

MINISTÉRIO DA SAÚDE

CARTILHA PARA PAIS

COMO EXERCER UMA
PATERNIDADE ATIVA



DISTRIBUIÇÃO
VENDA PROIBIDA
GRÁTUITA

Brasília – DF
2018

MINISTÉRIO DA SAÚDE
Secretaria de Atenção à Saúde
Departamento de Ações Programáticas Estratégicas

CARTILHA PARA PAIS

COMO EXERCER UMA
PATERNIDADE ATIVA



Brasília – DF
2018

2018 Ministério da Saúde.



Esta obra é disponibilizada nos termos da Licença Creative Commons – Atribuição – Não Comercial – Compartilhamento pela mesma licença 4.0 Internacional. É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte. A coleção institucional do Ministério da Saúde pode ser acessada, na íntegra, na Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde: <www.saude.gov.br/bvs>.

O conteúdo desta e de outras obras da Editora do Ministério da Saúde pode ser acessado na página: <<http://editora.saude.gov.br>>.

Tiragem: 1ª edição – 2018 – 500.000

Elaboração, distribuição e informações:

MINISTÉRIO DA SAÚDE
Secretaria de Atenção à Saúde
Departamento de Ações Programáticas Estratégicas
Coordenação Nacional de Saúde do Homem
Esplanada dos Ministérios, bloco G, s/n,
Zona Cívico Administrativo, Edifício Anexo, 4º andar, Ala B
CEP: 70058-900 – Brasília/DF
Tels.: (61) 3315-6222
Site: www.saude.gov.br/homem
E-mail: saudedohomem@saude.gov.br

Coordenação:

Francisco Norberto Moreira da Silva

Elaboração e organização:

Cicero Ayrton Brito Sampaio
Michelle Leite da Silva

Colaboração:

Caroline Ludmila Bezerra Guerra
Katia Maria Barreto Souto
Patrícia Santana Santos do Amaral
Renata Gomes Soares

Editora responsável:

MINISTÉRIO DA SAÚDE
Secretaria-Executiva
Subsecretaria de Assuntos Administrativos
Coordenação-Geral de Documentação e Informação
Coordenação de Gestão Editorial
SIA, Trecho 4, lotes 540/610
CEP: 71200-040 – Brasília/DF
Tels.: (61) 3315-7790 / 3315-7794
Site: <http://editora.saude.gov.br>
E-mail: editora.ms@saude.gov.br

Equipe editorial:

Normalização: Delano de Aquino Silva
Revisão: Khamila Silva e Tatiane Souza
Capa, projeto gráfico e diagramação: Marcos Melquiades

Impresso no Brasil / Printed in Brazil

Ficha Catalográfica

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Cartilha para pais : como exercer uma paternidade ativa / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. – Brasília : Ministério da Saúde, 2018. 28 p. : il.

1. Paternidade. 2. Direitos reprodutivos. 3. Pais. I. Título.

CDU 613.9-055.1

Catalogação na fonte – Coordenação-Geral de Documentação e Informação – Editora MS – OS 2018/0037

Título para indexação:

Booklet for fathers: how to exercise active paternity



APRESENTAÇÃO

Esta cartilha foi pensada para atender à crescente demanda de pais e/ou futuros pais sobre como se envolver em todo o processo de planejamento reprodutivo, pré-natal, parto, pós-parto de sua parceira e nos cuidados no desenvolvimento da criança.

O objetivo é que você conheça os seus direitos, aumente os vínculos com a sua parceira e com seu(sua) filho(a) e ao mesmo tempo possa estimular o seu autocuidado com a saúde e promover uma paternidade ativa.



O que é exercer uma paternidade ativa?

Paternidade é o ser pai, independentemente de como se tornou pai. Já a paternidade ativa são as ações, é o cuidado físico e emocional que se dá ao filho. É a maneira única de olhar, de falar, de cuidar da criança.

Praticar a paternidade ativa também é compartilhar com sua parceira da decisão de ter ou não filhos e qual a melhor hora para tê-los.

Esse envolvimento traz como possibilidade melhor qualidade de vida e a criação de vínculos afetivos mais fortes e saudáveis para todos(as).



Saiba algumas ações que você pode realizar para exercer uma paternidade ativa

- Participar das consultas de planejamento reprodutivo.
- Acompanhar a criança na escola/creche e nos estudos de casa.
- Apoiar a parceira durante a gestação, o parto e o pós parto, estreitando o vínculo familiar.
- Brincar e passear com a criança.
- Realizar as consultas de pré-natal com sua parceira.
- Manter um clima de respeito com a parceira e a criança.
- Realizar os exames solicitados durante as consultas de pré-natal.
- Falar e ouvir os medos, as angústias que surgem durante a gravidez, conversar com a parceira e procurar um profissional de saúde para esclarecer suas dúvidas.
- Ser carinhoso e afetuoso com o(a) seu(sua) filho(a) e sua parceira.
- Participar da realização das ecografias e tirar suas dúvidas sobre o desenvolvimento da criança.
- Compartilhar com a parceira as tarefas domésticas.
- Incentivar a amamentação e compartilhar com a parceira esse momento.
- Compartilhar com a parceira os cuidados com a criança como: dar banho, trocar fraldas e roupas, alimentar seu(sua) filho(a), colocar para dormir, entre outros.
- Fazer uma visita prévia na maternidade onde a criança nascerá.
- Acompanhar nos cuidados com a saúde, levando a criança para realizar consultas e para tomar vacinas.

