



LINHA 'BUÁAA' ■ OBJECTIVO É ESCLARECER DÚVIDAS E ORIENTAR

# Enfermeiras ensinam mães

■ Os pais dos bebés que nascem no Hospital de Santo André, em Leiria, beneficiam, no período após a alta médica, de um serviço inédito de ajuda

● ISABEL JORDÃO

**S**er mãe é uma alegria imensa, mas o peso da responsabilidade traz também muita angústia e incerteza, sobretudo na primeira vez. Para ajudar os pais a lidar com a nova experiência, as enfermeiras da Maternidade do Hospital de Santo André, em Leiria, criaram um serviço inédito de acompanhamento posterior à alta médica, que funciona 24 horas por dia.

“Os nossos meninos são de ouro, por isso nós queremos que as suas mães se sintam seguras para cuidar deles e que não vão a correr para a Urgência ao primeiro choro”, disse a enfermeira-chefe Cesaltina Sousa, dinamizadora do projecto ‘Buáaa’, salientando que, nos dias após o parto, as mães estão frágeis e vulneráveis, precisam de partilhar as dificuldades e experimentam alterações de humor que “podem passar ou não”.

Em prática desde Maio do ano passado, o projecto ‘Buáaa’ foi a forma encontrada pelas enfermeiras da Maternidade para apoiar os pais e o bebé nas primeiras dificuldades, ajudar e esclarecer dúvidas, medos ou ansiedades, orientar sobre os cuidados a ter em casa, apoiar e incentivar a amamentação, despistar complicações com o bebé e detectar de forma precoce situações de risco.

Os casais são informados do serviço antes do parto, quando fazem a visita pré-natal ao Hospital, ficando a conhecer as instalações e os procedimentos. Depois, durante o internamento, a mãe é entrevistada por uma enfermeira, que procura



Durante o internamento, as mães conversam com as enfermeiras e combinam encontro para depois da alta

## Através do telefone, afasta-se medos e ansiedades

conhecer as principais dificuldades, ansiedades e esclarecer dúvidas. E no dia após a alta médica, as mães são contactadas por telefone por uma das enfermeiras de serviço na Maternidade, para saber se precisavam de algum apoio.

As mães e outros familiares do bebé também podem, a qualquer momento, contactar a Maternidade do Hospital, pois “o telefone está sempre no bolso de uma das enfermeiras de serviço”, explicou Cesaltina Sousa. ■

## O BANHO DO BEBÉ É UM MOMENTO ÚNICO



■ Prazer. o banho é um momento único e de grande intimidade entre os bebés e os pais, mas nos primeiros dias surgem receios, que podem ser vencidos com a ajuda das enfermeiras. Assim, o difícil torna-se fácil.

## SAIBA MAIS

244 817 031

É o número de telefone deste serviço de apoio pós-parto do Hospital de Santo André.

4289

Desde Maio do ano passado, foram recebidas e efectuadas 4289 chamadas nesta linha de apoio.

2460

No ano passado, nasceram na Maternidade do Hospital de Leiria 2460 bebés.

927

Nos primeiros cinco meses deste ano, já houve 927 nascimentos naquela Maternidade.

18

Toda a equipa, constituída por 18 enfermeiras especializadas, está envolvida no serviço.



Hospital tem bolsa de tradutores

## Acolhimento a imigrantes

● O Hospital de Santo André, que no ano passado prestou assistência a 345 941 pessoas, 73 mil das quais com menos de 18 anos, foi distinguido com o prémio ‘Hospital do Futuro 2007/2008’, pelo apoio dedicado aos estrangeiros, no âmbito de um projecto específico de acolhimento e de integração de imigrantes. Segundo a administradora, Alexandra Borges, “os profissionais deparam-se todos os dias com as dificuldades de comunicação, escassez de informação e desconhecimento social e cultural dos imigrantes”, o que veio a exigir uma intervenção “activa” no seu acolhimento e integração. Para isso, foi criada uma bolsa de tradutores e os impressos são em várias línguas. ■



### MÃES ADOLESCENTES

As taxas de gravidez na adolescência são mais elevadas nas grandes cidades do que nas zonas rurais do nosso país.



### NATALIDADE DIMINUI

Nos últimos 20 anos têm vindo a nascer cada vez menos bebés. A taxa de natalidade é dez bebés por cada mil habitantes.



### ALIMENTAÇÃO CUIDADA

As grávidas devem ter cuidados acrescidos com a alimentação. A fruta e os legumes devem ser de consumo diário.



## “Agora é fácil perceber o choro”

IMAGENS REPRODUZIDAS

### O MEU CASO RITA FERREIRA

● ISABEL JORDÃO

A Maria nasceu no dia 11 de Abril, na Maternidade do Hospital de Santo André, em Leiria. A mãe, Rita Ferreira, considera a filha um bebé “muito dinâmico e activo”, pois dorme muito pouco. “No princípio assustava-me, estava à espera de que ela dormisse 12 ou mais horas, mas depois de falar com as enfermeiras percebi que não havia qualquer problema”, disse Rita Ferreira, revelando que já utilizou a linha ‘Buáaa’ “várias vezes”.

