

#quem ama vacina

INFÂNCIA E AFETO

sanofi

LeitURiNha

#quem ama vacina

Parceria **Leiturinha** e **Sanofi**

leiturinha

sanofi

Apoio



Prematuridade.com
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PAIS, FAMILIARES,
AMIGOS E CUIDADORES DE BEBÊS PREMATUROS

Leiturinha e **Sanofi** se unem em prol da vacinação infantil.

Nesta edição especial do **Almanaque**, a **Leiturinha** se uniu à **Sanofi** para juntas abordarem um tema muito importante para as famílias e as crianças: a vacinação infantil. Depois da água potável, as vacinas foram as principais responsáveis pela queda na mortalidade infantil e pelo aumento na expectativa de vida das populações.¹ Mas, nos últimos anos, a adesão às campanhas de vacinação infantil vem caindo, aumentando o risco de retorno de doenças já controladas.²

Por isso, aproveitamos que em outubro comemora-se o Dia Mundial de Combate à Poliomielite, e em novembro o Dia Mundial da Prematuridade, para trazer à tona o tema da vacinação, tão importante à proteção da saúde das crianças.

Você sabia que em 1994 o Brasil recebeu o certificado de eliminação da poliomielite?³ A principal estratégia para controlar a doença foram as campanhas de vacinação em massa. E deu certo! Mas em outros países o vírus ainda está ativo, por isso precisamos manter atenção à vacinação para evitar que esta doença retorne.³

Aliás, precisamos manter atenção ao calendário de vacinas das crianças, e inclusive ao papel importante que as vacinas desempenham na proteção da saúde dos bebês prematuros.

Fique de olho nessa história!

Saiba mais sobre vacinação em: **www.quemamavacina.com.br**



A collection of colorful, hand-drawn stickers on a blue background. The stickers include various objects like a sun, moon, stars, heart, paper airplane, ladybug, bee, dinosaur, cloud, flower, balloon, banana, pumpkin, cake, bandage, umbrella, heart, bird, tree, duck, bottle, and a large dinosaur. The word "ADESIVOS" is written in a white speech bubble in the top left corner.





Oiê! Eu sou o Robson, o amigurumi da vacinação!
Vamos brincar juntos? Legal!

Nas próximas páginas só tem atividades divertidas:
histórias, músicas e jogos. Eu também vou compartilhar
com você algo muito especial para mim: vou falar
da importância de uma **INFÂNCIA SAUDÁVEL**.

A infância saudável é importante para todas as crianças
crescerem felizes e fortes.

Pode-se entender que uma infância saudável é construída,
entre outros, com **carinho** e **respeito** da família, contato
com a **natureza**, uma boa nutrição infantil, **visitas regulares**
ao pediatra, ter a **carteira de vacinação em dia**, com direito a brincadeiras,
histórias e música, educação de qualidade em escolas com estrutura e afeto
e, claro, tempo para uma soneca. Esse livro, uma parceria da **Leiturinha**
com a **Sanofi**, para a campanha **Quem Ama, Vacina**, e com apoio da
Associação Brasileira de Pais e Familiares de Bebês Prematuros, mostra
e valoriza todas essas bonitas manifestações de afeto. Eu nasci em 2019
para distribuir carinho e conscientizar sobre a proteção infantil. Por isso,
eu adoro afetos, sou um guardião dos cuidados, dos carinhos e da saúde
de todas as crianças!

Vamos juntos nessa aventura?!

Estou tão feliz em te conhecer. Vamos nos divertir bastante.



A GESTAÇÃO

Amanhece semente
Venha ver o sol
Venha brincar com a gente

Quem sabe o que é gestação?
Eu moro nesse barrigão
Que cresce e que cresce
E o sorriso floresce
Até chegar a contração!



É na gestação, quando um bebê ainda é chamado de feto e tem o tamanho de um feijãozinho, que a infância saudável se inicia. A gestação é um período especial para a nova família e também deve ser para a pequena pessoa que está lá dentro, tranquila, e não imagina como é o mundo aqui fora! É na gestação, também, que a mamãe recebe as vacinas necessárias para ajudar a proteger o bebê durante os primeiros meses de vida.⁴ E, olha só! Para o papai e os cuidadores também tem vacina.⁵

A gestação completa dura em torno de 9 meses ou 40 semanas. Pode ser um pouco mais, pode ser um pouco menos, e nestes casos podemos ter bebês prematuros, aqueles que nascem com menos de 37 semanas de gestação, e que, por isso, podem precisar de cuidados especiais.⁶ Em todos os casos, o importante é ter o acompanhamento dos profissionais de saúde para garantir a evolução saudável de todas as crianças.