Antes de falarmos sobre como você pode se envolver em todo o processo de planejamento reprodutivo, pré-natal, parto, pós-parto da parceira e cuidados no desenvolvimento da criança, vamos falar um pouco do porquê dos homens morrerem mais do que as mulheres e da existência de uma política voltada para melhorar a saúde do homem.

HOMENS MORREM MAIS DO QUE MULHERES

Você sabia que homens morrem mais do que as mulheres?

No Brasil os homens vivem em média 7,1 anos menos do que as mulheres, segundo dados do IBGE em 2017, a expectativa de vida da população masculina chegou a 72,4 anos enquanto a feminina atingiu 79,5, a média para ambos os sexos é de 75,9 anos.

Você já parou para pensar no porquê dos homens morrerem mais do que as mulheres?

Acham que nunca adoecerão e por isso não se cuidam.

Geralmente tem medo de descobrir doenças.

Não procuram os serviços de saúde.

Quando procuram os serviços de saúde não seguem os tratamentos recomendados.

Estão mais expostos aos acidentes de trânsito e de trabalho.

Utilizam álcool e outras drogas com maior frequência.

Não praticam atividade física com regularidade.

Estão envolvidos na maioria das situações de violência.

Não se alimentam adequadamente.

Estão mais susceptíveis às Infecções Sexualmente Transmissíveis e ao HIV/aids.

Fique sabendo como cuidar melhor da sua saúde

Procure os serviços de saúde não apenas quando estiver com uma doença, mas para se prevenir.

Evite consumir bebidas alcoólicas e outras drogas.

Consuma alimentos saudáveis, como frutas, verduras e legumes.

Pratique exercícios físicos com regularidade.

Converse sobre seus problemas e preocupações com sua(seu) parceira(o), familiares, amigos, profissional de saúde.

Peça ajuda quando se sentir sobrecarregado por alguma situação de estresse.

Mantenha a carteira de vacina atualizada.

Utilize preservativo nas relações sexuais.

Evite o cigarro.

Procure o dentista regularmente.

Siga as orientações e realize os procedimentos e exames recomendados à sua faixa etária pelos profissionais de saúde.

Não use a violência para lidar com as situações da sua vida.

Cultive bons hábitos de higiene pessoal, como lavar o pênis após as relações sexuais e a masturbação.

POLÍTICA NACIONAL DE ATENÇÃO INTEGRAL À SAÚDE DO HOMEM, FIQUE SABENDO

Você sabia que existe uma política pública no Brasil voltada para os cuidados de saúde da população masculina?

A Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem (Pnaish), criada em 2009, tem como objetivo facilitar e ampliar o acesso com qualidade da população masculina aos serviços de saúde.

A Pnaish enfatiza a necessidade de mudar a percepção da população masculina em relação ao cuidado com sua saúde e daqueles que fazem parte de seu círculo de relações, buscando a prevenção e a promoção da saúde, em vez de buscar os serviços e os profissionais de saúde apenas quando as doenças e os agravos já estão instalados, muitas vezes, de forma grave, o que resulta em maior sofrimento ao usuário e sua família, menor resolutividade e maior custo para o sistema de saúde.

A Pnaish possui cinco eixos prioritários para nortear suas principais ações: Acesso e Acolhimento; Saúde Sexual e Saúde Reprodutiva; Paternidade e Cuidado; Prevenção de Violência e Acidentes e Doenças Prevalentes na população masculina.



Saiba mais em:

www.saude.gov.br/homem

Agora sim, vamos falar sobre como você pode se envolver em todo o processo de planejamento reprodutivo, pré-natal, parto, pós-parto da parceira e nos cuidados com o desenvolvimento da criança.

IMPORTANTE SABER SOBRE O PLANEJAMENTO REPRODUTIVO

É importante o envolvimento do homem desde o planejamento reprodutivo.

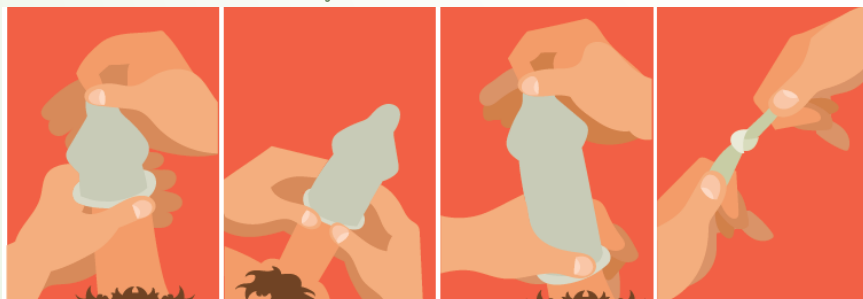
A Lei Federal n.º 9.263, de 12 de janeiro de 1996, conhecida como Lei do Planejamento Familiar, descreve um conjunto de ações de regulação da fecundidade e garante direitos iguais de constituição, limitação ou aumento da prole pela mulher, pelo homem ou pelo casal.

