecendo suas dúvidas ou mandando fotos e notícias.

Mantenha-se conectado e sempre informado:

- ➔ Site da Pastoral da Criança: **www.pastoraldacrianca.org.br**
- ➔ Facebook: **www.facebook.com/pastoraldacrianca**
- ➔ Twitter: **www.twitter.com/Pastdacrianca**
- ➔ Espaço das Comunidades: **ec.pastoraldacrianca.org.br**
- ➔ Canal do Youtube: **www.pastoraldacrianca.org.br/youtube**
- ➔ Site do Museu da Vida: **www.museudavida.org.br**

Museu da Vida



José Fernando Ogura

O Museu da Vida foi criado pela Pastoral da Criança para guardar a memória do trabalho desenvolvido pela instituição até hoje e também para contar a história da missão da Dra. Zilda Arns Neumann aos que não a conheceram em vida. Além de falar do passado, o museu apresenta aquilo que é desenvolvido nas comunidades hoje em dia por você, líder. Ele é um espaço feito para que as pessoas possam aprender mais sobre os cuidados com as gestantes e as crianças de zero a seis anos.

Sediado em Curitiba-PR, junto à Coordenação Nacional da Pastoral da Criança, o museu tem entrada gratuita e possui espaços dentro do prédio e outros ao ar livre, como um grande bosque de 13.000m². Todas as exposições foram elaboradas para que as famílias possam visitá-las com suas crianças, e para que a experiência seja interessante e divertida para as diversas faixas etárias.

Você pode saber mais visitando nosso site (www.museudavida.org.br) e nossa página no Facebook (www.facebook.com/museudavidacuritiba). O Museu da Vida abre todos os dias das 8 às 19 horas.

Uma história de amor e esperança

Líder, o texto a seguir foi escrito pela Dra. Zilda para o Guia do Líder 2000 e conta um pouco da bonita história da Pastoral da Criança.

Queridas e queridos líderes,

Esta é uma história de muito amor, garra, ações concretas, dificuldades e esperanças. Uma missão de fé e vida.



Jader Rocha

Essa história começou em 1982, numa reunião sobre a paz mundial, da ONU – Organização das Nações Unidas. O então Diretor Executivo do UNICEF, Sr, James Grant, convenceu meu irmão Dom Paulo Evaristo Arns, a salvar a vida de muitas crianças que morriam de doenças facilmente preveníveis. Um exemplo é a desidratação causada pela diarreia. Milhões de mães poderiam salvar seus filhos da morte se soubessem preparar soro oral, considerado um dos maiores avanços da história da medicina. Voltando ao Brasil, Dom Paulo me telefonou sobre essa ideia e perguntou se eu aceitaria pensar em como isto poderia se tornar realidade.

Essa ideia veio ao encontro do que eu pretendia. Como diretora durante treze anos de Postos de Saúde e Clube de Mães, na região metropolitana de Curitiba, sempre reparava que os mais pobres só vinham consultar o médico quando a criança já corria risco de vida. Quando trabalhava como médica no Hospital de Crianças, em Curitiba, atendendo todos os dias crianças pobres, escutava as mães falarem que gostavam de consultar comigo porque aprendiam a cuidar melhor de seus filhos. Sentia em mim essa vocação de aproveitar todas as oportunidades para reforçar a educação. Meu pai sempre me dizia que eu tinha veia de professora, porque na adolescência eu era considerada uma boa catequista.

Como médica pediatra e sanitarista, sentia falta de um trabalho de educação nas comunidades, junto às famílias, especialmente, às mães. Tinha a certeza de que a maioria das doenças que cometiam as gestantes e as crianças poderiam ser facilmente prevenidas, se as famílias tivessem mais conhecimentos e apoio necessário. Lembrava de minha mãe, na área rural, onde nasci e me criei. Ela

ajudava as mães da comunidade e estava sempre lendo livros para aprender mais. Quando via que o caso necessitava de assistência médica, se mobilizava para que a pessoa fosse levada ao hospital.