VOCÊ SABIA QUE...

O bebê prematuro tem acesso a um calendário de vacinação diferenciado por meio do CRIE (Centros de Referência para Imunobiológicos Especiais)?⁶ Acesse o QR code e você conhecerá as vacinas disponíveis.



BRINQUE COMIGO:

Cesto dos Tesouros

Convide o seu bebê a explorar o cesto com objetos pré-selecionados por você. A brincadeira aguça a curiosidade, oferece estímulos sensoriais diversos e pode ser repetida muitas vezes, substituindo os objetos e mantendo o fascínio da exploração. Escolha objetos como um tomate, um livro, objetos de madeira, de metal ou couro.

CUIDADOS: evite peças pequenas e pontudas e fique com o bebê durante a exploração.



OLHOS CURIOSOS

2 meses: o coração do bebê começa a bater e ele tem o tamanho aproximado de um grão de arroz! ⁷

5 meses: o bebê começa a ouvir sons! É um momento especial para a família "se apresentar e puxar papo" com o novo membro da família. ⁷



Calma, calma, somos nós
Ouça a minha voz
Chora, chora no meu colo, agora

7 meses: o bebê já se mexe com mais energia. Faça um cafuné na barriga, promova o toque suave com as mãos. Que tal ler histórias e cantar algumas músicas para vocês curtirem juntos? ⁷

9 meses: está chegando a hora. ⁷
Seja bem-vindo, aproveite a vida com muito carinho e alegria.

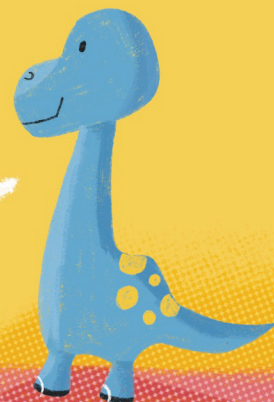


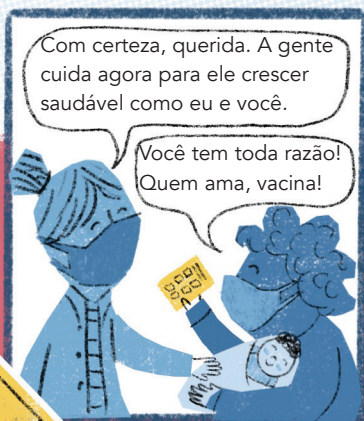
PRIMEIROS CUIDADOS

O nascimento do bebê é um momento de muita emoção. Você sabia que o choro é a primeira forma de comunicação do bebê?⁸ Os profissionais de saúde tomam os cuidados necessários para o recém-nascido e sua família sentirem-se acolhidos e recuperarem-se bem após o parto. Nas primeiras 24 horas, mães e bebês seguem em observação.⁹ É o momento em que o bebê faz o teste do pezinho, entre outros, e toma as suas primeiras vacinas: contra a Tuberculose e a Hepatite B.^{10,11} A vacina contra a tuberculose é a que geralmente deixa a famosa marquinha no braço.¹¹

“Contra tuberculose / A primeira dose / Se toma no hospital / É só uma dose / Tchau tchau tuberculose / Uma picada e mais um tchau Na maternidade / O seu bebê / Se protege da hepatite B / Tá tudo bem / Vai relaxar / Daqui a pouco ele vai querer mamar .”

Meu papai contou que a enfermeira cantou essa música para mim logo que nasci! Acesse o QR code para cantar junto!





Nesses primeiros meses de vida, o calendário vacinal fará parte da sua rotina de proteção, a qual deve continuar acontecendo ao longo da vida.

No começo são as vacinas, mas precisa ter atenção aos reforços ao longo da infância, adolescência e vida adulta.¹¹ Que tal conferir a carteirinha de vacinação? Acessando o QR code você encontra um calendário para anotar as próximas datas das vacinas.



DICAS

Deixe tudo preparado para a chegada do novo membro da família. Em casa, passeie pelos cômodos, mostre o quarto, livros, plantas, brinquedos. Ambientar o pequeno é um ritual simples que pode lhe trazer muito conforto.

LÁ VEM O SOL: Banhos de sol e passeios ao ar livre podem ajudá-lo a crescer mais saudável.¹² Aproveite o momento e cante para o bebê uma cantiga da sua infância para ele.

HORA DO BANHO: Curta o momento com calma e carinho, faça massagem, brinque, converse. O banho é hora de relaxar, é hora de se conectar. A família pode participar desses momentos, com todos juntos, ou revezando.

