

Como criar filhos sem medos

Um guia para mães, pais, cuidadores
e profissionais de vacinação

Maria Cristina Martins Alvarenga



Atenção

É proibida a reprodução no todo ou em parte deste material (texto, quadro, figura, esquema, entre outros), por quaisquer meios, cópia, fotocópia, internet, gravação e outras, sem a expressa autorização por escrito.

A Lei 9.610, de 19 de fevereiro de 1998, garante ao autor os direitos morais e patrimoniais. A violação dos direitos autorais é crime.

Não faça cópias!

Quem faz cópia (xerox) de um livro prejudica toda a cadeia produtiva: autores, ilustradores, revisores, editores, gráficas, distribuidores e livrarias.

Aviso

As informações contidas neste livro expressam a opinião pessoal da autora. As indicações, doses e exemplos não substituem as recomendações oferecidas pelas autoridades sanitárias do Brasil. Não nos responsabilizamos por eventuais consequências decorrentes do texto. Deve-se consultar sempre um médico ou outro profissional de saúde em relação a todos os tópicos que requirem um diagnóstico específico.

Maria Cristina Martins Alvarenga

COMO CRIAR FILHOS SEM MEDOS
um guia para mães, pais, cuidadores e profissionais de vacinação



Copyright © 2015 Maria Cristina Martins Alvarenga

Editor

Pedro Reiz

Projeto gráfico e capa

Giovanna Rodrigues Melin

Revisão

Equipe de Pedro Reiz Centro de Treinamento e Formação

Fotos da capa

Eneida Pereira de Abreu Alvarenga

Márcio Flávio Valentim Alvarenga

Foto da autora

Adriano Pereira

Revisão técnica

Camilla Ferreira Catarino

Ingrid Ruotti Ribeiro de Oliveira

Mônica Spadafora Ferreira

Tereza Monteiro Ribeiro Cardozo

Thais Maia Teixeira

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Alvarenga, Maria Cristina Martins

Como criar filhos sem medos : um guia para mães, pais, cuidadores e profissionais de vacinação / Maria Cristina Martins Alvarenga. -- São Paulo : Hyria, 2015.

Bibliografia

ISBN 978-85-66442-04-5

1. Imunização de crianças 2. Pais e filhos 3. Profissionais da saúde 4. Puericultura 5. Vacinação de crianças 6. Vacinas
I. Título.

15-07540

CDD-614.47

Conforme o novo Acordo Ortográfico

Foi feito o depósito legal.

Todos os direitos desta edição reservados à Hyria Ltda

www.ehyria.com.br

*Em memória de Denio e papai.
Aos meus filhos amados, Caio e Ciro.
Para mamãe e Inha.*

A Hyria agradece aos profissionais a seguir que contribuíram com comentários e sugestões para a presente edição:

Camilla Ferreira Catarino

Enfermeira. Mestre e doutoranda em Ciências pelo Instituto Nacional de Saúde da Mulher, da Criança e do Adolescente Fernandes Figueira (IFF/Fiocruz).

Especialista em Enfermagem Neonatal pela Universidade Severino Sombra.

Residência em Enfermagem em Controle de Infecção Hospitalar com ênfase em Saúde da Criança pelo IFF/Fiocruz.

Enfermeira do Serviço de Vigilância em Saúde da Secretaria Municipal de Saúde do Rio de Janeiro e do Instituto de Puericultura e Pediatria Martagão Gesteira da Universidade Federal do Rio de Janeiro (IPPMG/UFRJ).

Ingrid Ruotti Ribeiro de Oliveira

Enfermeira. Especialista em Urgência e Emergência pela Universidade Nove de Julho e em Enfermagem Obstétrica pela Faculdade Santa Marcelina (FASM).

Enfermeira da Secretaria Municipal da Saúde de São Paulo.

Mônica Spadafora Ferreira

Farmacêutica-Bioquímica. Doutora em Imunologia pela Universidade de São Paulo (USP).

Pesquisadora Científica do Instituto Butantan.

Membro da Sociedade Brasileira de Imunologia.

Tereza Monteiro Ribeiro Cardozo

Médica. Doutora em Ciências pela Universidade de São Paulo (USP).

Coordenadora da Vigilância Epidemiológica de São José dos Campos.

Thais Maia Teixeira

Enfermeira. Especialista em Enfermagem Neonatal pela Universidade Federal Fluminense (UFF).

Residência em Enfermagem Pediátrica pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ).

Enfermeira Pediátrica do Instituto de Puericultura e Pediatria Martagão Gesteira da Universidade Federal do Rio de Janeiro (IPPMG/UFRJ).

Agradecimentos

A todos os colegas das equipes de enfermagem, das salas de vacinação tanto do serviço público quanto do particular da cidade de São José dos Campos, que atuam diretamente com bebês, crianças, mães, pais e cuidadores, adolescentes, adultos, idosos, gestantes... o trabalho de vocês enriquece a minha alma, é o meu sorriso! Sem a amizade e a troca de experiências, este livro seria impossível.

Agradeço, em especial, aos meus amigos da Vigilância Epidemiológica, com os quais trabalho, e com os que já tive a oportunidade de trabalhar ao longo de todos esses anos. O trabalho coletivo contribuiu para aprimorar meus conhecimentos na área de imunização como também para o bem-estar de toda a comunidade.

Agradeço aos meus colegas da Secretaria Municipal de Saúde de São José dos Campos, que ao longo desses anos, não pouparam esforços para aprendermos e compartilharmos conhecimentos!

Aos laboratórios, fabricantes de vacinas, pela dedicação e contínuo fornecimento de informações atualizadas.

A todas às pessoas que participaram dos meus treinamentos e palestras, pelo privilégio de conhecer tantas pessoas maravilhosas!