Senti, por toda essa experiência profissional e de vida, que este trabalho para a redução da Mortalidade Infantil seria bem sucedido. Sendo um trabalho de Igreja, deveria ter um verdadeiro espírito missionário, de amor ardente que não espera, mas que vai ao encontro e dá a mão àqueles que mais precisam, como nos ensina a parábola do Bom Pastor. Seguindo o que o próprio Jesus nos ensinou, esse trabalho deveria ser ecumênico e sem preconceitos, pois a caridade é o maior mandamento.

A proposta de como a Igreja poderia participar desta luta para reduzir a mortalidade infantil foi apresentada à Conferência Nacional dos Bispos do Brasil, em 1983. A CNBB indicou Dom Geraldo Majella Agnelo para ser o Pastor que acompanharia esse trabalho. Na época, a CNBB era presidida por Dom Ivo Lorscheiter, tendo como secretário geral Dom Luciano Mendes de Almeida. Dom Geraldo, atual Arcebispo de Salvador/BA era, então, Arcebispo de Londrina/PR e acompanhou o trabalho da Pastoral da Criança por oito anos, ajudando a abrir caminhos e superar dificuldades. Ao ser transferido para Roma, foi substituído por Dom Alfredo Novak. Hoje nosso Pastor é Dom Aloysio José Leal Penna, Arcebispo de Botucatu/SP.

Dom Geraldo e eu decidimos testar o modelo em sua diocese, porque assim ele poderia dar melhor apoio. Para mim também seria melhor que fosse no Paraná, mais perto de minha casa; pois além do trabalho, como viúva mãe de cinco filhos entre 10 e 20 anos de idade, não queria descuidar deles.

Verifiquei na Secretaria de Saúde do Paraná que Florestópolis tinha a maior mortalidade infantil: 127 óbitos por mil nascidos vivos. O município, a cem quilômetros de Londrina, tinha cerca de quinze mil habitantes. A maioria das famílias era de bóias-frias, que ora trabalhavam nos canaviais, ora nas colheitas de café ou algodão e ora não tinham serviço. Quando estava conversando com Dom Geraldo se deveríamos ou não começar o trabalho neste município chegou Irmã Eugênia Piettà, responsável da Paróquia de São João Batista de Florestópolis. Ela chegava sem saber do plano e sem ser chamada. Falei para Dom Geraldo: “Deus está sinalizando, não é por nada que a Irmã chegou a essa hora.”

A Irmã Eugênia achou muito interessante a proposta. Combinamos que fossem escolhidas 20 pessoas de confiança e realmente comprometidas a ajudar as famílias. No outro dia, fiz uma reunião com elas, discutindo o plano de redução da mortalidade infantil. Todas se entusiasmaram e disseram que a proposta poderia ser exposta no dia seguinte, após a missa dominical. Dom Geraldo foi presidir a celebração. Após a comunhão, ele solicitou que eu expusesse o plano a todos. Primeiro fiz uma pequena análise das causas que levavam à morte as crianças de Florestópolis; depois expus a missão dos líderes comunitários. Após a explanação, pedimos que levantassem a mão os que achavam o plano adequado para Florestópolis e a assembléia toda aprovou. A seguir foi perguntado quem se comprometeria pessoalmente com essa missão e todos levantaram a mão. Depois da missa, fiz nova reunião com as 20 pessoas, que se encarregaram de fazer o mapeamento das famílias com gestantes e crianças menores de seis anos de todo o município e identificar lideranças comunitárias que gostariam de trabalhar como voluntárias.