SUSPIRO DE POESIA



A joaninha faz de conta que é
Seu bichinho de estimação
Que tal pegá-la na mão?



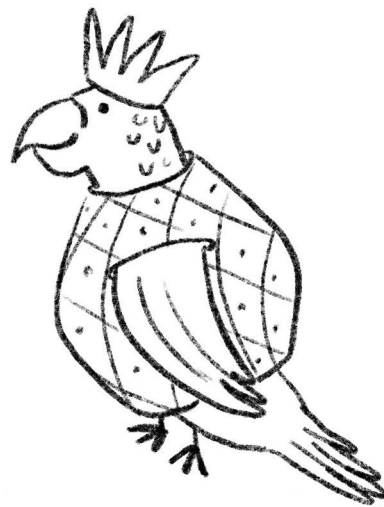
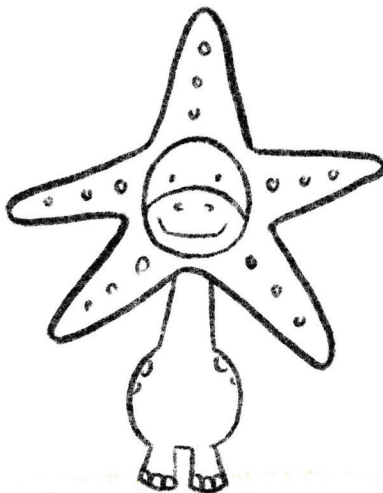
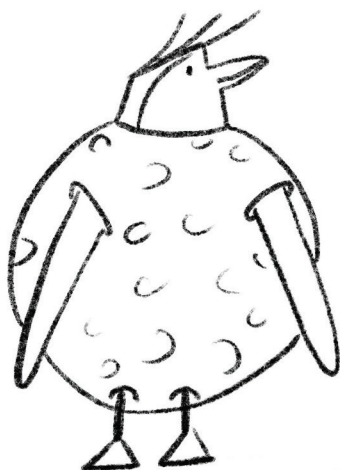
O cacto me disse:
- Não me chame de estranho
Só porque quero tomar banho

Vamos ler juntos?
A turma vai brincar de
faz de conta. O que será
que cada um pensou?



BRINQUE COMIGO

Pinte o Pinguim fantasiado de lua, o Robson de estrela-do-mar e a Arara de abacaxi.



OS PRIMEIROS 12 MESES



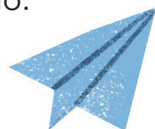
1

Meu pequeno chuchu
Você completa um ano
É a alegria do meu cotidiano

VOGÊ SABIA QUE COM...

2 MESES Os bebês reagem a novos estímulos, podem até sorrir com as descobertas e brincadeiras.¹⁰

Como brincar: mostre objetos coloridos, pendurados, cante, faça sons com chocalho, palmas e assovio.



6 MESES Os bebês são ativos, curiosos e exploradores. É preciso ficar de olho, porque o que aparecer nas mãos deles pode ser levado à boca.¹⁰

Como brincar: repita as brincadeiras anteriores, adicione as de esconder o rosto, de “aviãozinho” no colo e segure-os para dançar junto. Eles adoram!

4 MESES Os bebês têm os membros dos corpos mais firmes e descobrem os movimentos dos dedos.¹⁰

Como brincar: sempre com a supervisão de um adulto, a família pode apresentar diferentes texturas e materiais como forma de descoberta.

8 MESES Os bebês estão confiantes e demonstram os seus interesses pelos jogos favoritos e em descobrir os sons com as próprias mãos.¹⁰

Como brincar: estimule brincadeiras tipo “faça também”. Bata palmas e mostre como fazer para ele bater. Dê chocalhos e tambores para eles explorarem livremente.

Uma criança, para se desenvolver e crescer forte com confiança, precisa de amor. Esse sentimento pode e deve vir de forma afetiva, com muitas brincadeiras, músicas, caretas, abraços e abrações gostosos. O amor também aparece com o olhar atencioso para a proteção da saúde e do desenvolvimento do bebê nos primeiros anos de vida, quando seus corpos estão em pleno desenvolvimento e adaptação.



O desenvolvimento infantil é um processo contínuo e particular de cada criança, e deve ser acompanhado por profissionais da saúde, pais e cuidadores.¹⁰



Vamos cantar juntos
para lembrar de todos
os movimentos?