Às minhas colegas das escolas de enfermagem, de cursos técnicos e de graduação, pelos convites para aulas, palestras e simpósios.

A todos os profissionais da imprensa, que ao longo desses anos acreditaram no meu trabalho.

Aos meus colegas pediatras, pelo incentivo e confiança no meu trabalho em imunização. Acredito que o nosso carinho e atenção com as crianças e os pais contribuem para a aceitação das vacinas e, principalmente para ajudar mães, pais e filhos a ficarem mais confiantes!

A todos os pais e crianças que tive o privilégio de atender direta e indiretamente, nas diversas salas de vacinação em que atuei. Espero que este livro possa trazer tranquilidade, conforto e um pouquinho de segurança...

Agradeço ao Pedro Reiz que, após ler os originais deu o sugestivo nome a este livro como também se empenhou arduamente para que meus manuscritos e reescritos se tornassem realidade!

Muitas pessoas contribuíram para a concretização deste trabalho, porém, coube à Giovanna Rodrigues Melin, a função principal. Suas observações, comentários e atenção com cada detalhe fizeram muito do que é este livro.

Prefácio

A paixão de Maria Cristina Martins Alvarenga pelas vacinas não é de hoje! Seu trabalho na área de imunização é exercido há mais de duas décadas e meia, afora ser mãe de dois filhos, desenvolver atividades acadêmicas e científicas...

Da expertise adquirida nesse campo, passou a observar *como* se comportam mães, pais, tios, tias, avós, avôs de crianças e notadamente de bebês e demais familiares que procuram as diferentes salas de vacinação do país, bem como os espaços particulares para vacinação. Daí aprofundou o seu olhar, e este livro é fruto de incontáveis campanhas de vacinação, horas e horas à frente de salas de treinamento, sempre concorridas para assisti-la, na ciência de vacinar, que Cristina Alvarenga desenvolve tão carinhosamente quanto com eficácia e destreza! Basta ligarmos a televisão, ou sintonizarmos uma emissora de rádio, ou folhearmos as páginas dos jornais, e lá estão informações sobre

Sumário

Capítulo 1

As primeiras vacinas

Desafios para mães, pais, cuidadores e bebês

Medo da vacina não é só coisa de criança!, 21

Os bebês sabem muito mais do que imaginamos..., 26

Mãe saudável, bebê saudável, 30

As vacinas ao nascimento, 35

As vacinas no bebê de 2 meses. Com tantas “picadas”,
meu bebê vai sofrer?, 40

Vacinar na maca ou no colo?, 44

Capítulo 2

Meu bebê cresceu!

Como transformar o momento da vacina em
superação e autoconfiança

Meu bebê cresceu! Vacinas nas crianças de
4 a 6 anos, 51

Por que as crianças tomam vacinas longe dos pais e
não choram?, 53

Compensações funcionam?, 56

Vale tudo! Certificado, adesivo, carimbo..., 58

Cuidado! Seis atitudes que nunca devemos ter com as
crianças, 63

Capítulo 3

Medo e ansiedade

A importância dos pais no momento da vacinação

Os desafios dos pais de “primeira viagem”, 69

Como tornar o momento da vacinação mais tranquilo, 71

O que os pais devem observar na sala de vacinação, 74

A importância da carteirinha, 77

Conhecendo as siglas e a terminologia, 82

O pai também pode ser um sucesso na sala de vacinação!, 85

Capítulo 4

Mitos e verdades

Polêmicas em torno das vacinas

A não vacinação: filosofia de vida? Religião? Medo? Falta de informação?, 91

Afinal de contas, a vacinação de crianças é obrigatória?, 102

Polêmicas sobre a vacina contra o HPV, 104

E a dengue? Tem solução com vacina?, 107

Capítulo 5

Vacinação não é bicho de sete cabeças

Como funcionam? Para que servem? Quais as possíveis reações?

Vacinação não é bicho de sete cabeças, 113

Quais são as vacinas? Quantas doses? Contra quais doenças elas protegem?, 116

Quais vacinas são oferecidas pela rede particular que não são oferecidas pelo SUS?, 122

Reações: quando devemos nos preocupar?, 125

Capítulo 6

Sobre o profissional de vacinação

Dicas e informações técnicas para mães, pais, cuidadores e profissionais de vacinação

Os profissionais de saúde no cuidado de bebês e crianças, 133

Capacitação de profissionais de enfermagem para a sala de vacinação, 135

Realizando os procedimentos de modo confortável, 140

Notificações de erros e eventos adversos pós-vacinação, 142

A imagem do profissional que atua em sala de vacinação, 145

O que faz o cliente sair feliz da sala de vacinação?, 148

Apêndices

Sites úteis e confiáveis, 155

Principais telefones úteis da área da saúde, 158

Referências, 163

1

As primeiras vacinas

Desafios para mães, pais,
cuidadores e bebês

Maria Cristina Martins Alvarenga

COMO CRIAR FILHOS SEM MEDOS

Um guia para mães, pais, cuidadores
e profissionais de vacinação

Levar um bebê ou uma criança para vacinar tem provocado diversas indagações: com tantas “picadas”, meu bebê vai sofrer? Por que medo de vacina? Quais as diferenças entre as vacinas? É possível transformar o momento da vacina em superação e autoconfiança? Por que as crianças tomam vacinas longe dos pais e não choram? As compensações funcionam? Quantas vacinas o bebê precisa tomar?

O conjunto de tópicos tratados neste livro reflete a importância de uma obra preparada por profissional da área da saúde, com anos de experiência em imunização. A autora uniu ciência e arte de inspirar as pessoas, no mais profundo respeito às individualidades de cada ser humano.