O planejamento reprodutivo é considerado um direito ao acesso à informação, à assistência especializada e aos recursos que permitam optar livre e conscientemente por ter ou não ter filhos, o número, o espaçamento entre eles e a escolha do método contraceptivo mais adequado de forma livre sem discriminação, coerção ou violência. Por isso a importância da participação do homem nas atividades de planejamento reprodutivo desenvolvido pelos serviços de saúde.

Hoje, os homens têm como possibilidade de contracepção/planejamento reprodutivo o uso do preservativo masculino e a vasectomia.

Importância de usar o preservativo

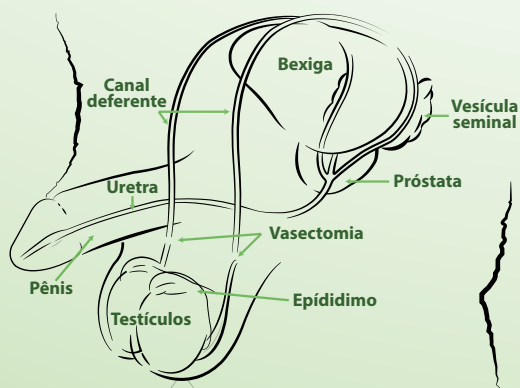
A camisinha é o método mais eficaz para se prevenir contra muitas infecções sexualmente transmissíveis, como a aids, alguns tipos de hepatites e a sífilis, por exemplo. Também pode evitar a transmissão do zika vírus. Além disso, evita gravidez não planejada. Por isso, use camisinha nas relações sexuais.



Fonte: Ilustração: Marcelo Henrique Costa Pimenta.

Vasectomia

A cirurgia de vasectomia é um procedimento cirúrgico simples, seguro e rápido. Consiste em cortar e obstruir os canais deferentes que se encontram dentro da bolsa escrotal, impedindo com isso a presença de espermatozoides no líquido ejaculado pelo homem na relação sexual. A cirurgia demora cerca de 20 a 30 minutos, esse procedimento pode ser no ambulatório ou hospital, a anestesia é local e o homem não precisa ficar internado, além disso, é um processo que não afeta o desempenho sexual. Por lei, a vasectomia pode ser feita em homens maiores de 25 anos OU que tenham dois filhos. Procure um profissional de saúde e saiba mais.



Fonte: Elaboração própria.

Mitos e verdade sobre a vasectomia

Verdade

Cirurgia simples; espermatozoides continuam sendo produzidos; ajuda no planejamento reprodutivo.

Mito

Causa impotência; perde libido; o pênis diminui de tamanho; afeta a masculinidade.

Participe das atividades de planejamento reprodutivo e com sua(su) parceira(o) decidam juntos qual a melhor alternativa de contracepção.

Sífilis: saiba o que é e como prevenir

É uma Infecção Sexualmente Transmissível (IST), que pode ser transmitida por relação sexual, chamada sífilis adquirida.

Existe também a sífilis congênita, que é uma doença transmitida da mãe para criança durante a gestação ou o parto. Essa doença pode trazer complicações como: aborto espontâneo, parto prematuro, má formação do feto, surdez, cegueira, deficiência mental e/ou morte ao nascer.

É fundamental descobrir a doença e tratar, para evitar a transmissão da sífilis para a mãe e consequentemente para a criança.

Como prevenir?

Utilizar a camisinha masculina ou feminina durante as relações sexuais.

Realizar o teste para detectar a sífilis, principalmente durante as consultas de pré-natal.

Realizar o tratamento para sífilis se o resultado do seu exame ou de sua parceira for positivo.



Para mais informações acesse o link:

<http://www.aids.gov.br/pagina/sifilis>

PRÉ-NATAL DO PARCEIRO

Você sabia que pré-natal também é coisa de homem?



A espera de um filho ou filha é um acontecimento único, vivido intensamente por homens e mulheres. A participação em todo o processo de gestação, parto, pós-parto e cuidados com a criança, sendo o pai biológico ou não, pode trazer benefícios para a mulher, a criança e ao próprio pai.

Se você acha que apenas as gestantes fazem pré-natal, engana-se. Nas Unidades Básicas de Saúde do Sistema Único de Saúde (SUS), os homens também têm o direito de cuidar de si ao mesmo tempo em que acompanham suas parceiras.

Dentro do eixo Paternidade e Cuidado da Pnaish, existe uma estratégia chamada Pré-natal do Parceiro, que busca sensibilizar gestores, profissionais da saúde, homens e mulheres sobre a importância do envolvimento dos pais e ou futuros pais em todo o processo de planejamento reprodutivo, gestação, parto, puerpério e cuidados posteriores com o desenvolvimento da criança, dando oportunidade para a criação de vínculos mais fortes e saudáveis entre pais, parceiras(os) e filhas(os), contribuindo para uma sociedade mais igualitária.

Como realizar o pré-natal do parceiro?

Participando das atividades de planejamento reprodutivo desenvolvidas pela Unidade Básica de Saúde do seu território.

Realizando com a parceira as consultas do pré-natal.

Observando o seu peso, altura, a sua pressão arterial e realizando o teste da glicemia, são procedimentos importantes para observar o risco de desenvolver alguma doença cardíaca ou crônica como a hipertensão e diabetes.