Foram identificados 76 líderes comunitários e eles escolheram as coordenadoras das respectivas comunidades. Eu já havia escrito uma pequena apostila sobre cada um dos 5 temas que seriam trabalhados: saúde da gestante, aleitamento materno, vigilância nutricional, reidratação oral e vacinação. Abaixo de cada tema eu fazia algumas perguntas que todos deveriam saber para exercer bem a sua missão de reduzir a mortalidade infantil e exercer na prática a mística da fraternidade cristã. Fui atrás de quem pudesse me ajudar no treinamento. O chefe do distrito sanitário chamou 4 técnicos e eu os preparei para a missão. Eles ficaram muito felizes e se sentiram valorizados.

A cada mês, quando voltava a Florestópolis com a equipe de capacitação, eu perguntava aos líderes: quantas crianças nasceram? E das que nasceram este mês, quantas nasceram com menos de 2500 gramas? Quantas mamam só no peito? Quantas crianças menores de 6 anos foram pesadas e dessas, quantas estavam desnutridas? Quantas tiveram diarreia neste mês? E dessas que tiveram diarreia, quantas tomaram o soro? Quantas estão com as vacinas em dia? Morreu alguma criança? Com que idade? Das gestantes, quantas estão desnutridas? E quem acompanhou uma gestante no pré-natal ou no parto?

No terceiro mês, elas me disseram que achavam melhor anotar em um caderno as perguntas que eu sempre fazia para que já tivessem as respostas antes de vir para a reunião. Achei excelente ideia e assim foi feito. No quarto mês, me apresentaram os cadernos que eu aperfeiçoei. Pedi e o UNICEF

enviou o Dr. Aaron Lechtz para analisar comigo os indicadores de resultados. Ele ficou encantado.

No quinto mês, perguntei aos Líderes se eles achavam que Florestópolis havia mudado. Todos disseram: “o que mais mudou fomos nós mesmos; a gente via uma criança ficar doente ou morrer e dizia que a mãe era relaxada ou que a situação não poderia dar em outra coisa. Hoje a gente ajuda a mãe, encaminha e faz tudo como se fosse nosso próprio filho”.

Paralelamente, começaram outros trabalhos, como as hortas caseiras, com apoio de pessoas da comunidade e da prefeitura municipal. Dom Luciano, sabendo do sucesso da Pastoral da Criança, pediu que o trabalho fosse apresentado na Assembléia dos Bispos de 1984. O entusiasmo foi geral, principalmente por parte dos Bispos do Nordeste que diziam em público ser isso o que precisaria ser feito.

No final de 1984, Dom Luciano pediu que, além de Maceió/AL e Bacabal/MA, expandíssemos mais a Pastoral da Criança no Nordeste. Então organizei, com a equipe de capacitação, um seminário em Londrina, com estágio em Florestópolis, para Dioceses do Nordeste. A maioria dos participantes achou que esse trabalho poderia dar certo também em sua região. Recomendei que usassem a mesma metodologia e formassem boas equipes. Assim quando uns estivessem desanimados outros os animassem, como ensina o Apóstolo Paulo.

E aconteceu como no milagre da multiplicação dos cinco pães e dois peixes. Depois de abençoados por Jesus, esses alimentos foram repartidos para cinco mil pessoas, organizadas em grupos. Quando Jesus mandou verificar se todos estavam satisfeitos, ainda sobravam vinte cestos de comida. Desta forma, cada líder capacitada multiplicava o seu saber por 10 a 20 famílias. A mística cristã era o motor que impulsionava o trabalho.

Ao final de 3 anos, foram visitadas as dioceses bem sucedidas e aquelas que não conseguiram levar em frente o trabalho. Verificou-se que, entre outras necessidades, faltavam recursos para treinamento de novas lideranças e maior disponibilidade de tempo dos coordenadores. Fui então, com Dom Geraldo e Dra. Sofia Sarmiento, falar com o Dr. Ézio Cordeiro, presidente do INAMPS. Apresentei o trabalho e os resultados. Disse a ele que seria bom para o País investir mais na prevenção de doenças que lotavam hospitais como: diarreia, desnutrição, sarampo, poliomielite e baixo peso ao nascer. Precisávamos de apoio financeiro para orientar as famílias

para a prevenção dessas doenças. Ele respondeu que fazer promoção da saúde e prevenção das doenças era o que mais estava faltando no Brasil. Enviou técnicos para visitar as comunidades e avaliar o trabalho. Antes de terminar o mês, ele me telefonou pedindo que fosse a Brasília. A avaliação havia sido muito favorável.

