



YOU'RE NOT ALONE

CONHECIMENTO, APOIO E ESPERANÇA PARA FAMÍLIAS NA NEONATOLOGIA

Um pequeno guia para pais que iniciam a sua jornada na neonatologia



Mãos pequenas

Grande força

Esperança

EDUCAÇÃO EM NEONATOLOGIA BASEADA NA EVIDÊNCIA | INGLÊS & PORTUGUÊS

Bem-vindos

Se estão a ler este guia, é possível que o vosso bebé tenha sido recentemente admitido na Unidade de Neonatologia. É natural que se sintam preocupados, ansiosos ou com dúvidas sobre o que esperar nos próximos dias.



Lembrem-se



Não existe uma maneira certa ou errada de se sentirem. Cada família vive esta experiência de forma diferente, e não há problema em fazer perguntas, procurar apoio e enfrentar um dia de cada vez.

Este guia foi criado para ajudar-vos a compreender melhor o que podem esperar durante o internamento do seu bebé, esclarecer algumas das dúvidas mais frequentes e providenciar informação baseada na evidência, de forma simples, clara e tranquilizadora.

Como enfermeira de neonatologia, tenho o privilégio de cuidar de bebés e apoiar famílias durante alguns dos momentos mais desafiantes das suas vidas. Espero que estas páginas vos ajudem a sentir-se mais informados, mais confiantes e, acima de tudo, a recordar que não estão sozinhos.

Com carinho,

The Neonatal Nurse Mum





O que é uma Unidade de Neonatologia?



É uma Unidade que presta cuidados especializados a recém-nascidos prematuros, doentes ou que necessitam de apoio adicional após o nascimento.

Cada bebé é único, e ter sido admitido na Unidade de Neonatologia nem sempre significa que o vosso bebé esteja gravemente doente.

1. Porque é que o meu bebé foi admitido?

- * Prematuridade
- * Dificuldades respiratórias
- * Baixo nível de açúcar no sangue (Hipoglicemia)
- * Pele e olhos amarelados (Icterícia)
- * Infecção
- * Necessidade de apoio na alimentação

3. Posso ficar com o meu bebé?

Cada Unidade funciona de forma diferente, mas os pais são incentivados a passar o máximo de tempo possível com o seu bebé e a participar activamente nos seus cuidados. Algumas unidades também dispõem de quartos para familiares, principalmente para bebés que se estão a preparar para ir para casa ou que necessitam de internamento mais prolongado.

2. Quem vai cuidar do meu bebé?

- Enfermeiros de Neonatologia
- Médicos Neonatologistas
- Estudantes de Enfermagem
- Auxiliares de Enfermagem
- Enfermeiros Especialistas
- Equipa especialista em alimentação infantil
- Equipa de Apoio Domiciliário
 - Fisioterapeutas
 - Dietistas
- Terapeutas Ocupacionais
- Terapeutas da Fala
- Farmacêuticos
- Equipa de Apoio às Famílias



SABIA
QUE...
?

Os pais são uma parte essencial no cuidado ao bebé. A vossa voz, o vosso toque e a vossa presença ajudam o vosso bebé a sentir-se seguro. Sempre que possível, serão encorajados a participar nos cuidados ao vosso bebé.

Conheçam a equipa que vai cuidar do vosso bebé

Durante o internamento do vosso bebé, irão conhecer vários profissionais de saúde. Cada um desempenha um papel diferente, mas todos trabalham em conjunto para prestar os melhores cuidados possíveis ao vosso bebé e apoiar a vossa família.



Enfermeiro(a) de Neonatologia

Presta cuidados diários ao vosso bebé, monitoriza a sua evolução, administra medicação, apoia a alimentação e está disponível para responder às vossas dúvidas e apoiar a vossa família.



Médico Neonatologista

Médico especializado no cuidado de recém-nascidos, especialmente bebés prematuros ou que necessitam de cuidados médicos especializados.



Farmacêutico(a)

Prepara e verifica os medicamentos para garantir que são seguros e adequados às necessidades do vosso bebé.

PAIS & FAMÍLIA

Vocês são uma parte fundamental da equipa de cuidados do vosso bebé. O vosso amor, presença e participação fazem uma enorme diferença no seu desenvolvimento e bem-estar todos os dias.



Dietista

Ajuda a garantir que o vosso bebé recebe a nutrição adequada para crescer e desenvolver-se de forma saudável.



