

CONSULTA DE ENFERMAGEM JUVENIL DOS 15 ANOS



Rute Gomes¹, Sara Gonçalves¹, Ana Neves¹, Bianca Silva¹, Diana Serra¹, Fernanda Loureiro¹
¹Egas Moniz School of Health and Science, Escola Superior de Saúde Egas Moniz – Licenciatura em Enfermagem

Parâmetros a Avaliar



- **Peso:** → Raparigas: + 2 a 3 kg
- **Altura:** → Rapazes: + 4 a 6 kg
- **IMC** → Raparigas: 6 a 8 cm após a menarca
- **Visão e Audição** → Rapazes: 10-12 cm/ano
- **Postura**
- **Pele:** → Presença de acne e hirsutismo
- **Vacinação:** → Verificar o estado vacinal
- **Tensão Arterial:** → Raparigas: < 126/81 mmHg
Rapazes: < 130/80 mmHg
- **Risco de Maus-tratos:** → Pesquisar sinais de mutilação genital feminina
- **Desenvolvimento Psicoafetivo e Social**
- **Sinais de Alerta:** → Consumo de tabaco, álcool e/ou outras substâncias
- **Segurança do Ambiente** ilícitas e os comportamentos sexuais de risco.
- **Sexualidade:** → conhecimento sobre "sexo seguro" e utilização de
- **Estado pubertário** algum método contraceutivo

Raparigas ♀

Padrão Menstrual

Mamas estadio 4 - aumento do mamilo e da auréola.

Pelos pubianos estadio 4 ou 5 - pelos do tipo adulto, em toda a púbis e virilha.

Rapazes ♂

Pelos pubianos estadio 2 ou 3 - pelos longos, macios e pouco pigmentados na base do pênis.

Genitais estadio 3 ou 4 - aumento do pênis em extensão, diâmetro, glândula, testículos e do escroto e escurecimento da pele.

Promoção do Desenvolvimento

- **Conversar com o adolescente sobre as suas preocupações e mostrar interesse em assuntos relativos à escola e outras atividades, como voluntariado**
- **Acesso a internet é importante ajudá-lo a tomar boas decisões**
- **Incentivar a dormir horas adequadas e a manter refeições saudáveis**
- **Conversar sobre os perigos como o consumo de drogas lícitas e ilícitas e a condução**
- **Elogiar e comemorar os esforços e realizações e respeitar a opinião do adolescente e ajudá-lo a procurar as melhores soluções**

Cuidados Antecipatórios

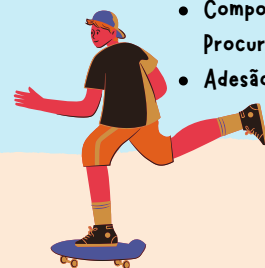
- **Alimentação**
- **Higiene**
- **Hábitos de sono:** 8 a 10 horas
- **Acidentes e Segurança**
- **Saúde Oral:** Check dentista sempre que se detetar
- **Escola** cáries
- **Atividade** 60 min/dia com uma intensidade Física: moderada a vigorosa
- **Puberdade**
- **Violência e maus-tratos**
- **Consumos nocivos**
- **Família** ♥
- **Amigos**
- **Cidadania**
- **Tempos Livres**



Registos de Enfermagem

FOCOS DE ATENÇÃO

- **Autocuidado: Atividade Física**
- **Exercício**
- **Autocuidado: Atividade Recreativa**
- **Higiene**
- **Interação Social**
- **Maturação**
- **Pele**
- **Precaução de Segurança**
- **Sono**
- **Uso de Álcool**
- **Uso de Substâncias**
- **Uso de Tabaco**
- **Visão**
- **Audição**
- **Ingestão Nutricional**
- **Uso de Contraceptivos**
- **Comportamento de Procura de Saúde**
- **Adesão à Vacinação**



Referências Bibliográficas

Camargo E. M. & Allex C. B. (2020). Diretrizes de OMS para atividade física e comportamento sedentário. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/337001/9789240014886-por.pdf>. Centers for Disease Control and Prevention. (2021). Teenagers (15-17 years of age). Estados Unidos da América. Disponível em: <https://www.cdc.gov/ncbddd/childdevelopment/positiveparenting/adolescence2a.html>. Center for Parent and Teen Communication & Puberty & Other Changes. (2022). Support Healthy Physical Development. Disponível em: <https://parentandteen.com/adolescent-physical-development/>. Centers for Disease Control and Prevention. (2000). Clinical Growth Charts Set 1. Estados Unidos da América. Disponível em: <https://www.cdc.gov/growthcharts/>. Direção Geral de Saúde. (2013). Norma nº 010/2013. Programa Nacional de Saúde Infantil e Juvenil. Disponível em: <https://www.dgs.pt/documentos-publicacoes/programa-nacional-de-saude-infantil-e-juvenil-png.aspx>. Direção Geral de Saúde. (2005). Saúde Infantil e Juvenil: Programa Tipo de Atuação. 2ª edição. Portugal. Lisboa. Disponível em: <https://www.mgfamiliar.net/upcontent/uploads/saudeinfantjuvenil-programatipoatuecao-1.pdf>. Ferreira M. M. & Torres M. C. L. (2011). Estilos de vida na adolescência: comportamento sexual dos adolescentes portugueses. Revista Da Escola de Enfermagem Da USP. 45(3), pgs. 589-595. Disponível em: <https://www.who.int/pt/publications>. Perera A. (2019). Relatório Clínico no Sclerose - Manual de Apoio para as Equipes de Saúde Familiar. Presenças V. (1996). Sociedade dos Adolescentes. Princípios Orientadores. Portugal. Lisboa. Disponível em: <https://www.dgs.pt/uploads/membros/ficheiros/019051.pdf>. SNS 24. (2022). Checke-identista para crianças. Disponível em: <https://www.sns24.gov.pt/tema/saude-oral/checke-dentista-para-criancas/#guia-sao-ao-estado-dos-checke-dentista-dos-13-aos-14-anos>. Sociedade Portuguesa de Pediatría. (2022). Secção de Medicina do Adolescente. Requisitos Para o Atendimento ao Adolescente. Disponível em: https://www.spp.pt/Userfiles/Ficheiros/Protocolos/Atendimento_Adolescente.pdf. USF São João. (2017). Guia do Utente. Disponível em: https://www.sns.gov.pt/upcontent/uploads/2017/03/ACES_ARRABIDA-USF_SAO_JULIPEGUIA_Acolhimento.pdf. Youth. (2022). Adolescent Development. Disponível em: <https://youth.gov/youth-topics/adolescent-health/adolescent-development>