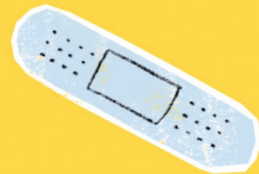
Erga a cabeça
E não se esqueça
De dar um sorriso

Já vai deitar?
Que tal rolar?
Uma aventura no colchão

Fique sentada
Bem relaxada
Pra ouvir uma história

Já está de pé!
E sem chulé!
Caminhando para a glória!

FIQUE ESPERTO



Felizmente, é muito simples e fácil de se proteger contra diversas doenças, dentre elas a poliomielite. As vacinas e os reforços são importantes. Para seguir as datas corretamente, basta seguir o que está marcado na carteira de vacinação da criança. É muito importante consultar um profissional de saúde, é ele quem dará todas as informações detalhadas.¹³



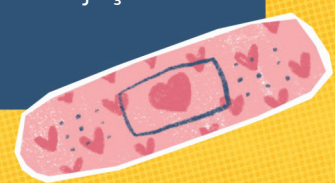
A **CADERNETA DE SAÚDE DA CRIANÇA**

é um documento muito importante que acompanha o desenvolvimento dela. Ela inclui a “carteirinha de vacinação”, que sempre deve estar atualizada. A primeira visita ao Posto de Saúde depois de nascer ocorre aos 2 meses de idade. O médico responsável pelo atendimento vai informar e explicar a data das próximas vacinas.¹³



VACINAÇÃO COM AMOR

Você sabia que, além de todos os benefícios que conhecemos, a amamentação também diminui o incômodo e acalma os bebês no momento da vacinação? Conhecida como “mamanalgesia”, a prática é simples e se resume a amamentar o bebê antes, durante e depois das injeções.¹⁴



INFÂNCIA PARA SE VIVER E RECORDAR



A foto é memória

Tem sorriso, tem olhar

Tem história



Minha família é bem animada. Eles tiraram uma selfie na primeira vez que me levaram a um posto de saúde para tomar vacina. Tá bom, tá bom! É fofinho. E engraçado também. Eles estavam emocionados. Como não amar? Eu fiquei protegido contra um monte de doenças. Eu não me lembro desse dia, porque era muito novinho. Eu tinha menos de um ano. Mas eles me contaram que eu fui muito forte e corajoso, como dá para ver na foto.



PAPO COM PEDIATRA

Estou aqui com a pediatra Renata Saura. Doutora, como garantir uma infância saudável?

Existem muitas vacinas, como manter tudo em ordem?

Como preparar a criança para uma vacinação tranquila?

Com amor. Amor nas brincadeiras e nos cuidados da saúde.

Mantenha a carteira de vacinação por perto, faça anotações e tire dúvidas com o pediatra.

O mais importante é demonstrar afeto, estar junto. Dê a mão, diga algumas palavras e fique ao seu lado mesmo que haja choro ou birra. Juntinhos, o susto vai passar mais rápido.



NATUREZA



A pitanga na mão
De formato alaranjado
E gosto redondamente molhado

Uma infância saudável é recheada de momentos especiais. Proporcionar o encontro de bebês com a natureza é uma atividade que promove a saúde e é cheia de descobertas divertidas.¹⁵

Em contato com a natureza, os bebês são estimulados por cores, cheiros, sons, texturas e sensações que o calor do sol e o frescor ou arrepio do vento provocam.

Um passeio no parque promove a curiosidade e planta a semente da lembrança e do respeito pelas áreas verdes, tão fundamentais para a sociedade. Além da descoberta sensorial e da memória afetiva que vai se consolidando, passeios em meio à natureza beneficiam a imunidade, previnem o estresse, reduzem a ansiedade e proporcionam bem-estar mental.¹⁵



BRINQUE COMIGO

Caderno de Registros

Vamos brincar de exploradores?

Prontos? Vamos lá pra fora!

Para ser um explorador, precisamos ficar de olhos bem atentos. Hoje somos exploradores da natureza. Para o nosso caderno, colocamos na sacola um item de cada que encontrarmos no chão. Uma folha, uma flor, um galho, terra, grama. Será que você vai encontrar tudo isso?

Feita a coleta, com a ajuda da família, cole (se for melhor, pode ser fita adesiva) cada item em uma página. Muito bem, exploradores!

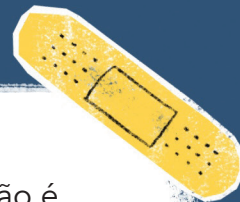
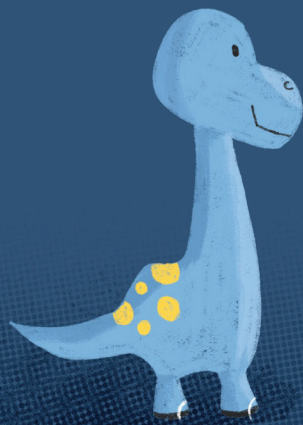


Materiais: uma sacola, caderno em branco e cola.