Na sua opinião, trata-se de um serviço “muito útil, pois até à primeira consulta no pediatra surgem muitas dúvidas. Além disso, o apoio

é prestado por profissionais que têm a informação certa e que estão disponíveis a qualquer hora”.

Para Rita Ferreira, o mais difícil foi perceber por que é que a Maria chorava: “Agora é fácil identificar ou perceber a razão do choro, mas nos primeiros dias estava tão cansada e preocupada que entrava em desespero”, contou a jovem mãe, que não se cansa de elogiar a “ajuda preciosa” das enfermeiras da Maternidade do Hospital de Leiria: “Elas são o nosso anjo da guarda, não só enquanto estamos internadas, mas também depois de voltarmos para casa”.

O parto deixa as mães muito vulneráveis, como aconteceu com Rita Ferreira, que recorda um dos dias do internamento: “Senti-me supercansada e dei por mim a chorar, sem saber o que fazer, até que uma en-

### PERFIL

● Rita Ferreira tem 29 anos e foi mãe pela primeira vez em Abril. Reside com o marido, Rui Ferreira, de 25 anos, em Riachos, concelho de Torres Novas. São ambos chefes de secção, mas em duas empresas de distribuição diferentes e concorrentes. A gravidez foi acompanhada por uma médica com consultório em Torres Novas. A Maria foi um bebé muito desejado, por isso os pais estão a viver este período com muita felicidade, desfrutando de cada gracinha da filha.

fermeira se apercebeu, veio ter comigo e disse-me para ir descansar porque ela tomava conta da Maria. Foi um alívio enorme poder dormir descansada, sabendo que a minha filha estava em boas mãos.” ■

## CONTRAPONTO

### CUIDADOS IMPORTANTES

■ **AMAMENTAÇÃO** O ambiente deve ser tranquilo, para haver uma boa comunicação entre a mãe e o bebé. A mãe deve colocar-se numa posição que seja confortável para ambos.

■ **CHORO** Os bebés choram sempre, pois usam o choro para comunicar com os adultos. Muitas vezes não está associado a causas físicas, mas à necessidade de afecto e de segurança.

■ **SEGURANÇA** A cadeirinha para transportar o bebé em viagem deve adequar-se ao seu peso e idade e estar bem colocada no carro para minimizar os efeitos de eventuais incidentes.



Os bebés gostam de sentir o calor do corpo da mãe

### TENHA EM ATENÇÃO

■ **ALIMENTO COMPLETO** Durante a amamentação, o bebé não precisa de ingerir qualquer outro líquido, pois o leite materno é um alimento completo. Além disso, proporciona um bom desenvolvimento do bebé, aos níveis biopsico-sociais.

■ **MIMOS** É importante tentar perceber por que é que o bebé está a chorar. Pode ser cólicas, frio, calor, roupa desconfortável, traída suja ou pode apenas querer ser mimado.

■ **VIGILÂNCIA** As crianças não devem ser deixadas sozinhas, pois essa é a única forma de prevenir acidentes, nomeadamente em casa ou nos locais onde costuma ir brincar.

■ **GRAVIDEZ A DOIS** A participação do pai no acompanhamento da gravidez, no nascimento e nos primeiros dias de vida do bebé é fundamental. Pode e deve colaborar em todas as actividades da vida diária, mesmo que a mãe assumam um papel mais activo. Toque, abrace, converse com o bebé, para se aproximar dele e o fazer sentir seguro e acarinhado.

## DISCURSO DIRECTO

CESALTINA SOUSA  
Enfermeira-Chefe

## “Os avós também ligam”

### Correio da Manhã – Como é prestada esta ajuda pós-parto?

**Cesaltina Sousa** – Durante o internamento, nós falamos com os casais, sobretudo com as mães. Fazemos uma entrevista em que procuramos avaliar como estão, física e emocionalmente.

### – E sobre o recém-nascido?

– Também perguntamos se o recém-nascido está a ser amamentado ou se o leite é artificial, quantas vezes é alimentado, se bolsa ou vo-



RICARDO GRACA

mita. Também é importante saber se adormece com facilidade ou se tem cólicas, entre outras questões.

### – E depois da alta médica?

– No dia após a alta médica, as mães sabem que nós vamos telefonar para casa, entre as 15h00 e as 20h00. Mas, a qualquer hora, elas ou os familiares mais próximos, como os avós do recém-nascido, podem telefonar para nós, para esclarecer qualquer dúvida. O que nós pretendemos é deixar as mães

mais serenas, calmas e tranquilas, pois assim estão em melhores condições de cuidar dos seus bebés.

### – Este tipo de apoio tem sido muito solicitado?

– Sim. Recebemos muitas chamadas, até de pessoas que não passaram pela nossa Maternidade mas que sabem da existência da linha. Quando é necessário encaminhar as pessoas para os Centros de Saúde, nós telefonamos para lá e avisamos da chegada dessas pessoas. ■