Foi então assinado um convênio, que se somou ao apoio financeiro do UNICEF. Nesse ano de 1987 tínhamos, então, o recurso para elaborar o importante Guia do Líder contendo as cinco ações básicas da saúde. Mais tarde, outros manuais foram sendo elaborados, como o de Alimentação Alternativa, que animou milhares de comunidades com suas receitas de alimentos regionais de alto valor nutritivo, e que hoje evoluiu para a Segurança Alimentar e Nutricional. Com o recurso do Convênio foi possível enviar às dioceses um pequeno apoio financeiro para treinamentos, comprar balanças para a pesagem das crianças e outros.

Com o crescimento da Pastoral da Criança houve necessidade de informatizar os dados das comunidades. Capacitamos os coordenadores diocesanos para preencherem com cuidado a FABS (Folha de Acompanhamento e Avaliação Mensal das Ações Básicas de Saúde, Nutrição e Educação na Comunidade) que tem como base de dados o Caderno do Líder. Mais tarde, organizamos mensagens de incentivo ou alerta de acordo com os resultados alcançados. Essas mensagens passaram a ser enviadas às paróquias e dioceses a cada três meses. A experiência foi um sucesso, comprovado pela redução da desnutrição e mortalidade infantil nas comunidades onde a Pastoral da Criança atuava.

Esse trabalho fantástico é realizado em todo o Brasil até hoje, voluntariamente, por milhares de pessoas, em sua maioria mulheres. São as líderes e os líderes comunitários, as equipes de coordenação dos estados, dioceses, áreas, e paróquias, que estão mudando a cara do nosso Brasil. A essa história de sucesso foram incorporadas novas e importantes ações complementares como: Geração de Renda, Alfabetização de Jovens e Adultos, Brinquedotecas Comunitárias.

Após esses 17 anos de experiência, chegou o momento da Pastoral da Criança revisar e atualizar seu principal material: o Guia do Líder. Este novo Guia foi elaborado com enfoque em desenvolvimento integral da gestação e da criança, tendo por base os direitos da gestante e da criança assegurados na Constituição Brasileira e no Estatuto da Criança e do Adolescente – ECA. Este Guia aponta os cuidados para com a saúde, nutrição, educação e cidadania da gestante e da criança na família e na comunidade.

A primeira versão deste novo Guia foi testada e avaliada em 1999 por coordenadores e líderes comunitários das cinco regiões do Brasil. Ao mesmo tempo, foi lido e avaliado por especialistas em saúde e educação. Ao todo, 724 pessoas estiveram envolvidas nessa etapa de avaliação.

Em dezembro de 1999, durante a Assembléia Geral da Pastoral da Criança, o Guia com esse novo enfoque foi aprovado por todos os coordenadores estaduais.

A partir das sugestões apresentadas, o Guia foi modificado e avaliado novamente por todos os coordenadores estaduais e diocesanos, nos encontros regionais do ano 2000. Pedi também uma avaliação técnica a diversas entidades governamentais, acadêmicas e sociedades científicas nacionais e internacionais. Depois de colhidas as sugestões dessas pessoas, o Guia foi novamente revisado e, finalmente, ficou pronto. Ele é fruto de uma construção coletiva de cerca de 1200 pessoas.

O novo Guia foi muito bem recebido por todos, porque ele respondeu a uma necessidade. Segundo uma líder: “Este Guia é como a gente vê na vida: a criança toda, a mulher gestante toda”.