Brincadeira ideal para praças e parques



VACINAÇÃO



A vacinação é um ato de amor.

Já parou para pensar nisso? A vacinação é fundamental para proteger a sua saúde e garantir um crescimento saudável. A vacina é uma amiga, uma aliada. Ela serve para proteger.¹³

Vacinação é para todas as idades: bebês, crianças e adultos. É para toda a família! Por isso, tenha sempre em mente: quem ama, vacina!

BRINQUE COMIGO

Vamos fazer música!

O chocalho é um instrumento divertido e fácil de fazer.

Que tal tentar?

Veja como é simples. Coloque os grãos dentro da garrafa, sem enchê-la totalmente. Feche com a tampa ou a fita adesiva. Aproveite para enfeitar com adesivos, fitas e o que mais achar bonito. Seu chocalho está pronto!



Materiais:

1 garrafa PET pequena

Grãos (arroz ou feijão)

Fita adesiva



BRINQUE COMIGO

Ligue com um laço as figuras de mesma cor!



O que é uma vacina?



Quem precisa tomar vacina?



Quando preciso tomar vacina?

Por que a gente toma vacina?



Onde a gente toma vacina?



O indicado é que todos participem da vacinação.



As famílias levam os filhos aos postos de saúde ou clínicas de vacinação.



Para crescer com saúde e protegido de diversas doenças.¹³



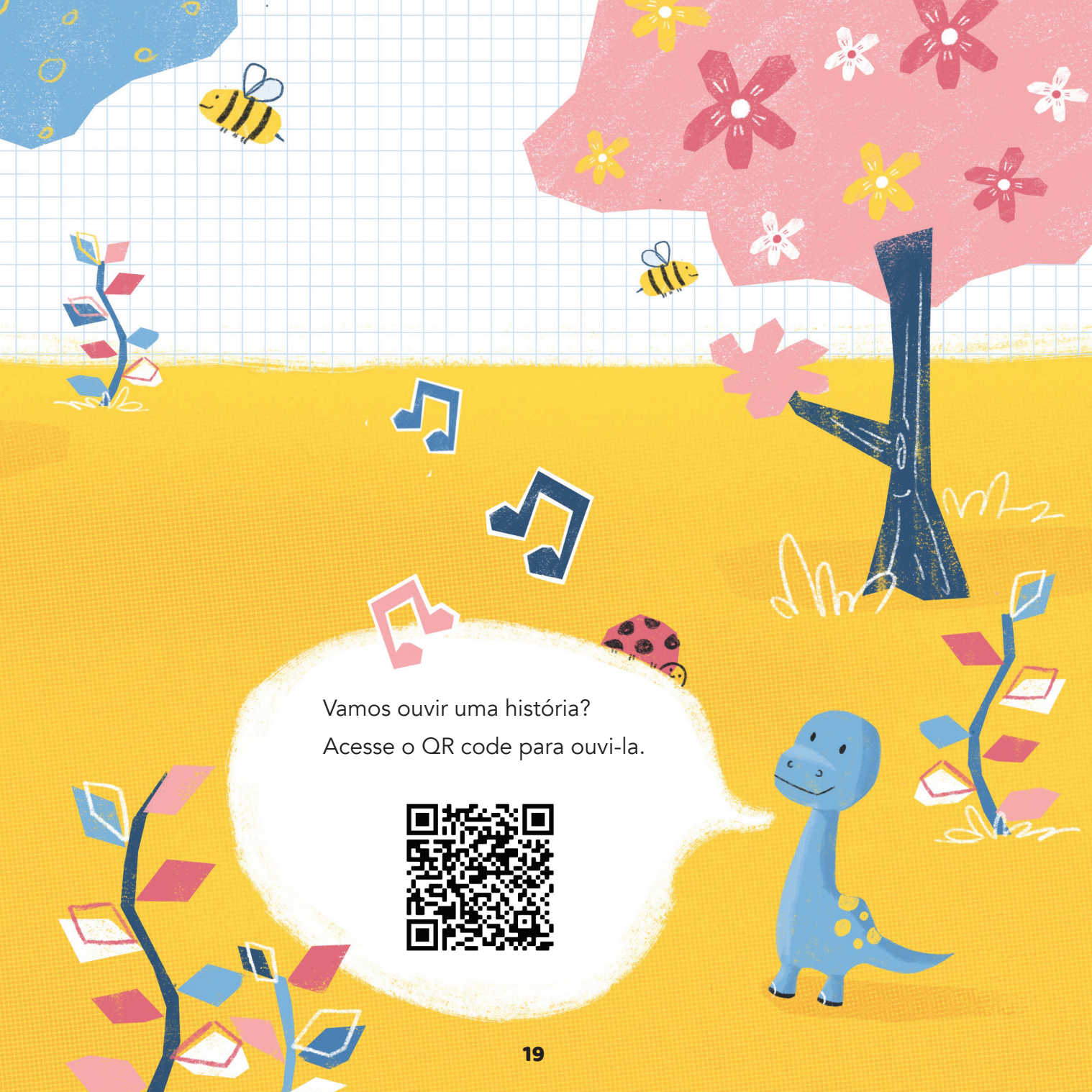
Vacina é um tipo de super-heroína que nos protege das doenças.¹³