Realizando os testes rápidos de sífilis, HIV e hepatites B e C nos postos de saúde. São importantes para diagnosticar doenças e evitar a transmissão da sífilis para sua parceira e consequentemente para o(a) seu(sua) filho(a).

Realizando quando necessário os exames de rotina solicitados pelo profissional de saúde, como: tipagem sanguínea, glicemia, hemograma, lipidograma, entre outros, é importante para verificar como anda a sua saúde.

Atualizando, se necessário, a sua caderneta de vacinação. Vacinas contra o tétano, sarampo, caxumba, rubéola, hepatite B e febre amarela são fornecidas gratuitamente pela rede pública de saúde para os homens.

Participando das atividades educativas realizadas durante o pré-natal de sua parceira. Isso é importante para saber informações sobre a gestação e como apoiar a parceira com a amamentação, no momento do parto, cuidados com o recém-nascido, entre outros.

Realizando consultas com o cirurgião-dentista, para saber como anda a sua saúde bucal.

Participando do parto, caso seja uma escolha da gestante, para aumentar o vínculo pai-mãe-filho(a).

Compartilhando com a parceira os cuidados com a criança, como banho, alimentação, troca de fraldas e roupas, acompanhar as consultas e vacinas, brincar, entre outras atividades.

Quais as vantagens da realização do pré-natal do parceiro?

- Promover o autocuidado do pai/parceiro.
- Prevenir doenças como hipertensão e diabetes.
- Prevenir doenças como HIV, sífilis e hepatites B e C, reduzindo sua transmissão.
- Promover confiança para parceira diminuindo seus medos e angustias.
- Gerar vínculos afetivos saudáveis e qualidade de vida para todos da família.

DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA E ALGUMAS DICAS IMPORTANTES DURANTE O PERÍODO GESTACIONAL

O que o pai/parceiro deve saber quanto ao desenvolvimento da criança durante o período gestacional?

Nos três primeiros meses de gestação...

No início da gestação ocorre a adaptação do corpo da mulher e de seus sentimentos, trazendo sensações ora de prazer, ora de desconforto.

Faz parte desse momento a oscilação entre a aceitação e a recusa da gravidez. Pode ter o aumento dos seios, a mulher também pode sentir mais sono, mais fome, enjoos e até ficar mais cansada. Não se preocupe, tudo isso é comum! São as adaptações necessárias da gravidez.

Alguns homens também, durante o período da gestação da parceira, podem apresentar alterações físicas e sintomas como engordar, enjoar, ter desejos, crises de choro, entre outros; não se preocupe, isso não representa um distúrbio ou doença, pelo contrário, podem demonstrar que os homens sentem, assumem e desejam a gravidez com a sua parceira.

Neste período e em qualquer fase da gestação é importante que o pai/parceiro e a gestante desenvolvam hábitos alimentares saudáveis, evitem ingerir bebida alcoólica, fumo e outras drogas. Para saber mais, peça ajuda ao profissional de saúde.

Do quarto ao sexto mês de gestação...

Neste segundo trimestre o corpo e a emotividade da mulher crescem. Ela começa a perceber os primeiros movimentos dentro de sua barriga. Nessa época o corpo da parceira vai mudar muito rápido, com crescimento da barriga e alterações nos seios e nos quadris.

Vocês podem e devem fazer tratamento odontológico durante a gravidez. É seguro para vocês e protegerá a criança contra infecções e outros problemas.

Último trimestre de gestação

○ final da gestação é o momento em que tanto vocês quanto a criança se preparam para uma grande mudança. A criança tem menos espaço dentro da barriga, o que dá a sensação de peso e desconforto. A mulher pode sentir menos sono. O corpo está se preparando para o parto e para acolher quem vai chegar.

○ útero pode ficar durinho por instantes, mas não sentirá dor, apenas uma leve sensação de endurecimento. Poderá sair do peito um líquido amarelado, chamado colostro, que vai alimentar sua criança nos primeiros dias de vida.

Essa é uma época de ansiedade com o parto. O medo do desconhecido é natural. Procurem conversar com um profissional de saúde para tirar suas dúvidas e deixá-los mais tranquilos.

Descreva, a seguir, impressões, sentimentos, coisas que estão sendo ou foram marcantes para você durante a espera do seu(sua) filho(a).

Fique sabendo se pode praticar sexo durante a gestação

○ desejo e a disposição sexual podem mudar na gravidez. Há mulheres que têm menos vontade e outras que têm mais vontade do que antes. Isso pode acontecer para o(a) companheiro(a) também.

Ter relações sexuais até o final da gravidez é saudável, pode dar muito prazer, não machuca a criança e pode, inclusive, ajudar no seu nascimento. Converse com a sua parceira e com o profissional de saúde sobre isso!!!

Durante o orgasmo é comum a barriga de sua parceira ficar dura, não se preocupe, é normal.

Evite posições que causem desconforto e respeite a vontade de ter ou não ter relação sexual da sua parceira. O diálogo nesse momento é fundamental.

Logo após o parto, você e sua parceira estarão envolvidos com os cuidados intensivos com a criança, muitas vezes sobrando pouco tempo para vocês dois a sós.

As relações sexuais deverão aguardar em média 40 dias após o parto, tempo para o organismo de sua parceira se recuperar. Independentemente do tipo de parto, é comum a vagina ficar ressecada e poderá haver certo desconforto na relação sexual. Esta situação é passageira.

