Os enfermeiros, na sua prática de cuidados, têm como objetivo **prevenir e controlar** o medo e a dor da criança sujeita a procedimentos relacionados com o internamento e operação. Está provado que o quanto maior é o conhecimento da realidade menores serão os medos e receios da criança e adolescente.

Os pais são quem melhor conhece os seus filhos e por isso são parceiros de cuidados. Os enfermeiros reconhecem e valorizam a importância da família nos cuidados à criança porque ajudam a mantê-la no seu contexto social primário, através da ligação com o ambiente familiar e suas rotinas.

A participação dos pais nos cuidados é, para os enfermeiros, uma vantagem inquestionável pois contribui para minimizar as consequências negativas da hospitalização.

SAIBA SE NO HOSPITAL ONDE O SEU FILHO VAI SER OPERADO EXISTE PROGRAMA DE PREPARAÇÃO PARA A OPERAÇÃO

Os conselhos apresentados neste folheto resultam da evidência científica e da experiência prática dos enfermeiros. Cada criança é única e possui especificidades que devem ser consideradas. Em caso de dúvida consulte um enfermeiro de Pediatria.

Fonte:
Ordem dos Enfermeiros. Diminuir o medo da cirurgia (2010), Guia Orientador de Boas Práticas. Mesa do Colégio da Especialidade de Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica



Mesa do Colégio da Especialidade
de Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica

Dia Mundial da Criança

1 de junho de 2015

Ajude-nos a diminuir o medo do seu filho acerca da cirurgia

Muito do medo que as crianças sentem está relacionado com a dor física: medo de levar «picas», medo de ser operado, medo de sofrer, medo do desconhecido...



É natural que as crianças sintam medo. Ele faz parte do processo de crescimento e do desenvolvimento e deve ser encarado como um desafio que cada criança é capaz de, a seu tempo, ultrapassar.



Se, o seu filho vai ser operado...

Sabia que em **alguns hospitais os enfermeiros da Consulta de Anestesia oferecem-lhe um Programa de Preparação para a Cirurgia?**

Para a criança, a operação cirúrgica é sinónimo de medo relativamente a procedimentos que provocam dor. É importante que a criança aprenda a ultrapassar os seus medos e encontre estratégias para os dominar.

.

O que é a preparação para a operação?

É uma explicação simples dos procedimentos ou da operação que os enfermeiros realizam junto da criança com recurso a atividades lúdicas como a modelagem, utilizando brinquedos que representam o hospital, seu equipamento e profissionais.

Também se podem utilizar vídeos explicativos como por exemplo: «A caminho da Operação»; ou livros adequados à idade da criança como: «A ida ao médico», «A Anita no Hospital», «O Diogo vai ser Operado», manuais do corpo humano.

O contacto antecipatório com o ambiente e os procedimentos potencialmente dolorosos ou assustadores encoraja a criança a falar, exprimir os seus receios e dúvidas, promovendo a diminuição do medo e tranquilizando a criança.

.

O que pode fazer para ajudar a criança ou adolescente a superar o medo da operação?

Deixar que exprima os seus medos ajuda-a a enfrentá-los. É a criança ou adolescente que vai descobrir a forma de ultrapassar os seus medos, mas o diálogo com o adulto vai alargar o conhecimento que tem de si e do mundo que a rodeia. Ao escutá-la atentamente e ao mesmo tempo respeitando os seus medos, a criança vai sentir que a estão a ajudar. Faça-a ver que ter medo é um sentimento normal e que todas as pessoas sentem ou já sentiram medo em diversas ocasiões da sua vida.

Dicas para os pais / acompanhantes ajudarem a diminuir o medo da operação da criança / adolescente

Antes dos 2 anos	As crianças não percebem o que está a acontecer, mas sentem a ansiedade dos pais ou acompanhantes. Estes devem preparar-se psicologicamente e manterem-se o mais calmos possível, esclarecendo as suas dúvidas junto dos profissionais de saúde. O medo da separação dos pais é uma constante na criança. Os objetos familiares e as pessoas são importantes para o bem-estar da criança. Acompanhe-a sempre ou faça-se substituir por alguém que lhe dê segurança. Leve o seu cobertor favorito, brinquedo ou chupeta e também o seu biberão ou copo, pois são objetos familiares para a criança.
2-3 anos	Nesta fase, as crianças ainda não têm uma correta perceção do tempo. Apesar das habilidades verbais serem limitadas, entendem mais do que são capazes de dizer. Dê explicações simples e concretas. Converse com a criança sobre a operação e o hospital um dia antes ou mesmo na véspera do internamento. Explique que no dia seguinte, de manhã depois de acordar, vão ao hospital. Assegure-lhe que a acompanha, que vão levar o seu brinquedo preferido e que ela vai dormir um «soninho». Prepare com a criança a sua mochila e peça-lhe que escolha uma roupa de dormir e um brinquedo para levar para o hospital.
3-6 anos	Converse com a criança cerca de três a cinco dias de antes da operação. Fale sobre o hospital. Dê explicações simples. Utilize palavras neutras para a informar, por exemplo: Maca - «Cama com rodas»; Anestesia - «cheirinho que faz sono»; Sala de Indução - «Sala do soninho especial»; Sala de recuperação - «Sala onde acorda». Como a criança aprende brincando, brincar com ela «aos enfermeiros e aos médicos » é muito útil. Reforce que a operação é uma maneira de resolver o problema e não um castigo pelo seu comportamento. Seja honesto, especialmente sobre a separação e a dor potencial. Leve um brinquedo significativo ou uma fotografia.
7-11 anos	A criança tem já correta noção do tempo. Pode informá-la da operação uma semana antes. Dê-lhe oportunidade de fazer perguntas e falar sobre as suas preocupações. Seja honesto. Explique-lhe o que vai ver no seu corpo depois da operação (pontos ou pensos). Incentive-o a colocar questões ao médico ou enfermeiro sobre o que lhe causa medo, a fim de clarificar as suas dúvidas e preocupações. Leve os seus objetos pessoais (roupas, chinelos e produtos de higiene) e material para distração e estudo (leitor de música, computador ou consolas, livros escolares e outros).
Mais de 12 anos	Os adolescentes devem acompanhar as decisões médicas desde o início. A maioria dos adolescentes vai querer mostrar-se forte, apesar de ainda precisarem da presença dos pais. Fale com o seu filho sobre o que vai acontecer e incentive-o a participar na tomada de decisões. Incentive-o a esclarecer as suas dúvidas e preocupações com o médico ou enfermeiro, nomeadamente no que se relaciona com a(s) zona(s) do corpo envolvida(s) na operação. Deve levar os seus objetos pessoais (roupas, chinelos e produtos de higiene) e, para se manter ocupado e distraído, aconselhe-o a levar objetos da sua preferência como: leitores de música, livros ou jogos de palavras cruzadas, computador ou consolas de jogos. Isso irá ajudá-lo a diminui a ansiedade e a lidar com o tempo.