

2022-02-09 23:01:09

<http://justnews.pt/noticias/enfermeira-da-urgencia-pediatica-lanca-livro-para-as-criancas-nao-terem-medo-dos-hospitais>

Saúde Infantil: Enfermeira lança livro para ajudar crianças a não terem medo do hospital

“Se te portas mal vais levar uma pica” é a típica frase que Eliana Rocha, 41 anos, enfermeira do Serviço de Urgência Pediátrica do Hospital Fernando Fonseca (HFF) está habituada a ouvir, dos pais para os filhos.

Com o objetivo de desmitificar esse medo transmitido às crianças e fornecer estratégias para ultrapassar os medos em relação ao hospital, a especialista em Saúde Infantil e Pediátrica decidiu avançar com o projeto de um eBook intitulado “O Hospital e as Crianças: Quando a literacia em saúde entra nas histórias”.

A obra, agora lançada, é apresentada como "um livro de histórias com base científica dirigido às crianças em idade pré-escolar, entre os 3 e os 5 anos, e aos pais".



Eliana Rocha

A Enfermagem na promoção da literacia em saúde

Em declarações à Just News, a enfermeira explica que o primeiro passo foi realizar um estudo, "onde ficou evidente a importância de preparar as crianças para os cuidados de saúde".

Na sua opinião, se é certo que todos os profissionais têm um papel importante na promoção da literacia em saúde, os enfermeiros, "pela sua proximidade aos doentes e aos familiares, acabam por estar numa posição privilegiada e ter uma particular sensibilidade".

Eliana Rocha considera mesmo que há um grande potencial e competência dos enfermeiros no âmbito da literacia em saúde que deveria ser mais utilizado, "assim haja interesse nas unidades e apoios nesse sentido".

Especificamente na sua área, afirma que "os enfermeiros em Pediatria são muito sensíveis à ansiedade e à dor. Envolvem a família em todo este processo."

"O fundamental é, de forma positiva, dar confiança e mostrar com verdade às crianças que vão ser capazes, de modo a terem confiança nelas próprias", afirma Eliana Rocha.

E acrescenta: "Este é um processo bom para ambas as partes, porque nesta idade estão a criar as bases de quem vão ser e uma experiência traumática vai moldar as próximas vindas ao hospital."

Experiência pessoal

Para a elaboração do estudo que deu origem ao livro, a enfermeira, mãe de dois filhos, inspirou-se na sua experiência materna, mas também no seu dia-a-dia profissional.

A metodologia científica que possibilitou obter os resultados, e que deram sustentação às histórias, consistiu na realização de um questionário online para pais de crianças dos três aos cinco anos.

Por outro lado, foi realizada uma abordagem direta, através de grupos focais, de crianças de uma turma pré-escolar da escola básica Jorge Mineiro, em Queluz de Baixo, sobre quais eram os principais medos em relação ao hospital. E qual o resultado? "O grande medo das crianças no hospital são mesmo "as picas" (vacinas)", afirma Eliana Rocha.



Estratégias para os pais

O livro, ilustrado por Márcio Pereira, foi lançado em janeiro deste ano e está disponível gratuitamente. Na parte final são partilhadas algumas estratégias para os pais aplicarem com os seus filhos, uma vez que "em casa, através de brincadeiras, podem mostrar aos filhos o que vai acontecer, para eles se familiarizarem".

A obra tem o prefácio e coordenação científica dos dois diretores da pós-graduação em Literacia em Saúde do ISPA, Cristina Vaz de Almeida e Carlos Lopes. E não é por acaso. O ebook que Eliana Rocha agora lançou resulta de um trabalho que desenvolveu durante a sua pós-graduação em Literacia em Saúde no ISPA.

Para Cristina Vaz de Almeida, que é também presidente da recentemente criada [Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde](#) (SPLS), "este maravilhoso livro de storytelling da enfermeira Eliana Rocha resultou muito bem,

porque foi feito em parceria e pensando especificamente nos seus destinatários: as crianças no hospital e os seus medos."

E sublinha: "É um livro criativo, apelativo, feito para sentir o que estas crianças querem." A obra pode ser consultada [aqui](#).