

PROJETO CRESCENDO COM SAÚDE

RESUMO

O projeto crescendo com saúde é um evento criado pela Liga de Pediatria - Universidade de Mogi das Cruzes (UMC), e tem a finalidade de conscientizar as futuras mães sobre a importância da medicina preventiva, principalmente nos primeiros anos de vida.

O bom desenvolvimento da criança é a base para formação de um adulto sadio. Para assegurar que isso ocorra, o programa é dirigido às gestantes carentes de Mogi das Cruzes e seus bebês, que são acompanhados até os dois anos de idade.

A gestante participa de um curso em que recebe informações sobre a gestação, amamentação, alimentação e cuidados com o bebê. Após o parto, as crianças são avaliadas periodicamente para garantir crescimento e desenvolvimento adequados.

INTRODUÇÃO

Sabe-se que o início da vida de uma criança tem papel fundamental no desenvolvimento de um adulto saudável.

O projeto crescendo com saúde é uma iniciativa da Liga de Pediatria-UMC e surgiu da necessidade de se criar um programa que melhorasse a qualidade nos primeiros anos de vida da população carente de Mogi das Cruzes. Foi criado para tanto, um curso de conscientização para gestantes realizado mensalmente e um ambulatório para acompanhamento dos bebês do nascimento aos dois anos de vida.

O evento é organizado por acadêmicos do curso de medicina da Universidade de Mogi das Cruzes, conta com a colaboração de alunas do curso de nutrição e apoio do Centro Acadêmico Antônio Prudente (C.A.A.P.).

DESCRIÇÃO

O projeto é destinado às gestantes e seus bebês, nas áreas mais carentes da cidade. A finalidade é informar a população sobre a importância da prevenção, valorizando o estado de saúde da criança. Isso torna as visitas periódicas às Unidades Básicas de Saúde (UBS) uma tarefa mais fácil para o paciente e para o médico, além de reduzir os eventos de internação.

I - O curso para gestantes:

Para que as acadêmicas se tornassem aptas para realizarem o curso, foram programadas aulas ministradas por professores voluntários dos cursos de medicina, fonoaudiologia e nutrição.

Atualmente são realizadas "aulas de reciclagem", apresentadas pelos próprios membros da Liga de Pediatria - UMC, com a finalidade de atualização dos membros antigos e qualificação dos novos membros.

O curso foi criado há um ano e era realizado na sala de espera das consultas pré-natal. Devido à grande procura por parte das mães, o curso passou a ser realizado na última semana do mês, às terças e quintas-feiras, nas dependências da Universidade, no Instituto Central de Saúde. Afim de difundir o projeto, levando-o próximo à comunidade, o evento foi reestruturado com a criação de "núcleos" que

serão espalhados em 4 UBS localizadas na periferia de Mogi das Cruzes e realizar-se-á no último sábado de cada mês.

Inicia-se ressaltando a importância das consultas de pré-natal e fornecendo informações sobre as principais alterações que ocorrem no corpo da mãe durante a gestação, assim como os sinais de alerta para algum problema da gravidez. Esclarecimento sobre a hora do parto, quando ir e o que levar à maternidade encerram os temas relacionados à obstetria.

Uma aula sobre amamentação dá continuidade ao curso e inclui: o preparo das mamas antes do nascimento do bebê, as técnicas para o sucesso do aleitamento, a importância do colostro, as vantagens do leite materno e as principais dúvidas encontradas pela mãe.

As alunas do curso de nutrição complementam o tema com instruções sobre a introdução adequada de alimentos à partir dos seis meses de vida, além de ensinar sobre o preparo de sucos e papas. São fornecidas explicações relacionadas aos cuidados gerais do bebê (higiene, banho, quarto, passeios e visitas) e algumas sugestões frente a alguns problemas como cólicas, febre e choro.

Todos os temas são abordados com linguagem acessível e de forma interativa, para que as mães sintam-se parte integrante do curso.

O evento é encerrado com o preenchimento da ficha do curso (em anexo) e com a distribuição de um kit para o bebê, contendo roupas, fraldas, meias, cobertores, entre outros. Esse material é doado pelos calouros da medicina no início do ano, no "trote solidário", realizado pelo C.A.A.P.

O material utilizado no curso consiste em 1 boneco, que é usado para simular uma criança, moldes de mamas de crochê, mostrando as diversas possibilidades de bicos, uma seringa de 20 ml, usada na demonstração de como reverter um bico invertido ou plano, e uma bexiga, onde são esquematizadas as estruturas anatômicas da mama.

II - O Ambulatório:

O ambulatório dá continuidade ao projeto, permitindo que os bebês das mães que participaram do curso sejam acompanhados até os dois anos de idade. Consiste basicamente de dois períodos: o ambulatório do "umbigo" e o ambulatório do lactente.

O ambulatório do "umbigo" é realizado durante os primeiros quinze dias de vida. Nesse período, equivalente ao tempo necessário para a queda do coto umbilical, as mães encontram muitas dificuldades quanto à amamentação e aos cuidados do bebê. A mãe pode então comparecer ao Instituto Central de Saúde - UMC (onde é realizado o ambulatório), uma mamada é acompanhada e as dúvidas esclarecidas.