Repassse essas informações para sua parceira durante a gestação, são muito importantes

Tomar 20 minutos de sol, durante o início da manhã ou o final da tarde, inclusive nos seios, isso ajudará no preparo das mamas para amamentação da criança.

Lembre sua parceira de usar boné ou chapéu e protetor solar no rosto, para evitar manchas de pele.

Lembre a parceira para que evite descolorantes, tinturas de cabelo, alisantes e onduladores que contêm amônia e outros componentes que podem fazer mal à criança.

Proteja a parceira para que ela não fique em ambientes onde haja fumantes, em qualquer fase da gravidez. Respirar a fumaça com frequência pode afetar a criança.

Estimule caminhadas que ajudam a melhorar a circulação do sangue, aumentar a disposição e a sensação de bem-estar. Se não houver contraindicação, devem ser mantidas do início ao fim da gravidez.

Aproveite para caminhar junto!

Lembre a parceira de elevar as pernas quando estiver sentada ou deitada, isso melhorará a circulação e desinchará os pés.

Estimule sua parceira a deitar preferencialmente do lado esquerdo, com um travesseiro entre as pernas. Esta posição facilita a passagem de oxigênio para a criança.

Cuidados que os pais devem tomar antes do nascimento

Organizar documentos para levar no momento do parto e para entrar na licença-maternidade.

Fazer a lista de telefones úteis.

Colocar na sacola o que vocês vão levar: roupas e fraldas para a criança, roupas suas e da parceira, absorventes, casaco ou manta para o acompanhante, produtos de higiene pessoal.

Carteira de Identidade, Certidão de Nascimento ou Casamento.

Caderneta da gestante.

Cartão do SUS, se possuir.

Caso já seja pai e participou do momento do nascimento do(a) seu(sua) filho(a), descreva suas emoções durante este momento.

A PATERNIDADE E OS PRIMEIROS DIAS DE VIDA DA CRIANÇA

O que você pode fazer nos primeiros momentos de vida da criança, fique sabendo

- Cortar o cordão umbilical.
- Conduzir a criança com a mãe ao alojamento conjunto.
- Dar o primeiro banho na criança após as 24 horas de nascido.
- Falar com a parceira, familiares e amigos sobre as suas angústias com relação às situações que está vivenciando.
- Apoiar e estimular a parceira com a amamentação.
- Levar a criança para tomar as primeiras vacinas e realizar exames, se for necessário.
- Realizar os cuidados com a criança, como trocar fralda, higiene do coto umbilical, dar banho, entre outros.
- Registrar a criança.

Saiba como cuidar da higiene do seu filho

- Ao dar banho no seu filho, teste a temperatura da água, com o dorso da mão para evitar queimaduras.
- A higiene do cordão umbilical faz-se com gaze esterilizada com álcool a 90%, de modo a desinfetar bem a área e promover a cicatrização. Este deve manter-se limpo e seco e livre de curativos para evitar infecções.
- A limpeza da zona genital, nas meninas, faz-se sempre da frente para trás, para evitar infecção. Essa limpeza pode ser realizada com um algodão embebido em água morna ou óleo da criança. Pode ainda usar toalhetes de limpeza próprios para criança.
- Nos meninos, deve fazer uma limpeza na zona externa dos genitais. O prepúcio (pele que cobre a glande) não deve ser descolado pelos pais para conseguir uma melhor higiene.
- Não é obrigatório colocar creme a cada troca de fralda, exceto se a pele da criança tiver assaduras.
- Os cuidados com a higiene bucal devem começar a partir do nascimento da criança. No recém-nascido, a limpeza deve ser feita com gaze ou fralda umedecida em água limpa para remover os resíduos de leite, para saber todos os cuidados com a higiene bucal do seu filho nas diferentes fases procure um profissional de saúde da área.

Paternidade e amamentação

A amamentação é importante para o desenvolvimento da criança. Todo leite materno é forte, nutritivo e protege contra várias doenças e previne problemas dentários e respiratórios. O colostro é o primeiro leite, tem cor amarelada e é ideal para proteger a criança nos primeiros dias.

O leite precisa de um tempo para chegar ao bico do peito, o que é chamado “tempo do leite descer”. Isso pode durar 1 a 2 dias após o parto, é normal acontecer, tente relaxar a sua parceira e continuar estimulando a amamentação.

O Ministério da Saúde recomenda que a amamentação aconteça até os 2 anos ou mais, sendo de forma exclusiva nos primeiros 6 meses de vida (só leite materno, sem nenhum outro líquido ou alimento).

Saiba mais como contribuir com a amamentação do(a) seu(sua) filho(a)

- Encoraje e incentive a parceira a amamentar.
- Procure ocupar-se mais dos outros filhos (se os tiverem).
- Sempre que possível, participe do momento da amamentação.
- Fique atento às variações do apetite sexual de sua companheira.
- Seja paciente e compreensivo.
- Não traga para casa latas de leite, mamadeiras e chupetas.
- Sinta-se útil, realizando, por exemplo, atividades domésticas enquanto a parceira amamenta a criança.

Saiba como tirar a certidão de nascimento

A certidão deve ser feita logo após o nascimento da criança no hospital onde ela nasceu, se houver uma unidade de cartório no local.

