

Núcleo da Especialidade de Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica



O Grupo Dinamizador | Celina Machado; Adriana Silva; Cristina Duarte; Patrícia Ferreira; Paula Moreira; Vera Rodrigues

Em 2024, a Unidade Local de Saúde de Braga deu início ao processo de criação dos Núcleos de Especialidade de Enfermagem, estruturas inovadoras e estratégicas para dinamizar o contributo dos enfermeiros especialistas no desenho e implementação de soluções que respondam aos desafios atuais e futuros da saúde.

O Núcleo de Especialidade de Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica (NEESIP) foi formalmente comunicado a 13 de fevereiro 2025 e é constituído por todos os Enfermeiros especialistas em saúde infantil e pediátrica da ULS de Braga.

É de carácter colaborativo e consultivo e integra um Grupo Dinamizador, representativo dos Cuidados de Saúde Hospitalares e dos Cuidados de Saúde Primários, propostos entre os enfermeiros Especialistas de Saúde Infantil e Pediátrica.



Missão

Promover cuidados de saúde de excelência, centrados na criança/jovem e família/pessoa significativa, com qualidade, rigor, competência e humanização.

Promover a saúde, a humanização e o envolvimento com a comunidade, tendo como desígnio o trabalho em parceria com a criança/jovem e família/pessoa significativa, em qualquer contexto em que ela se encontre

Apostar na valorização dos enfermeiros ESIP, através da formação, investigação e inovação.

Ser uma referência na prestação de cuidados especializados à criança, jovem e família, promovendo um modelo de excelência baseado na articulação, integração e acesso equitativo aos cuidados de enfermagem em Saúde Infantil e Pediátrica, com foco na criação de valor.



Visão

Núcleo da Especialidade de Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica

O NEESIP pretende promover uma prática de cuidados de nível avançada, com segurança e competência, orientada para resultados sensíveis às intervenções do Enfermeiro Especialista em Saúde Infantil e Pediátrica.

Objetivos:

Fortalecer a integração e articulação entre os níveis de cuidado, especialmente nas transições assistenciais.

Promover a uniformização de práticas com base em evidências e linguagem comum entre enfermeiros especialistas.

Valorizar e capacitar os enfermeiros especialistas, incentivando seu desenvolvimento profissional e organizacional.

Estimular a inovação e a investigação, promovendo boas práticas e projetos de melhoria contínua na assistência.

A primeira reunião geral do NEESIP ocorreu a 14 de março de 2025, no Hospital de Braga, onde foram apresentadas e votadas as propostas do Regulamento do NEESIP e do Plano de Atividades para 2025 que traduzem o compromisso de defender a excelência dos cuidados prestados em Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica.

O NEESIP, para a definição do seu Plano de Atividades, identificou **fatores internos e externos** relevantes para a sua atuação, de modo a garantir cuidados qualificados e integrados (Eixo 1 da Estratégia da ULSB), e a necessidade de promover a referência interna de crianças e jovens com necessidades de saúde especiais entre as Unidades Funcionais dos Cuidados de Saúde Primários e dos Cuidados de Saúde Hospitalares (Eixo 2 da Estratégia da ULSB).



Núcleo da Especialidade de Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica

A qualificação e competências dos Enfermeiros são essenciais para garantir cuidados de enfermagem seguros, de qualidade e ajustados às necessidades da população. O NEESIP terá um papel fundamental e nuclear no desenvolvimento deste conhecimento nos Enfermeiros Especialistas em Saúde Infantil e Pediátrica, para responder de forma contínua e eficaz às necessidades da organização.



O Plano Nacional de Saúde 2030 orienta para o investimento na promoção da saúde de grupos da população de maior vulnerabilidade onde se integram as crianças e jovens com necessidades de saúde especiais.

Os padrões de qualidade dos cuidados especializados em enfermagem de saúde infantil e pediátrica reforçam a importância da continuidade dos cuidados, do planeamento da alta conforme as necessidades individuais e da utilização dos recursos comunitários para apoiar sua inclusão e bem-estar.