Quero, neste momento, agradecer a Deus, a vocês líderes e coordenadores da Pastoral da Criança; aos Bispos, religiosos e leigos; ao Ministério da Saúde e a todos que já participaram e ainda participam junto com a Pastoral para melhorar a vida de tantas crianças, gestantes e famílias. Em seguida, agradeço às pessoas que ajudaram a escrever este novo Guia. Neste belo livro estão incluídas novas e velhas dádivas para continuar ajudando na formação de uma rede de solidariedade. Essa rede tem sua força na união de diferentes credos, raças e níveis sociais. Que Deus nos ajude e apóie nessa caminhada de fé, vida e cidadania, para que todas as crianças tenham vida e a tenham em abundância.

Assim, é com muita alegria e esperança sempre renovada que entrego a você este novo Guia do Líder da Pastoral da Criança.

Dra. Zilda Arns Neumann

Fundadora e Coordenadora Nacional da Pastoral da Criança
Representante da CNBB no Conselho Nacional de Saúde
Conselheira da Comunidade Solidária

A organização da Pastoral da Criança

Os líderes, ao atuarem na comunidade concretizando a Missão da Pastoral da Criança, fazem parte de uma rede comunitária de apoio e solidariedade ao próximo muito importante. E como está organizada essa rede?

A missão da Pastoral da Criança é continuar o projeto de Jesus que, com sua presença transformadora, anunciava a esperança de um mundo mais humano e solidário: “Eu vim para que todos tenham vida e a tenham em abundância” (Jo 10,10).

Conforme seu Estatuto, a Pastoral da Criança tem como objetivo contribuir para a promoção do desenvolvimento das crianças desde sua concepção e, em função delas, promover também suas famílias e comunidades.

A Pastoral da Criança é um Organismo de Ação Social da Conferência Nacional dos Bispos do Brasil (CNBB) conforme o decreto 05/2006 da CNBB. A Pastoral da Criança, na CNBB, faz parte da Comissão Episcopal para o Serviço da Caridade, da Justiça e da Paz.

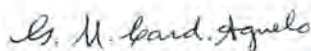
DECRETO Nº 05/2006

O Presidente da Conferência Nacional dos Bispos do Brasil,
CONSIDERANDO que o Conselho Permanente, reunido em Brasília nos dias 27 a 29 de junho de 2006, aprovou o Estatuto da Pastoral da Criança,

DECRETA

que, de acordo com o Art. 54, *c* do Estatuto e o Art. 218, *c* do Regimento da CNBB, seja publicado quanto antes no Comunicado Mensal da CNBB, entrando em vigor nesta data, revogando toda legislação pertinente, em vigor até esta data.

Brasília-DF, 29 de junho de 2006.



Cardeal Geraldo Majella Agnelo
Arcebispo de São Salvador da Bahia, BA
Presidente da CNBB



Dom Odilo Pedro Scherer
Bispo Auxiliar de São Paulo, SP
Secretário Geral da CNBB

Assim, a missão da Pastoral da Criança é a mesma de Jesus, que é também a missão da Igreja, de todos os cristãos e também das pessoas que queiram caminhar com ela e ajudar a tornar realidade uma vida melhor para muitas crianças e famílias.

Para realizar seu trabalho, a Pastoral da Criança se organiza em vários níveis de coordenação, aproveitando a estrutura da Igreja Católica, formada por dioceses, paróquias e comunidades.

Vamos ver quais são as coordenações?

- ➔ **Coordenação Comunitária**, exercida por uma das líderes da comunidade.
- ➔ **Coordenação de Ramo**, responsável por diversas comunidades de uma mesma paróquia. Em paróquias grandes, pode haver dois ou mais ramos.
- ➔ **Coordenação de Setor**, responsável por diversos ramos. Está sempre ligada a uma diocese. Em grandes dioceses, poderá haver um ou mais setores.
- ➔ **Coordenação Estadual**, responsável por diversos setores da Pastoral da Criança.
- ➔ **Coordenação Nacional**, criada para dar apoio ao trabalho da Pastoral da Criança em todo o país.