Caso não tenha serviço de cartório na maternidade, os pais ou responsáveis devem ir ao cartório mais próximo, levando os próprios documentos e a Declaração de Nascido Vivo (DNV), entregue pelo hospital.

Se o pai não puder ir registrar o filho, a mãe pode providenciar a Certidão de Nascimento sozinha, levando a Certidão de Casamento ou uma declaração do pai com firma reconhecida em cartório.

Caso a criança nasça em casa, a DNV pode ser preenchida pela equipe de Atenção Básica.

IMPORTÂNCIA DO ENVOLVIMENTO DOS PAIS NO CONTEXTO DO ZIKA VÍRUS E DA SÍNDROME CONGÊNITA POR VÍRUS ZIKA

Como o zika vírus é transmitido e quais os seus sintomas?

O zika vírus (ZV) é transmitido principalmente por meio da picada do mosquito do gênero *Aedes aegypti*, pode afetar todas as pessoas independente da idade e sexo.

Geralmente a infecção pelo ZV apresenta os seguintes sintomas:

- Febre baixa (ou eventualmente sem febre).
- Pontos vermelhos na pele.
- Dor nas articulações e músculos.
- Dor de cabeça.
- Olhos vermelhos.
- E com menos frequência pode apresentar: inchaço; tosse seca e vômitos.

Ao aparecimento desses sintomas, deve-se procurar uma unidade de saúde.

Envolvimento dos pais frente ao zika vírus (ZV)

Atualmente, a incidência de casos de infecção pelo ZV impõe a intensificação do cuidado à mulher grávida e de seu parceiro durante o acompanhamento do pré-natal, devido à possível associação à síndrome congênita por vírus Zika em recém-nascidos.

Deve-se considerar, também, de acordo com evidências científicas disponíveis até o momento, a possível transmissão do ZV pela via sexual.

O Ministério da Saúde recomenda a utilização correta de preservativos em todas as relações sexuais, principalmente para as gestantes e suas parcerias sexuais para prevenir a transmissão.

Além do uso do preservativo, é importante que o pai/parceiro seja um aliado nas ações de prevenção, proteção e cuidado no contexto do ZV, saiba como:

- Colocar telas em janelas e portas.
- Fazer uso contínuo de roupas compridas – calças e blusas.
- Caso vista roupas que deixem áreas do corpo expostas, aplique repelente nessas áreas.
- Ficar, preferencialmente, em locais com telas de proteção, mosquiteiros ou outras barreiras disponíveis.
- Observar o aparecimento de sinais e sintomas de infecção por ZV (manchas vermelhas na pele, olhos avermelhados e coceira).
- Buscar um serviço de saúde para atendimento, caso necessário.
- Para febre e dor, usar paracetamol ou dipirona e procurar imediatamente um profissional de saúde.
- Informar-se sobre planejamento reprodutivo e métodos contraceptivos nas Unidades Básicas de Saúde.

Papel do pai com a criança que apresenta síndrome congênita por vírus Zika

A microcefalia é uma das principais manifestações da Síndrome Congênita por Zika Vírus, é caracterizada por um perímetro cefálico (tamanho da cabeça) inferior ao esperado para a idade e sexo e, dependendo de sua causa, pode ser associada a malformações estruturais do cérebro. Em geral, as crianças apresentam atraso no desenvolvimento neuropsicomotor e, em alguns casos, a audição e a visão também são comprometidas.

Crianças com a síndrome congênita por vírus Zika beneficiam-se do Programa de Estimulação Precoce (PEP), nas quais são atendidas por uma equipe composta por vários profissionais da saúde. O PEP tem como objetivo estimular a criança e ampliar suas competências, abordando os estímulos que interferem na sua maturação para favorecer o desenvolvimento motor e cognitivo.



A criança deve ser inserida nesse programa tão logo esteja clinicamente estável, e se estender até os 3 anos de idade. Esta é a fase em que o cérebro se desenvolve mais rapidamente, constituindo oportunidade para o estabelecimento das funções que repercutirão em maior independência e, conseqüentemente, melhor qualidade de vida no futuro.

É imprescindível que os pais e familiares se envolvam nesse programa, considerando que o ambiente social é o mais rico em estímulos para a criança.

Ficar por dentro sobre a doença e seus desdobramentos e aproveitar os momentos como o banho, vestuário, alimentação, autocuidado e, principalmente, as brincadeiras para estimular o desenvolvimento do seu(sua) filha(o) é muito importante.

A PATERNIDADE E SEUS DIREITOS

Vamos falar sobre a Lei do acompanhante?

A Lei Federal nº 11.108, de 7 de abril de 2005, mais conhecida como Lei do Acompanhante determina que os serviços de saúde do SUS, da rede própria ou conveniada, são obrigados a permitir à gestante o direito à presença de acompanhante de sua livre escolha pode ser o pai da criança, o parceiro atual, a mãe, um(a) amigo(a), ou outra pessoa. Caso ela prefira, pode também decidir não ter acompanhante.

A Lei do Acompanhante é válida para parto normal ou cesariana, e a presença do(a) acompanhante (inclusive se este for adolescente) não pode ser impedida pelo hospital ou por qualquer membro da equipe de saúde, tampouco deve ser exigido que este tenha participado de alguma formação ou grupo.