Na prestação de cuidados às crianças e jovens com necessidades de saúde especiais, o NEESIP tem como propósitos:

Otimizar o percurso assistencial da criança e jovem e sua família/pessoa significativa

Melhorar a comunicação entre os diferentes profissionais das Unidades Funcionais, Serviços Hospitalares e Serviços da Comunidade;

Fortalecer a colaboração entre esses profissionais;

Contribuir para a melhoria da percepção da criança/jovem e sua família/pessoa significativa sobre a sua experiência com cuidados de saúde ou serviços;

Contribuir para a melhoria da percepção da criança/jovem e sua família/pessoa significativa sobre como a doença ou o cuidado afetam a sua saúde e o bem-estar.

Núcleo da Especialidade de Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica



Adriana Silva

EESIP da unidade de Neonatologia
no âmbito do NEESIP

Os pais são o brinquedo ideal para o bebé

Nos primeiros meses de vida, o bebé descobre o mundo que o rodeia através das suas interações e experiências próximas. Sendo esta aquisição altamente dependente das suas experiências sensoriais, não são os brinquedos coloridos ou os sons eletrónicos que constroem as bases do seu desenvolvimento, mas sim o rosto, a voz, o toque e a presença dos seus cuidadores.

[Clique para ler o artigo na íntegra](#)



Equipa Saúde Escolar

UCC Assucena Lopes Teixeira

Brincar é um assunto sério...

Na azáfama do dia-a-dia, é natural que brincar possa parecer uma simples atividade para passar o tempo, contudo é muito mais do que diversão, é uma ferramenta poderosa para a criança aprender, crescer e desenvolver-se.

[Clique para ler o artigo na íntegra](#)



Cláudia Martins

EESIP na UL-PPCIRA
no âmbito do NEESIP

Brincar não é um luxo, é um direito que não pode desaparecer

Ao escutarmos uma criança dizer “tenho saudades de brincar”, devíamos parar e refletir. Esta simples frase carrega um alerta silencioso sobre o modo como estamos a estruturar a infância e o tempo das crianças. Entre horários apertados, exigências escolares e ecrãs omnipresentes, o brincar – esse ato tão simples quanto essencial – está a desaparecer do quotidiano infantil.

[Clique para ler o artigo na íntegra](#)



Cristina Duarte & Daniela Ribeiro
Dinamizadoras dos Programas de
Parentalidade Positiva da ULSB

Criar Conexão em Tempos de Desconexão

Neste Dia da Criança, celebramos não apenas os primeiros passos e sorrisos da infância, mas também a complexidade e a beleza da adolescência — fase marcada por intensas transformações físicas, emocionais e sociais.

A qualidade das relações familiares continua a ser um dos pilares mais importantes do desenvolvimento saudável durante a adolescência.

[Clique para ler o artigo na íntegra](#)

Núcleo da Especialidade de Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica

PROGRAMA DE CURADORIA DO NEESIP COM INICIATIVAS DO DIA DA CRIANÇA
“Vamos dar Tempo para o Brincar...indo Buscar um pouco do Teu”

23 de maio

Evento: “USF dos Pequenin@s”



Data: 23 de maio de 2025



Local: Centro de Saúde de Amares



Destinatários: Turmas do 2.º ano do 1.º ciclo do Centro Escolar de Ferreiros



Organização: USF AmareSaúde, com a colaboração da Equipa de Saúde Escolar da UCC Amares

28 de maio a 31 de julho

Evento: Exposição Infantil na USF Vida+



Data: De 28 de maio a 31 de julho de 2025



Local: Sala de espera da USF Vida+



Destinatários: Utentes e comunidade em geral

30 de maio

Workshop: “Da Neonatologia para Casa – A Importância da Interação Positiva no Desenvolvimento do Bebê”



Data: 30 de maio de 2025



Horário: 14h30



Local: Unidade de Neonatologia



Destinatários: Pais de bebés internados na neonatologia

Exposição: “Representação do Brincar”



Local: Ágora do Hospital



Organização: UCC Assucena Lopes Teixeira



Participantes: Alunos do Agrupamento de Escolas D. Maria II

Evento: “Centro de Saúde do Bonequinho”



Data: 30 de maio de 2025



Local: Centro de Saúde de Amares



Destinatários: Turmas do Pré-Escolar- alunos finalistas do Centro Escolar de Ferreiros