A Igreja Católica tem uma pessoa responsável pela Pastoral da Criança em cada nível de coordenação. Na coordenação comunitária e na coordenação de ramo é o padre da Paróquia onde estão as comunidades com Pastoral da Criança; na coordenação de setor, o responsável é o bispo da Diocese; na coordenação estadual, o responsável é um dos bispos do Estado; na coordenação nacional, é um bispo chamado Diretor Pastoral.

Informações para o Brasil. Veja no Caderno do Líder as informações específicas de seu país.

Os coordenadores em cada nível e o Diretor Pastoral são selecionados de uma lista com três nomes. A pessoa responsável pela Pastoral da Criança, em cada nível de coordenação, escolhe um dos nomes dessa lista tríplice para ser o coordenador.



Os coordenadores de comunidade indicam a lista para coordenador de ramo; os coordenadores de ramo indicam a lista para coordenador de setor; os coordenadores de setor indicam a lista para coordenador estadual; estes formam parte da Assembleia Geral da Pastoral da Criança, que escolhe o Conselho Diretor da Pastoral da Criança. É o presidente do Conselho Diretor que escolhe o coordenador nacional.

A coordenação na Pastoral da Criança é um serviço, tal como Jesus nos ensinou, quando falava com seus discípulos: *“Sabeis que os que são considerados chefes das nações as dominam, e os seus grandes fazem sentir seu poder. Entre vós não deve ser assim. Quem quiser ser o maior entre vós seja aquele que vos serve, e quem quiser ser o primeiro entre vós seja o escravo de todos”* (Mc 10, 42-44).

E como serviço, todos os níveis de coordenação da Pastoral da Criança precisam preservar valores éticos, tais como a transparência, a honestidade, a justiça, a equidade e o compromisso com os resultados de sua ação. Pois como diz o próprio Evangelho, *“nada há de escondido que não venha a ser descoberto; e nada acontece em segredo que não venha a se tornar público”* (Mc 4, 22).

Para saber sobre a aplicação dos recursos, incluindo os que chegam até a comunidade, acesse o Portal da Transparência da Pastoral da Criança através do site: **www.pastoraldacrianca.org.br/transparencia**

Espiritualidade - Mística - Liturgia

Líder,

A tradição cristã é rica em conteúdos, símbolos, propósitos e atitudes. Precisamos circular bem entre tudo isso para sermos fiéis à missão que Jesus nos confia, caminhando com Ele, com a cruz do compromisso cristão, participando de sua obra de salvação que transforma a vida e liberta o mundo do mal.

As informações a seguir nos ajudam a estabelecer distinções importantes de alguns termos e práticas que fazem parte da vida cotidiana na nossa Pastoral, em vista da qualificação da vida das famílias e das comunidades.

Espiritualidade

Quando falamos de Espiritualidade, quase sempre nos vem à mente algo imaterial, fora do corpo, tudo o que ela não é. Espiritualidade tem a ver com o Espírito de Deus. É necessário, portanto, compreender a Revelação para adentrarmos neste mistério que é comunicado ao povo. Ela é graça de Deus e também é uma resposta concreta ao chamado dele para sermos uma parábola do Reino no mundo.

Espiritualidade é a forma concreta do modo como vivemos, ou seja, nosso estilo de vida. Trata-se do “estilo” e do “empenho” dos que creem e vivem o Evangelho, sempre movidos pelo Espírito. O Espírito é sempre vivificador, mas também é desorganizador, qual vento forte e fogo que arde. O Espírito é gerador de acontecimento e de realidade, por vezes, desconfortável, impulsionando-nos para lugares estranhos.

O Espírito arde e tira tudo do lugar, desinstala (cf. At 2, 1ss). Espiritualidade é deixar-se conduzir e coordenar pelo Espírito Santo.