É preenchida uma ficha de identificação do bebê, que fica anexada à ficha da mãe. Realizam-se as medidas antropométricas (comprimento, perímetro cefálico, perímetro torácico, peso), e o primeiro exame físico. Com um mês de vida o bebê retorna ao ambulatório do lactente, onde são reavaliados os dados, registrados na curva de crescimento (NCHS-2000). À partir de então a criança retorna mensalmente para registrar a evolução do peso, estatura, histórico alimentar e o desenvolvimento neuropsicomotor, até completar dois anos de idade.

Todas atividades ambulatoriais são acompanhadas pelo Dr. Henrique George Naufel, coordenador da Liga de Pediatria. O material utilizado no ambulatório consiste em balança pediátrica, régua antropométrica e estadiômetro, fita métrica, estetoscópio, otoscópio e termômetro.

Resultados
Nota-se na população carente que participa do projeto uma grande falta de informação sobre a gestação e os primeiros anos de vida da criança. O impacto imediato do projeto na sociedade é uma maior atenção à gravidez por parte da mãe, um aumento do vínculo mãe-filho e do carinho dedicado aos familiares mais próximos. Durante o período dos ambulatórios há uma conscientização sobre os benefícios da promoção da saúde. A longo prazo, esperamos observar uma queda nos índices de internação nos setores de pediatria dos hospitais públicos de Mogi das Cruzes, o que refletirá uma melhora significativa da qualidade de vida da população infantil.

PROJETO CRESCENDO COM SAÚDE

Conteúdo Programático do curso ministrado às gestantes

Temas relacionados à obstetrícia:

- Importância do exame pré-natal;
- Importância dos movimentos e batimentos cardíacos fetais;
- Alterações que ocorrem no corpo da mulher durante a gestação;
- Dieta adequada à gestante;
- A hora certa de ir para a maternidade;
- O que levar para a maternidade;
- Esclarecimento de dúvidas.

Temas relacionados à amamentação:

- Preparo das mamas;
- Vantagens do aleitamento materno;
- Importância do aleitamento materno exclusivo até os seis meses;
- Como amamentar (período correto, quantidade adequada, técnicas de amamentação, cuidados com as mamas);
- O que fazer para ter leite (ingerir água, sucção pelo bebê, esvaziamento das mamas, principalmente ter vontade de amamentar);
- Como deve proceder a mãe que trabalha;
- Esclarecimento de dúvidas.

Temas relacionados à nutrição:

- Esquema alimentar após os seis meses de vida;
- Como preparar os alimentos;
- Esclarecimento de dúvidas.

Temas relacionados aos cuidados com o bebê:

- Ítens para a higiene do bebê;
- Troca das fraldas;
- Banho;
- Cuidados com o umbigo;
- Cólicas;
- Roupas adequadas;

- O quarto do bebê;
- Passeios e visitas;
- Soluços, espirros, congestão nasal, fezes líquidas (normais nos primeiros dias de vida para o bebê);
- Febre;
- Resfriados;
- Diarréia;
- Explicações sobre o teste do pezinho e icterícia;
- Vacinação;
- Esclarecimento de dúvidas.

Orientações finais:

- Licença maternidade;
- Explicação sobre a importância de a mãe trazer o bebê ao ambulatório para consultas até os dois anos de vida.

FICHA TÉCNICA:

INSTITUIÇÃO

Universidade de Mogi das Cruzes (UMC)
 Centro Acadêmico Antônio Prudente
 R: Antônio Cândido Alvarenga n.268. Centro - Mogi das Cruzes

ORIENTADOR:

Dr. Henrique George Naufel
 Professor assistente da disciplina de Pediatria da faculdade de medicina da UMC
 Coordenador da Liga de Pediatria da UMC

PROFESSORES COLABORADORES:

Dra. Lucinéia Cortez Modes
 Professora do curso de Fonoaudiologia da UMC
 Dr. Onofre Zambuzzi
 Professor titular da disciplina de Pediatria da faculdade de Medicina da UMC
 Dr. Hamilton Henrique Robledo
 Professor da disciplina de Propedêutica Clínica da faculdade de Medicina da UMC

ALUNOS AUTORES:

Halide Casaca Nobre - aluna do 5º ano de Medicina da UMC
 Giovana Broccoli - aluna do 4º ano de Medicina da UMC
 Maristela Bergamo - aluna do 3º ano de Medicina da UMC

RESPONSÁVEL:

Giovana Broccoli
 R: Jacques Klein no 165, Jd. Los Angeles
 Cep: 04648-070, São Paulo
 Tel: 4723 1806 / 5524 8067 /99576215

CONTATOS:

Maristela Bergamo

e-mail: marisbergamo@yahoo.com.br
tel: 4799 5604 / 6345 6413 / 9397 8349
Dr. Henrique G. Naufel
tel: 4727 7523 / 9655 0261