Organização: USF Entre Homem e Cávado, com a colaboração da Equipa de Saúde Escolar da UCC Amares

Núcleo da Especialidade de Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica

PROGRAMA DE CURADORIA DO NEESIP COM INICIATIVAS DO DIA DA CRIANÇA
“Vamos dar Tempo para o Brincar...indo Buscar um pouco do Teu”

1 de junho

Evento: Dia da Criança na Pediatria



Data: 1 de junho



Local: Internamento de Pediatria

10h30 – Ânimas

11h30 – Jogos Tradicionais & Distribuição de Balões (Internos de Formação Específica em Pediatria)

14h30 – Legião 501 (Star Wars)

16h00 – Lanche Festivo

2 de junho

Evento: Dia da Criança na Pediatria



Data: 2 de junho



Local: Internamento e Consulta Externa de Pediatria



Atividades:

09h00 – Inauguração da Árvore das Memórias

09h30 – Distribuição de Presentes (Patrocínio LEGO)

10h30 – Desejo dos Pequenininhos

11h30 – Caça ao Tesouro & Momento Musical (Alunos de Enfermagem da Universidade do Minho)

14h00 – Jogos Tradicionais & Pinturas Faciais (Internos de Formação Específica em Pediatria)

14h30 – Conto de Histórias (Ajudaris)

16h00 – Pintura, Teatro, Mural dos Desejos, Jogos & Quizzes (Alunos de Enfermagem da Universidade do Minho)

3 de junho

Evento: Workshop "Criar Conexão em Tempos de Desconexão"



Data: 3 de junho



Horário: 16h30 às 18h30



Local: Sala 3, Centro do Conhecimento da ULS de Braga



Destinatários: Profissionais da ULS de Braga que são pais de adolescentes

Comissão Organizadora: Equipa dos Programas de Parentalidade Positiva

**INSCREVA-SE
GRATUITAMENTE!**



Núcleo da Especialidade de Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica



Adriana Silva

EESIP da unidade de Neonatologia
no âmbito do NEESIP

Os pais são o brinquedo ideal para o bebé

Nos primeiros meses de vida, o bebé descobre o mundo que o rodeia através das suas interações e experiências próximas. Sendo esta aquisição altamente dependente das suas experiências sensoriais, não são os brinquedos coloridos ou os sons eletrónicos que constroem as bases do seu desenvolvimento, mas sim o rosto, a voz, o toque e a presença dos seus cuidadores.

As neurociências tem demonstrado que a interação precoce com os pais é um pilar essencial para a aquisição de competências cognitivas, emocionais e motoras e que, muitas vezes, “menos brinquedos e mais presença” é a chave para um crescimento saudável.

O cérebro do bebé desenvolve-se de forma acelerada durante os primeiros anos de vida, daí o conceito tão falado como a importância dos primeiros 1000 dias de vida do bebé e o seu profundo impacto no seu futuro. A plasticidade cerebral é moldada pelas experiências sensoriais e relacionais do quotidiano. De acordo com a *American Academy of Pediatrics*, “a interação humana é mais eficaz do que qualquer brinquedo ou tecnologia na promoção do desenvolvimento infantil”. Quando os pais conversam, cantam, respondem ao seu bebé, mesmo que ele ainda apenas emita sons, brincam ao “cu-cu” ou apenas mantêm o contacto visual com o seu filho, estão a estimular redes neurais fundamentais para a linguagem, atenção, memória e regulação emocional.

Brinquedos passivos, mesmo que educativos, não substituem a extrema importância da relação humana. A interação social é, por si só, um “brinquedo vivo” adaptável, responsivo e emocionalmente nutritivo. Através de brincadeiras simples com os pais em que sorrir, imitar expressões, brincar com as mãos ou explorar objetos em conjunto, faz com que o bebé desenvolva competências como a coordenação motora, desenvolvimento cognitivo, comunicacional e linguístico, promova a perceção espacial, bem como a capacidade de resolver problemas e, acima de tudo, a autorregulação comportamental e a segurança emocional. Estudos mostram que os bebés cujos pais estão mais presentes, atentos e responsivos às suas necessidades, demonstram melhores resultados em testes de desenvolvimento nos primeiros anos de vida.