Em todas as fases da vida.
Na infância, na adolescência e na vida adulta.⁵



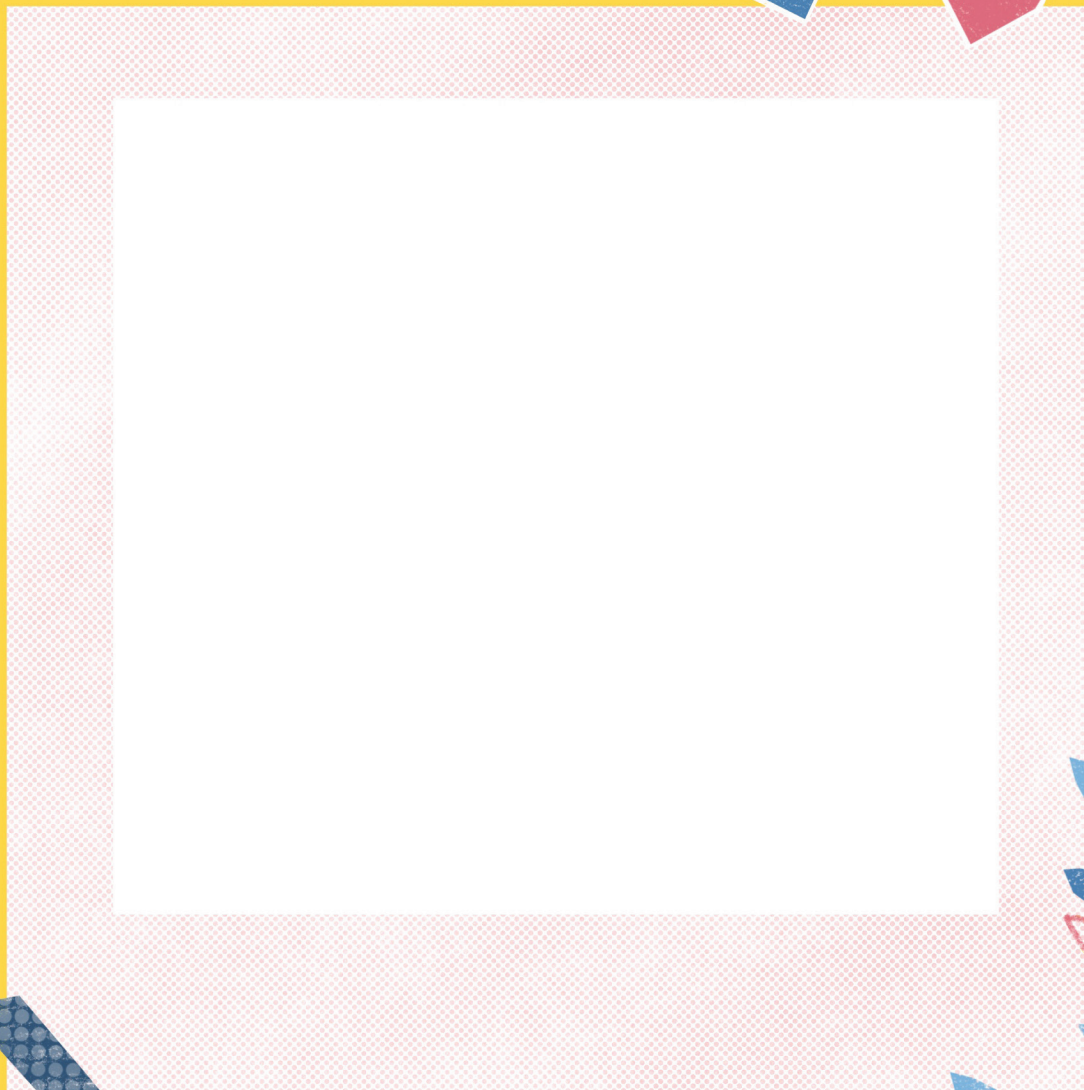
SUSPIRO DE POESIA





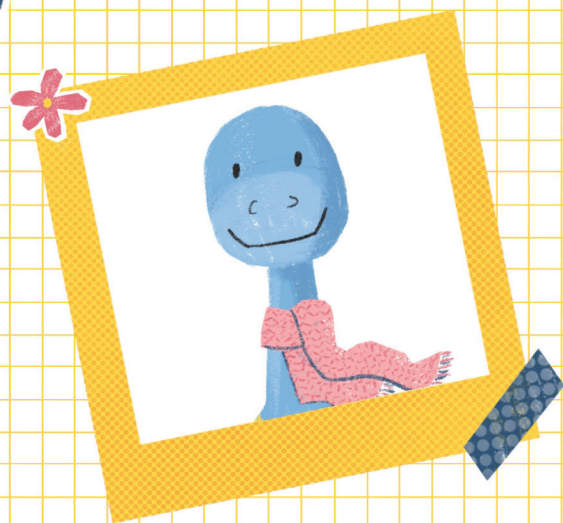