Enfermeiro(a) Especialista

Enfermeiro(a) com formação especializada que avalia o bebé, participa nas decisões clínicas e trabalha em estreita colaboração com a equipa médica e de enfermagem.



Equipa especialista em alimentação infantil

Apoia a alimentação do bebé, incluindo a amamentação e a extração de leite materno, de forma a que o vosso bebé receba a nutrição de que necessita.

Como podem participar nos cuidados do vosso bebé?

Cada momento juntos faz a diferença.

♥ Contacto pele com pele (Método Canguru)

O contacto pele com pele ajuda a regular a temperatura, a frequência cardíaca e a respiração do vosso bebé, ao mesmo tempo que fortalece o vosso vínculo. Mesmo períodos curtos podem trazer benefícios duradouros.

🍼 Alimentar o vosso bebé

Quer estejam a amamentar, a extrair leite materno ou a dar biberão, desempenham um papel fundamental no crescimento do vosso bebé. A equipa de saúde estará ao vosso lado para vos apoiar em cada etapa.

👐 Cuidados do dia a dia

À medida que o vosso bebé vai ficando mais estável, serão encorajados a participar nos cuidados diários, como mudar a fralda, dar banho, confortá-lo. Estes momentos vão aumentar a vossa confiança e fortalecer o vosso vínculo.



**SABIA
QUE...
?**

Mesmo que o vosso bebé esteja demasiado doente para ser pegado ao colo, o vosso toque delicado, a vossa voz e a vossa presença continuam a proporcionar conforto, segurança e tranquilidade.

Perguntas que podem ter

“

Não existem perguntas sem importância. A equipa de neonatologia está aqui para vos apoiar, explicar os cuidados prestados ao vosso bebé e ajudar-vos a sentirem-se mais confiantes em cada etapa.

? Posso pegar no meu bebé 🧒

Sim, na maioria dos casos. Mesmo os bebés que necessitam de cuidados intensivos podem, quando é seguro, beneficiar do contacto pele com pele. O enfermeiro do vosso bebé irá orientar-vos.

? Quando poderá o meu bebé ir para casa 🏠

Cada bebé tem o seu próprio percurso. O vosso bebé terá alta quando estiver clinicamente estável. Normalmente, isto significa que se alimenta bem, ganha peso, mantém a temperatura corporal e já não necessita de cuidados hospitalares.

? O meu bebé vai sofrer 💙

O conforto do vosso bebé é sempre uma prioridade. A equipa de neonatologia avalia cuidadosamente a dor e utiliza estratégias adequadas para garantir o máximo conforto possível.

? Posso fazer perguntas 💬

Claro que sim! Não existem perguntas sem importância. Encorajamo-vos a perguntar sempre que tiverem dúvidas. Compreender os cuidados prestados ao vosso bebé ajuda-vos a sentir mais confiança e a participar activamente na sua recuperação.



Uma Mensagem Pessoal

Obrigada por dedicarem tempo à leitura deste guia.

Ter um bebé internado na unidade de neonatologia pode despertar muitas emoções. É normal sentirem preocupação, insegurança ou até mesmo sentirem-se sobrecarregados com tudo o que está a acontecer. Espero que este guia vos tenha ajudado a compreender um pouco melhor a unidade de neonatologia e vos tenha lembrado de que são uma parte fundamental dos cuidados ao vosso bebé.

Como enfermeira de neonatologia, tive o privilégio de cuidar de muitos bebés e das suas famílias. Como mãe, também compreendo como uma palavra de conforto, um gesto de carinho e uma informação clara podem fazer toda a diferença em momentos de incerteza.

Lembrem-se: não precisam de saber tudo. Vivam um dia de cada vez, façam perguntas e celebrem cada pequena conquista.

Sejam gentis convosco. Estão a fazer um trabalho muito melhor do que imaginam.

Aviso: este guia destina-se apenas a fins informativos e não substitui o aconselhamento médico. Se tiverem alguma preocupação sobre o vosso bebé, falem com a equipa de saúde da unidade de neonatologia.



*Com carinho
Sofia*

The Neonatal Nurse Mum

"Sei que estes são tempos difíceis e de incerteza, mas nunca subestimem o poder do vosso amor. Para o vosso bebé, o vosso toque, a vossa voz e a vossa presença significam mais do que alguma vez possam imaginar."

hello@theneonatalnurse mum.com
www.theneonatalnurse mum.com