A presença não exige perfeição ou conhecimentos e competências incomuns. O que é verdadeiramente valioso é a consistência, a disponibilidade emocional verdadeira e a capacidade de seguir e acompanhar o ritmo do bebé. Ao invés de multiplicar brinquedos, que muitas vezes sobrecarregam os estímulos, é preferível oferecer um ambiente calmo, seguro e rico em relações.

Para os enfermeiros especialistas em saúde infantil e pediátrica, este conhecimento basilar sobre o desenvolvimento neurosensorial dos bebés é essencial para o aconselhamento parental. Promover o brincar relacional, encorajar o contacto pele a pele e experiências que promovam o toque como a massagem, o diálogo afetivo e os momentos de atenção plena são estratégias cheias de benefícios para o desenvolvimento. Ao sensibilizar as famílias para o valor da presença, mais do que da posse de objetos e brinquedos, reforçam-se as bases de um desenvolvimento harmonioso e sustentável. Na simplicidade de um olhar partilhado, de uma mão e de um colo que acolhe, está o verdadeiro motor do desenvolvimento infantil.

Núcleo da Especialidade de Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica



Equipa Saúde Escolar
UCC Assucena Lopes Teixeira

Brincar é um assunto sério...

Na azáfama do dia-a-dia, é natural que brincar possa parecer uma simples atividade para passar o tempo, contudo é muito mais do que diversão, é uma ferramenta poderosa para a criança aprender, crescer e desenvolver-se.

Durante a infância, a criança experimenta o mundo, comunica e aprende brincando. A promoção de um desenvolvimento saudável e equilibrado passa por oferecer uma variedade de diferentes brincadeiras como jogos de construção, jogo simbólico (faz-de-conta), jogos de regras simples e atividades ao ar livre

Uma das formas mais ricas de brincadeira é o 'faz-de-conta', fingir que é professor, super-herói ou médico não é apenas imaginação, permite a expressão de emoções, construção de conhecimento e preparação para a vida futura. Piaget, refere que este tipo de brincadeira demonstra desenvolvimento do pensamento simbólico, favorecendo a representação do mundo por imagens, palavras e ações, e o desenvolvimento de habilidades cognitivas essenciais. O 'faz-de-conta' permite que a criança assuma papéis para além do que é capaz na vida real. Ao construir papéis, regras e novas situações vai treinando a atenção, a linguagem, a memória e também a capacidade de controlar os seus impulsos de uma forma natural e espontânea.

Como vimos, a brincadeira tem um papel fundamental no desenvolvimento infantil, e é reconhecida como uma estratégia crucial na promoção de competências motoras e socioemocionais, autonomia, capacidade de autorregulação e de resolução de problemas. Estes são momentos preciosos para o desenvolvimento da criança, e não uma "perda tempo".

Os pais são elementos cruciais, a interação nestes períodos de brincadeira constitui momentos de promoção de um vínculo seguro para o crescimento, favorecendo o reconhecimento dos diferentes tipos de necessidades. O que beneficia a construção de uma relação parental positiva, e a redução do stress familiar.

Para brincar livremente apenas é necessário oferecer tempo e espaço, usar materiais simples (caixas, panos, brinquedos simbólicos), estar presente sempre que possível, participando na brincadeira, respeitar o tempo da criança e valorizar a sua imaginação. Estimular a brincadeira ao ar livre, correr, saltar e manipular elementos da natureza (mais abertos à imaginação do que brinquedos comerciais) proporciona oportunidades únicas de aprendizagem e um estilo de vida menos sedentário, com um impacto positivo na saúde física e mental das crianças.

Com tão pouco podemos fazer tanto pelo desenvolvimento das nossas crianças!