Como a espiritualidade também é Palavra de Deus vivida no cotidiano, é importante a atitude de escutar. Isto está na base de nossa espiritualidade. É atitude fundante e estruturante de toda nossa vida no Espírito.

O Credo de Israel começa com esta palavra e atitude: “Escuta Israel...” e escutar, na tradição bíblica e espiritual, significa estar atentos e atentas para a realidade, para os acontecimentos, para o mundo e viver concretamente. Em primeiro lugar é atitude contemplativa que vai aos poucos modificando nosso jeito de olhar e as nossas teorias sobre o que observamos e experimentamos. Portanto, modifica nosso jeito de viver.

A espiritualidade é a forma concreta de viver o Evangelho. Está vinculada ao seguimento de Jesus como “lugar” próprio da experiência de Deus como Misericórdia. A espiritualidade cristã possui sabor e experiência trinitária: surge do fato de seguir as pegadas de Jesus, movidos pelo Espírito, caminhando assim como filhos e filhas do Pai e, na atitude cotidiana, com a esperança de um encontro definitivo com Ele.

Mística

A palavra mística vem de “mistério”. Mistério é diferente de segredo. Mistério faz parte da tradição e da espiritualidade de muitas religiões. É o jeito de viver no mundo. A mística é algo que move a pessoa a fazer o que ela faz. A mística se expressa na espiritualidade, que é um jeito de viver no mundo.

Essa palavra, mística, surgiu no ambiente das antigas religiões. No cristianismo a palavra tomou um significado próprio. Para as comunidades cristãs a palavra mística passou a significar o processo pelo qual, através de Jesus Cristo, se entra na intimidade de Deus. Mística é a motivação da vida que busca maior intimidade com Deus. É o segredo e mistério que faz com que as pessoas vivam verdadeira e forte experiência de relação e intimidade com Deus, mesmo dentre adversidades, sombras e sofrimento. É a mística que dá sentido à resiliência humana (capacidade de lidar com os problemas e superar obstáculos) e da natureza.

Mística é o conteúdo e é expressa privilegiadamente pelo Mistério de Cristo, celebrado na sagrada Liturgia. Por isso a liturgia é fundamental para a vida cristã, sobretudo uma liturgia frutuosa, bem feita, participativa.

Liturgia

Liturgia é a ação simbólica e ritual. Expressão comunitária da nossa fé cristã... Por essa razão ela é considerada o cume para o qual tende a ação da Igreja e, ao mesmo tempo, é a fonte de onde emana toda sua força (Sacrosanctum Concilium).

É a fonte da qual decorre, como um rio, a vida da Igreja e de cada cristão, porque é na liturgia que o Ressuscitado vem ao encontro de sua comunidade de fé, nos atinge, nos transforma com seu Espírito, nos faz participar de sua vida de comunhão com o Pai, e nos envia de volta ao mundo, renovados e santificados.

O Concílio Vaticano II, na sua primeira constituição dogmática, “*Sacrosanctum Concilium*” (SC), trata da reforma litúrgica, sublinhando no nº 10 que: “*a Liturgia é, simultaneamente, a meta para a qual se encaminha a ação da Igreja e a fonte de onde vem toda a sua força*”.

Toda liturgia é continuidade da celebração da Páscoa do Senhor e da nossa Páscoa, dentro da Páscoa de Jesus. Isso inclui toda a Revelação, toda a vida, todo o ministério, sofrimento, morte e ressurreição de Jesus. A Liturgia, como espaço físico do encontro e lugar espiritual da intimidade com Deus, transforma a minha vida e a do mundo, em sintonia com a transformação na vida de Jesus, operada pelo Pai. Por isso, é sempre sinal do Reino, anúncio da misericórdia de Deus, testemunha de que “outro mundo é possível”.

