



PARÂMETROS A AVALIAR

- Peso (2-3 kg /ano entre os dois até à puberdade);
- Estatura (6-7 cm por ano);
- Índice de massa corporal (IMC);
- Avaliação da tensão arterial (PAS <P90);
- Exame físico completo;
 - Pele;
 - Avaliação oftálmica
 - Avaliação dentária;
 - Avaliação do sono;
- Plano de vacinação (tétano,difetoria, vacina contra o Virus do Papiloma Humano)
- Abordagem HEEADSSS.



PROMOÇÃO DO DESENVOLVIMENTO

- Mudanças Emocionais
- Alterações corporais
- Maior capacidade de atenção e de compreensão



Importante advertir os pais para estas alterações

- Conversar com as crianças sobre as amizades
- Dar-se a conhecer aos professores
- Elogiar a criança quando atinge algum dos seus objetivos



CUIDADOS ANTECIPATÓRIOS

- Puberdade normal, atraso pubertário e variantes;
- Tipos de atividades (adequados à idade);
- Sedentarismo;
- Segurança e desaconselhamento para o consumo de suplementos energéticos e anabolizantes;
- Quantidade de horas e qualidade do sono;
- Promoção de higiene oral;
- Relações familiares;
- Ano de escolaridade ;absentismo escolar;
- Promoção do bem estar;
- Bullying e cyberbullying;
- Direitos humanos, desigualdade de género e cultura;
- Acidentes domésticos e segurança rodoviária;
- Drogas, tabaco e álcool;
- Autodeterminação sexual, género, relações sexuais, contraceção, assédio sexual e violência no namoro



REGISTOS: Focos

- Vacinação
- Audição
- Auto cuidado: Atividade física
- Auto cuidado: Atividade recreativa
- Auto cuidado: Higiene
- Excesso de peso
- Exercício
- Hipertensão

- Interação social
- Maturação feminina
- Maturação masculina
- Movimento corporal
- Pele
- Precaução de segurança
- Sono
- Uso de álcool
- Uso de substâncias
- Uso de tabaco
- Visão

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Pereira, A. (Maio de 2019). REGISTO CLÍNICO NO SCLINICO: Manual de Apoio para as Equipas de Saúde Familiar. Obtido em: [file:///C:/Users/marta/Downloads/Manual%20de%20Registos%20de%20Enfermagem%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/marta/Downloads/Manual%20de%20Registos%20de%20Enfermagem%20(1).pdf)

Devesa, C. (2022). Manual de Boas Práticas- Saúde Infantil e Juvenil.

Silva, J., Pinheiro, M., Santos, S. P., Carvalho, A. M., & Teixeira, Â. (2022). Manual de Saúde Infantil e Juvenil.

Hockenberry, M. & Wilson, D. (2018) Wong Fundamentos de Enfermagem Pediátrica (10ª Edição). Rio de Janeiro: Elsevier.

Direcção Geral de Saúde (2013). Saúde infantil e juvenil. Programa nacional.

Silva, J; Pinheiro, M; Santos, P.S; Carvalho, M, A; Teixeira, A (2022). Manual de Saúde Infantil e Juvenil. Obtido em: https://www.arsnorte.min-saude.pt/wpcontent/uploads/sites/3/2022/08/Manual_Saude_Infantil_Juvenil.pdf

Centers for Disease Control and Prevention. (23 de Setembro de 2021). Obtido de Desenvolvimento Infantil - Infância Média (9-11 anos): <https://www.cdc.gov/ncbddd/childdevelopment/positiveparenting/middle2.html>