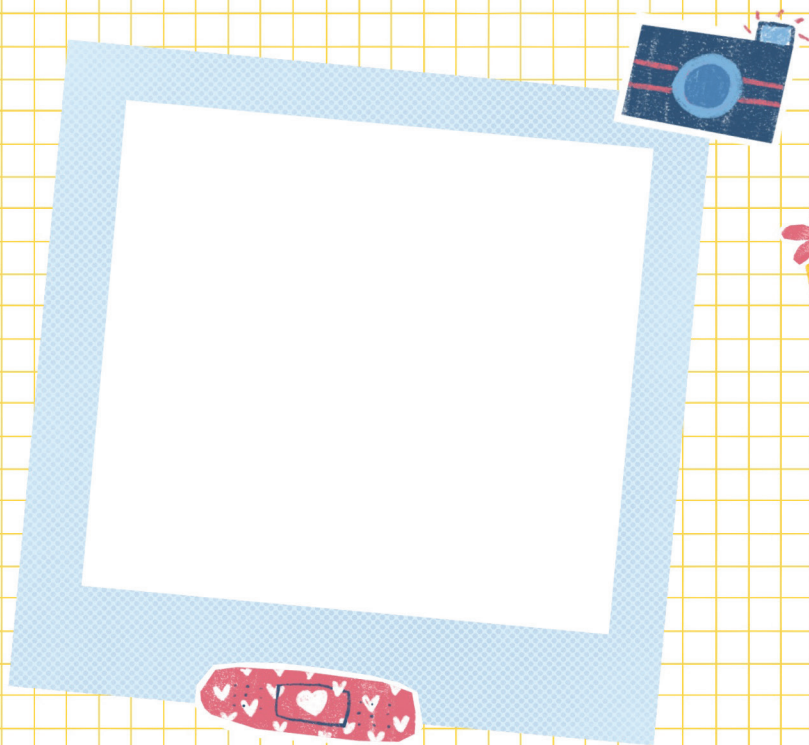
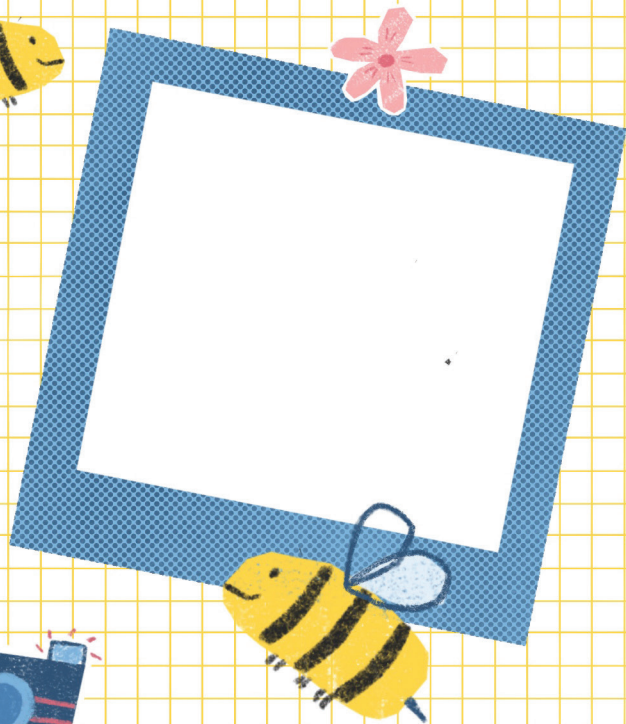
Vamos ouvir uma história?
Acesse o QR code para ouvi-la.





