USF Villa Longa

O meu bebé vai ser vacinado e eu vou estar preparada/o

As vacinas permitem salvar mais vidas e prevenir mais casos de doença do que qualquer tratamento[4]!
A vacinação, apesar de ser um procedimento breve, é doloroso e daí resultam momentos de grande ansiedade nas crianças[2]…
Aqui, os pais têm um papel muito importante na preparação das crianças para a vacinação, porque "um adulto calmo e seguro ajuda a criança a organizar-se e a confiar"[1]!

Como reagem as crianças?

Até aos 18 meses
Choro vigoroso e agitação severa
Entre os 5 e os 6 anos
Choro contínuo e vigoroso, gritos e resistência que resultam da não compreensão de atitudes de protecção e tratamento e da sua finalidade. Não obstante, têm um pensamento mágico e associam a dor à punição.
Entre os 10 e os 13 anos
Choro menos frequente e resistência. Apesar de já compreenderem o que é a vacinação e qual a sua finalidade, demonstram ainda medo e ansiedade relativamente à dor.

COMO PREPARAR A SUA CRIANÇA

Até 18 meses
Deve avisar que vai fazer a vacina a fim de se proteger.
Entre os 5 e os 6 anos
Deve avisar no próprio dia que vai fazer a vacina, de forma a não criar períodos de ansiedade nos dias anteriores. Tente não se centrar na dor mas sim na importância de ser vacinado!
Entre os 10 e os 13 anos
Deve avisar a criança pelo menos um dia antes, de forma a que a criança se prepare antecipadamente. Deve referir a importância da vacinação como método preventivo de doenças graves.

O que não deve dizer?

"Vais levar uma pica", "vais ficar de castigo", "se te portas mal ,levas outra", "não vai doer", "Deixo-te aqui sozinho", "Só és forte se não chorares" ou "não me envergonhes"…

Seja sincero, calmo e tolerante!

O que fazer durante a vacinação?

Até aos 18 meses
Amamentar, acarinhar, tocar, dar colo, dar a chucha e objecto favorito, cantar, utilizar objectos sonoros e frases simples
Entre os 5 e os 6 anos
Cantar, contar e dizer o abecedário, construir lego e respirar fundo
Entre os 10 e os 13 anos
Deixe que a criança exprima os seus sentimentos, crie um ambiente de confiança e converse com a criança sobre um assunto do seu interesse

Referências Bibliográficas

1.Barros, L. A dor pediátrica associada a procedimentos médicos: contributos da psicologia pediátrica. Temas em Psicologia. Lisboa. Vol. 18, nº2, 196-306. ISSN: 1413-359.
2.Faria, H (2012). Interacção e perfis de comportamentos das crianças, pais e enfermaeiros durante a vacinação pediátrica. Lisboa: Faculdade de Psicologia. Tese de Mestrado.
3.Hockenberry M, Wilson D (2014). Wong – Enfermagem da criança e do adolescente. 9ª Edição. Loures. Lusociência. ISBN: 978-959—748-004-1.
4. Direcção-Geral da Saúde. Programa Nacional de Vacinação 2017. Direcção-Geral da Saúde. Lisboa: DGS.