Se esses direitos não forem respeitados, você deve entrar em contato com a Ouvidoria do Ministério da Saúde por meio do telefone 136.

Saiba quais os benefícios de ter um acompanhante durante o parto

Diminuição do tempo de trabalho de parto.	Melhor formação de vínculos mãe-filho(a) e, se o acompanhante for o pai/parceiro, aumenta o vínculo afetivo em toda a família.
Sentimento de confiança, controle e comunicação.	Maior satisfação da mulher.
Menor necessidade de medicação.	Menos relatos de cansaço durante e após o parto.
Menor necessidade de procedimento operatório ou instrumental.	Maior proteção contra a violência obstétrica.
Menores taxas de dor, pânico e exaustão.	
Aumento dos índices de amamentação.	

Você sabia que existe a Licença-paternidade?

De acordo com Constituição Federal/88 em seu artigo 7º, XIX e art.10, §1º, do Ato das Disposições Constitucionais Transitórias (ADCT) os pais têm direito a cinco dias de licença-paternidade sem implicações trabalhistas.

Em 2016, foram aprovados alguns decretos e leis que ampliam a licença-paternidade, saiba mais.

Ampliação da licença-paternidade para servidores públicos federais

O Decreto nº 8.737, de 3 de maio de 2016, amplia a licença-paternidade para os servidores públicos federais em 15 dias, além dos 5 garantidos pela Constituição Federal.

Ampliação da licença-paternidade para servidores estaduais e municipais


Algumas localidades do País já criaram leis locais que ampliam a licença-paternidade para servidores públicos, procure mais informações no seu município.

Ampliação da licença-paternidade e outros direitos dos pais garantidos pelo Marco Legal da Primeira Infância

A Lei nº 13.257, de 8 de março de 2016, dispõe sobre as políticas públicas para primeira infância e apresenta alguns artigos específicos ligados ao exercício da paternidade ativa, veja o que mudou:

Ampliação da licença-paternidade para os funcionários das empresas cidadãs em mais 15 dias, além dos 5 garantidos pela Constituição Federal.

A ampliação da licença-paternidade para 15 dias será garantida ao empregado que comprove participação em programa ou atividade de orientação sobre paternidade responsável.

An illustration of a man and a woman in a warm embrace. The man, with short brown hair and a beard, is wearing a red t-shirt and has his arms around the woman. The woman, with short brown hair and rosy cheeks, is also wearing a red t-shirt and has her eyes closed in a peaceful expression. The background is a dark green gradient.

Na Lei apenas informa que será necessária a participação do pai/parceiro em programa ou atividade de orientação sobre paternidade, não define os responsáveis pela emissão dos comprovantes ou que programas e atividades são esses.

O Ministério da Saúde sugere que a realização do pré-natal do parceiro e/ou participação nas atividades educativas durante o pré-natal e/ou as visitas à maternidade, onde acontecerá o parto, sirvam como comprovação de sua participação nessas atividades.

Ao realizar uma dessas atividades, não se esqueça de solicitar ao profissional de saúde o comprovante de participação para comprovar junto a sua empresa.

É sugerido às empresas que considerem como comprovante de participação nas atividades de orientação sobre paternidade, não apenas atestados médicos, mas também declaração de outros profissionais da Saúde.

Outra atividade sugerida pelo Ministério da Saúde é a realização do curso **Pai Presente: Cuidado e Compromisso**, que é gratuito e pode ser realizado pela internet, para saber mais acesse: <https://avasus.ufrn.br/local/avasplugin/cursos/curso.php?id=67>.

Saiba outros direitos que essa lei garante

Ao empregado é garantido dois dias para acompanhar consultas médicas e exames complementares durante o período de gravidez de sua esposa ou companheira. Esse direito é garantido a todos os funcionários registrados em CLT e não apenas aos trabalhadores de empresas cidadãs.

Ao empregado é garantido um dia por ano para acompanhar o filho de até 6 anos em consulta médica. Esse direito é garantido a todos os funcionários registrados em CLT e não apenas aos trabalhadores de empresas cidadãs.

Procure o recurso humano da sua empresa para saber se ela faz parte do programa empresa cidadã ou acesse: http://idg.receita.fazenda.gov.br/orientacao/tributaria/isencoes/programa-empresa-cidada/empresa_cidada_10_05_18.xls/view.

Quais as vantagens da ampliação da licença-paternidade?

Promove melhor vínculo afetivo entre todos os envolvidos.

Tem impactos positivos para o desenvolvimento das crianças e para a igualdade de gênero.

Melhora o desempenho escolar das crianças e as taxas de delinquência.

Diminui a diferença entre homens e mulheres no mercado de trabalho.

Ajuda a mudar o comportamento das famílias quanto à divisão das tarefas domésticas.

Maior probabilidade de amamentação durante o primeiro ano em comparação a filhos de pais que não utilizaram a licença.

Chegamos ao fim... Agora é com você

Esperamos que esta cartilha auxilie você no exercício da paternidade ativa, envolvendo-o no planejamento reprodutivo, nos momentos da gestação, parto, puerpério de sua parceira, nos cuidados com o desenvolvimento da criança e tenha esclarecido suas dúvidas sobre os seus direitos.

Para colocar a leitura em prática e saber mais, procure o posto de saúde e converse com o profissional deste serviço que estará pronto para lhe atender.