Agora é a sua vez. Cole aqui uma foto do momento da vacinação!







Chegamos ao fim do nosso Almanaque, uma parceria especial entre a **Leiturinha** e a **Sanofi**, com o apoio da Associação Brasileira de Pais e Familiares de Bebês Prematuros ([ONG Prematuridade.com](http://ONGPrematuridade.com)).

O objetivo desse encontro foi destacar e valorizar a importância de uma **infância saudável**.

Uma infância cheia de **carinho, respeito e brincadeiras** é fundamental para a **saúde** e o crescimento de uma **criança feliz** e para a formação de **adultos confiantes**.

Esperamos que você tenha se divertido tanto quanto nós. Foi especial passar esse tempo juntos. Continuem se cuidando.

Um abraço carinhoso e até mais!



Este material é destinado ao público em geral. É importante consultar o médico especialista para orientações específicas sobre a vacinação infantil, de acordo com a necessidade de cada criança.

REFERÊNCIAS

1. Edward A. Plotkin, Stanley A.; Mortimer. Vaccines - 1988
2. Boletim Epidemiológico. Ministério da Saúde - Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/media/pdf/2021/abril/08/boletim_epidemiologico_svs_12.pdf [acesso em setembro de 2021]
3. Poliomielite. Organização Pan-Americana da Saúde | PAHO - Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/poliomielite> [acesso em setembro/2021]
4. Importância da vacinação materna. Febrasgo - Disponível em: <https://www.febrasgo.org.br/en/campanhas/campanha-gestante-consciente/item/1130-importancia-da-vacinacao-materna> [acesso em setembro/2021]
5. Calendário de Vacinação Adulto. Sbim - Disponível em: <https://sbim.org.br/images/calendarios/calend-sbim-adulto.pdf> [acesso em setembro de 2021]
6. Calendário de vacinação para prematuros. SBim - Disponível em: <https://sbim.org.br/images/calendarios/calend-sbim-prematuro.pdf> [acesso em setembro/2021]
7. Caderneta da gestante. Ministério da Saúde - Disponível em: <https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2018/agosto/31/Caderneta-da-Gestante-2018.pdf> [acesso em setembro/2021]
8. Revista Paulista de Pediatria. Sociedade de Pediatria de São Paulo Brasil - Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/4060/406038917013.pdf> [acesso em setembro de 2021]
9. Portaria N° 2.068. Diário Oficial da União - Disponível em: <https://www.in.gov.br/web/dou/-/portaria-n-2-068-de-21-de-outubro-de-2016-24358443> [acesso em setembro de 2021]
10. Caderneta de Saúde da Criança. Ministério da Saúde - Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderneta_saude_crianca_menino.pdf [acesso em setembro de 2021]
11. Calendário Nacional de Vacinação. Ministério da Saúde - Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/c/calendario-de-vacinacao> [acesso em setembro de 2021]
12. Sol na Medida Certa - Sociedade Brasileira de Pediatria - Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/20243c-Sol_na_medida_certa.pdf [acesso em setembro de 2021]
13. Calendário de Vacinação da SBP 2021. Sociedade Brasileira de Pediatria - Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/23107b-DocCient-Calendario_Vacinacao_2021.pdf [acesso em setembro/2021]
14. Guia Voas práticas em Vacinação - Sociedade Brasileira de Pediatria, Departamento Científico de Imunizações - Disponível em: https://sbim.org.br/images/files/notas-tecnicas/23045c-gpa-boaspraticas_em_vacinacao-_e_vitandoeerros.pdf [acesso em setembro de 2021]
15. Os bebês, as crianças bem pequenas e a natureza na educação infantil: achadours contemporâneos. Universidade Federal de Pelotas - Disponível em: <http://repositorio.ufpel.edu.br:8080/bitstream/prefix/5586/1/Carolina%20Machado%20Castelli.pdf> [acesso em setembro de 2021]

#quem ama vacina



Parceria **Leiturinha** e **Sanofi**

Apoio

leiturinha

sanofi



Prematuridade.Com
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PAIS, FAMILIARES,
AMIGOS E CUIDADORES DE BEBÊS PREMATUROS