Núcleo da Especialidade de Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica



Cláudia Martins
EESIP na UL-PPCIRA
no âmbito do NEESIP

Brincar não é um luxo, é um direito que não pode desaparecer

Ao escutarmos uma criança dizer “tenho saudades de brincar”, devíamos parar e refletir. Esta simples frase carrega um alerta silencioso sobre o modo como estamos a estruturar a infância e o tempo das crianças. Entre horários apertados, exigências escolares e ecrãs omnipresentes, o brincar – esse ato tão simples quanto essencial – está a desaparecer do quotidiano infantil. E com ele, perde-se também uma parte fundamental do crescimento, da saúde emocional e da aprendizagem.

A importância do brincar é reconhecida há décadas, inclusive no plano internacional. O Artigo 31 da Convenção sobre os Direitos da Criança, adotada pelas Nações Unidas em 1989 e ratificada por Portugal em 1990, estabelece que todas as crianças têm direito ao descanso, ao lazer e à participação em atividades lúdicas e recreativas apropriadas à sua idade. Em 2013, o Comité dos Direitos da Criança das Nações Unidas publicou o Comentário Geral n.º 17, que reforça esse direito, alertando para os riscos da “infância apressada” e defendendo o brincar como um motor de bem-estar e desenvolvimento integral.

Também a Sociedade Portuguesa de Pediatria tem vindo a alertar para a diminuição preocupante do tempo destinado ao brincar livre. Muitas crianças já não brincam ao ar livre, não fazem o caminho para a escola a pé e estão cada vez mais envolvidas em atividades dirigidas, com rotinas muito estruturadas e pouco espaço para a espontaneidade. Sublinha ainda a importância dos espaços exteriores no crescimento saudável das crianças, destacando o brincar em contacto com a Natureza como um fator essencial no desenvolvimento infantil. As experiências de desafio, aventura e descoberta que envolvem movimento – como subir, correr, saltar, explorar – contribuem para a aquisição de competências importantes para a vida adulta e ajudam a contrariar o crescente sedentarismo infantil, refletido no aumento da obesidade e de outros problemas de saúde.

Brincar é muito mais do que uma atividade lúdica. É uma forma de comunicar, explorar o mundo, expressar emoções, resolver conflitos e desenvolver competências sociais, motoras e cognitivas. É através do jogo simbólico que a criança experimenta papéis sociais, simula situações da vida real e desenvolve a sua criatividade. O brincar livre, sem objetivos definidos, permite à criança ser autora do seu tempo e da sua narrativa, num mundo onde tantas vezes tudo já está planeado por outros.

Esta realidade torna-se ainda mais evidente na transição do pré-escolar para o 1.º ciclo. Enquanto na educação pré-escolar o brincar é central e estruturante, no ensino básico as crianças veem-se, muitas vezes, confrontadas com longos períodos sentadas, tarefas formais e pouca margem para a imaginação. Surge então a frase “tenho saudades de brincar” – um lamento que nos deve inquietar. A escola deve ser lugar de aprendizagem, sim, mas também de descoberta, prazer e ludicidade.

Núcleo da Especialidade de Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica

Há estratégias que podem ajudar a suavizar este choque entre o pré-escolar e o 1.º ciclo. A introdução de momentos de jogo livre durante o dia, a valorização dos espaços lúdicos nas salas de aula e até no recreio, ou a criação de ambientes onde a criança possa continuar a explorar, imaginar e construir, são passos importantes.

Também o uso de metodologias que integrem o jogo nas aprendizagens formais, como a gamificação, pode tornar a experiência escolar mais envolvente e motivadora. Além disso, há muitas outras formas de tornar a aprendizagem mais próxima da linguagem da infância, como o recurso a atividades com materiais manipuláveis, o uso de histórias e dramatizações, ou atividades práticas em grupo, onde se aprende a contar com jogos de tabuleiro ou blocos de construção, a escrever criando um livro de turma ou a explorar a natureza através de experiências simples no exterior. São estratégias que respeitam o ritmo da criança e ajudam-na a continuar a aprender com gosto. Mais do que isso, é essencial que a escola mantenha um olhar atento e pedagógico, reconhecendo o brincar como uma forma válida e eficaz de aprender, e não apenas como uma pausa depois do “trabalho” estar feito.