BIBLIOGRAFIA

ALEITAMENTO.COM. **Amamentação**. Disponível em: <www.aleitamento.com>. Acesso em: 25 abr. 2017.

_____. **Licença Paternidade pelo mundo**. Disponível em: <<http://www.aleitamento.com/cuidadopaterno/conteudo.asp?cod=2141>>. Acesso em: 25 abr. 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Protocolo de atenção à saúde e resposta à ocorrência de microcefalia**. Brasília, 2016.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção a Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Guia do Pré-Natal do Parceiro para Profissionais de Saúde**. Brasília, 2016.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. **Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem**. Brasília, 2009.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. Coordenação Geral da Saúde das Mulheres. **Caderneta da gestante**. 3. ed. Brasília, 2016. Disponível em: <<http://portalsaude.saude.gov.br/images/pdf/2016/marco/01/Caderneta-Gest-Internet.pdf>>. Acesso em: 25 abr. 2017.

_____. Ministério da Saúde. **Vírus Zika**: informações ao público. Brasília, 2015.

_____. Ministério da Saúde (BR). Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Orientações integradas de vigilância e atenção à saúde no âmbito da Emergência de Saúde Pública de Importância Nacional**: procedimentos para o monitoramento das alterações no crescimento e desenvolvimento a partir da gestação até a primeira infância, relacionadas à infecção pelo vírus Zika e outras etiologias infecciosas dentro da capacidade operacional do SUS [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2017 [citado 2018 mar 14]. 158 p. Disponível em: <http://portalarquivos.saude.gov.br/images/pdf/2016/dezembro/12/orientacoes-integradas-vigilancia-atencao.pdf>.

_____. **Nota Informativa nº 033/2016/DDAHV/SVS/MS, de 12 de abril de 2016**. Disponível em: <<http://www.aids.gov.br/en/node/58903>>. Acesso em: 25 abr. 2017.

_____. Presidência da República. **Decreto nº 7.052, de 23 de dezembro de 2009**. Regulamenta a Lei nº 11.770, de 9 de setembro de 2008, que cria o Programa Empresa Cidadã, destinado à prorrogação da licença-maternidade, no tocante

a empregadas de pessoas jurídicas. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2007-2010/2009/Decreto/D7052.htm>. Acesso em: 25 abr. 2017.

_____. Presidência da República. **Decreto nº 8.737, de 3 de maio de 2016**. Institui o Programa de Prorrogação da Licença-Paternidade para os servidores regidos pela Lei nº 8.112, de 11 de dezembro de 1990. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2016/decreto/D8737.htm>. Acesso em: 25 abr. 2017.

_____. Presidência da República. **Lei nº 11.108, de 7 de abril de 2005**. Altera a Lei nº 8.080, de 19 de setembro de 1990, para garantir às parturientes o direito à presença de acompanhante durante o trabalho de parto, parto e pós-parto imediato, no âmbito do Sistema Único de Saúde – SUS. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2005/lei/l11108.htm>. Acesso em: 25 abr. 2017.

_____. Presidência da República. **Lei nº 13.257, de 8 de março de 2016**. Dispõe sobre as políticas públicas para a primeira infância e altera a Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990 (Estatuto da Criança e do Adolescente), o Decreto-Lei nº 3.689, de 3 de outubro de 1941 (Código de Processo Penal), a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), aprovada pelo Decreto-Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943, a Lei nº 11.770, de 9 de setembro de 2008, e a Lei nº 12.662, de 5 de junho de 2012. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2016/lei/l13257.htm>. Acesso em: 25 abr. 2017.

_____. Presidência da República. Lei nº 9.263, de 12 de janeiro de 1996. Regula o §7º do artigo 226 da Constituição Federal, que trata do planejamento familiar, estabelece penalidades e dá outras providências. **Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil**, Poder Executivo, Brasília, DF, 15 jan., 1996.

CHILE. Ministerio de Desarrollo Social; Fondo de Las Naciones Unidas para La Infancia. Fundación CulturaSalud. **Guia de Paternidad Activa para Padres**. Santiago, 2013. Disponível em: <<http://www.crececontigo.gob.cl/wp-content/uploads/2014/02/guia-paternidad-activa-y-corresponsabilidad-de-la-crianza.pdf>>. Acesso em: 25 abr. 2017.

COMUNIDADE DE PRÁTICAS. **Curso Promoção do Envolvimento dos Homens na Paternidade e no Cuidado**. Brasília: Promundo–Coordenação Nacional de Saúde do Homem, 2016. Disponível em: <<https://cursos.atencaoBasica.org.br/courses/16135/activities>>. Acesso em: 25 abr. 2017.

HOGAR DE CRISTO; FUDACIÓN CULTURASALUD; FONDO DE LAS NACIONES UNIDAS PARA LA INFANCIA. **Guia de Paternidad Activa para Padres**. Santiago, 2014. Disponível em: <<http://unicef.cl/web/wp-content/uploads/2015/01/Guia-Paternidad-Activa.pdf>>. Acesso em: 25 abr. 2017.

IBGE. **Estimativas de População**. 2013.



DISQUE SAÚDE

136

Covidônia Geral do SUS
www.saude.gov.br

Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde
www.saude.gov.br/bvs