Oração pela Criança

Senhor da Vida, que nossas crianças sejam como Vós o desejais!
Que nossa FÉ nos ajude a buscar mais dignidade e qualidade de vida para as crianças de nossa comunidade, de nossa cidade, do Brasil e do mundo.

Senhor, em muitos lugares a idolatria da riqueza não permite que ela seja repartida, e é uma ameaça para a paz. Nosso planeta está cada vez mais explorado e poluído, e as crianças são as primeiras a sofrer quando o egoísmo toma conta do coração das pessoas.
Dai-nos coragem para mudar esta história!

Ajudai-nos a lutar contra as causas que promovem o empobrecimento, a injustiça e a opressão das crianças e suas famílias. Dai-nos força para impedir que hoje meninas e meninos sejam explorados, forçados a trabalhar e a se envolver com drogas, durmam e acordem com fome e sede, fiquem sem escola para estudar, espaço seguro para brincar e morram por causas que podem ser prevenidas.

Queremos o bem-estar da criança e o respeito aos seus direitos.
Vamos protegê-la durante toda a sua vida, que é sagrada.
Que o Vosso espírito nos ilumine para cuidarmos da criança desde o ventre da mãe, e garantirmos os seus direitos de cidadania. Que ela receba as vacinas e o leite materno, alimentação adequada, água limpa, educação de qualidade, moradia digna, proteção e amor, entre outros meios e oportunidades para se desenvolver plenamente.

Senhor da Vida, junto com nossas crianças, em uma só voz, agradecemos todo o bem que foi feito por tantas pessoas de boa vontade.
Nossa força está em Vós, que nos levais a ação para construir um mundo no qual a criança possa ter vida, e vida em abundância!

Amém!



Essa oração foi feita em parceria com a GNRC - Rede Global de Religiões pelas Crianças, para o Dia Mundial de Oração e Ação pela Criança. Reze sempre em casa e com as famílias e crianças de sua comunidade



Congregação
Israelita
Paulista



10 Mandamentos para a Paz na Família

1

Tenha fé e viva a Palavra de Deus, **amando o próximo** como a si mesmo.



A PAZ COMEÇA EM CASA

2

Ame-se, confie em si mesmo, em sua família e ajude a criar um ambiente de amor e paz ao seu redor.

3

Reserve momentos para brincar com suas crianças pois elas **se desenvolvem brincando** e brincar junto aproxima as pessoas da família.

4

Eduque seu filho **através da conversa, do carinho e do apoio** e tome cuidado: quem bate para ensinar está ensinando a bater.

5

Participe com sua família da vida da comunidade, evitando as más companhias e diversões que incentivam a violência.

6

Procure resolver os problemas com calma e aprenda com as situações difíceis, **buscando em tudo o seu lado positivo**.

7

Partilhe seus sentimentos com sinceridade, dizendo o que você pensa e ouvindo o que os outros têm para dizer.

8

Respeite as pessoas que pensam diferente de você, pois **as diferenças são uma verdadeira riqueza** para cada um e para o grupo.

9

Dê bons exemplos, pois a melhor palavra é o nosso jeito de ser.

10

Peça desculpas quando ofender alguém e perdoe de coração quando se sentir ofendido, pois **o perdão é o maior gesto de amor** que podemos demonstrar.





PASTORAL DA CRIANÇA

ORGANISMO DE AÇÃO SOCIAL DA CNBB

Conferência Nacional dos Bispos do Brasil

COORDENAÇÃO NACIONAL DO BRASIL

Rua Jacarezinho, 1691 - Mercês

CEP: 80810-900 - Curitiba - Paraná

Telefone: +55 (41) 2105-0250

WhatsApp: +55 (41) 98863-0411

E-mail: pastcri@pastoraldacrianca.org.br

www.pastoraldacrianca.org.br



**Pastoral da Criança
Internacional**

Pastoral de la Niñez

La Pastorale de l'Enfant

Child's Pastoral

Die Kinderpastoral

E-mail: pci@pci.org.br

www.pci.org.br