Mas o brincar não acontece só na escola. O papel da família é insubstituível. Brincar com os pais, irmãos, primos, avós e tios não só fortalece os laços afetivos, como oferece um espaço seguro onde a criança pode ser ela própria, experimentar sem julgamento e construir memórias que perduram. É nas escondidas no quintal, nas tardes de jogos em família ao fim de semana, nas construções de legos espalhadas pela sala que se formam os vínculos, os afetos e as competências para a vida. Brincar com outros, especialmente com pessoas de diferentes idades, enriquece ainda mais a experiência. Os jogos tradicionais, muitas vezes transmitidos pelos avós ou tios, são heranças culturais que merecem ser valorizadas. Além disso, o tempo de brincadeira partilhada é também um momento de escuta, de empatia e de presença verdadeira, algo cada vez mais raro num mundo acelerado.

Em contrapartida, há uma tendência crescente para ocupar cada hora da criança com atividades extracurriculares, reforços escolares ou ecrãs. Quando tudo é programado e dirigido, resta pouco espaço para o inesperado, para o tempo livre com significado, para a liberdade de brincar. E sem liberdade, o brincar perde a sua essência.

É urgente resgatar o tempo de brincar como um direito e uma prioridade. A infância não se repete. E uma infância sem brincar não é uma infância plena. Precisamos de escolas que integrem o lúdico, de famílias que desliguem os ecrãs para construir castelos de almofadas, de políticas públicas que assegurem espaços seguros para brincar ao ar livre.

Porque brincar não é um luxo. É uma necessidade, e garantir esse direito é um dever de todos nós.

Núcleo da Especialidade de Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica



Cristina Duarte & Daniela Ribeiro
Dinamizadoras dos Programas de
Parentalidade Positiva da ULSB

Criar Conexão em Tempos de Desconexão

Neste Dia da Criança, celebramos não apenas os primeiros passos e sorrisos da infância, mas também a complexidade e a beleza da adolescência — fase marcada por intensas transformações físicas, emocionais e sociais.

A qualidade das relações familiares continua a ser um dos pilares mais importantes do desenvolvimento saudável durante a adolescência.

A parentalidade consciente e positiva na adolescência exige mais do que regras: exige escuta ativa, empatia e conexão genuína. Muitos adolescentes, apesar de aparentarem distanciamento, desejam proximidade e apoio emocional. É no vínculo com os cuidadores que encontram segurança para crescer, testar limites e desenvolver a sua identidade.

É importante existir um investimento dos pais, para na maioria das vezes:

- **Escutar sem julgar:** criar espaço para conversas honestas, sem interrupções ou reações imediatas. Às vezes, só ouvir já é o suficiente;
- **Estar presente:** momentos simples do dia a dia (como refeições ou viagens curtas) podem ser grandes oportunidades de conexão, se forem vividos com atenção e interesse genuíno;
- **Validar os sentimentos:** mesmo que não concorde com o comportamento, reconheça o que o/a adolescente sente. Isso ajuda a construir confiança e abertura;
- **Manter limites com respeito:** regras claras são importantes, mas o modo como são comunicadas faz toda a diferença. Evitar o autoritarismo; preferir o diálogo e negociação;
- **Demonstrar afeto:** um gesto, uma palavra ou um olhar de carinho pode ser transformador — mesmo (e especialmente) quando o adolescente parece “não precisar”.

Como profissionais de saúde podemos:

- **Promover a escuta ativa no atendimento:** incluir o/a adolescente nas conversas, validar as suas opiniões e incentivar a sua autonomia com responsabilidade;
- **Orientar os pais sem julgamento:** oferecer suporte acolhedor, reconhecendo os desafios da parentalidade na adolescência, mas reforçando o papel central do vínculo afetivo;
- **Incorporar o tema nas consultas de rotina:** perguntas simples sobre o ambiente familiar e a qualidade da comunicação já abrem portas para reflexões importantes;
- **Oferecer referências e recursos:** indicar leituras ou programas de parentalidade positiva como os que a ULS Braga dispõe (Programa Mais Família Mais Jovem) podem fazer diferença na trajetória de uma família.

Neste 1 de Junho reafirmamos o compromisso com uma infância e adolescência vividas com afeto, respeito e vínculo. Porque toda criança — inclusive a que está em transição para a vida adulta — precisa se sentir vista, ouvida e amada.