

PAP- PROGRAMA APAEANO DE PREVENÇÃO

Prevenir é uma necessidade, que pressupõe conhecimento de causas e de situações de risco capazes de gerar deficiência. Assim, difundir informações e investir em ações de saúde, educação, alimentação, habilitação, trabalho e lazer são princípios básicos de cidadania, que podem diminuir os índices de pessoas com deficiências.

As deficiências atingem todas as camadas sociais, sendo responsabilidade de todos a socialização de conhecimentos e a promoção de ações preventivas junto a todos os segmentos da comunidade.

O Programa Apaeano de Prevenção - PAP desenvolverá um conjunto de projetos que fortalece as ações de prevenção já praticadas pelas APAEs e co-irmãs, órgãos públicos e outras organizações, associando-se a novas propostas de atuação em nível nacional.

OBJETIVOS DO PAP:

Propiciar ações de conscientização junto aos diferentes segmentos sociais, visando o desenvolvimento de uma ampla cultura de prevenção de deficiências. Além disso, pretende-se atuar:

1. Nas Comunidades:

Promovendo ações de conscientização e parceria junto às lideranças e organizações comunitárias, agentes de saúde, profissionais que trabalham em creches, entre outros, para desenvolver atividades de prevenção de deficiências.

2. Nas Ruas:

Divulgando informações sobre prevenção nas praças e outros espaços públicos, por meio de líderes comunitários, profissionais de saúde, feiras de saúde, entre outros.

3. Nas Escolas:

Propiciando aos professores de diferentes níveis de ensino informações e orientações, para que se tornem multiplicadores e agentes de informações sobre prevenção de deficiências junto à comunidade escolar.

4. Nas Unidades de Saúde:

Realizando parcerias junto aos postos de saúde e hospitais, para fornecer-lhes orientações e apoio técnico para a prevenção de deficiências, identificação precoce de crianças em situação de risco e seu encaminhamento a serviços e unidades de atendimento especializado.

5. Nas Empresas:

Fornecendo informações sobre prevenção para funcionários e seus familiares.

6. Na Mídia:

Interagindo de modo efetivo junto à imprensa, visando o envolvimento dos profissionais para uma melhor divulgação de informações sobre prevenção de deficiências nos meios de comunicação de massa.

Apoio:

Ministério da Saúde



Trabalhando em todo o Brasil



Programa Apaeano de Prevenção - PAP

SDS - Ed. Venância IV - Cobertura - Fones: (61) 224 9922 / 224 9709 / 322 4137 / 322 7495

Fax: (61) 223 5899 - CEP 70393-900 - Brasília / DF - Brasil

www.apaebrasil.org.br

Fc&M

PREVENÇÃO DE DEFICIÊNCIAS

O Ciclo da Vida Agradece



PREVENÇÃO DE DEFICIÊNCIAS O CICLO DA VIDA AGRADECE

De acordo com a Organização Mundial de Saúde, 10% de qualquer população é portadora de algum tipo de deficiência. Sendo o Brasil um país com 160 milhões de habitantes, estima-se a existência de 16 milhões de pessoas portadoras de deficiência.

A Organização das Nações Unidas define prevenção como o conjunto de ações destinadas a impedir a ocorrência de limitações físicas, intelectuais, psíquicas ou sensoriais, ou evitar que os impedimentos causem uma deficiência ou limitação funcional permanente.

A existência de políticas sociais básicas e a conscientização da sociedade para a responsabilidade de prevenir pode fazer com que 70 a 80% dos casos de deficiência possam ser evitados. Para isso, bastam algumas medidas e cuidados básicos antes e durante a gravidez, na hora do parto e após o nascimento.

O velho ditado *prevenir é melhor que remediar* se confirma quando torna-se mais viável investir em ações preventivas que com habilitação, reabilitação e outros atendimentos necessários. Com este desafio, por ocasião da Semana Nacional do Excepcional, a Federação Nacional das APAEs, trabalhando com o tema **PREVENÇÃO DE DEFICIÊNCIAS - O CICLO DA VIDA AGRADECE**, lança o PAP-Programa *Apaeano de Prevenção*, convidando a todos os cidadãos a se engajar na luta por uma sociedade ética, preventiva e solidária.

ALGUMAS MEDIDAS QUE AJUDAM A PREVENIR DEFICIÊNCIAS

ANTES DA GRAVIDEZ (PRÉ-CONCEPCIONAL):

- antes de engravidar, a mulher deve consultar um médico para verificar as condições físicas de seu organismo, principalmente se tiver menos de 18 anos ou mais de 35 anos;
- procurar orientação com os serviços de aconselhamento genético na comunidade;
- fazer exames: hemograma, sífilis, toxoplasmose, diabetes, tipagem sanguínea - fator Rh, HIV;
- procurar os serviços de saúde e tomar vacinas contra rubéola e tétano, pelo menos 06 meses antes de engravidar;
- prevenir-se de doenças infecciosas e sexualmente transmissíveis.

DURANTE A GRAVIDEZ (PRÉ-NATAL):

- consultar um médico obstetra pelo menos 6 vezes durante a gravidez (os postos de saúde atendem gratuitamente);
- realizar exames periódicos de controle: sangue-hemograma, sífilis, toxoplasmose, diabetes;
- tomar somente remédios prescritos pelo médico;
- no caso de algum problema como pressão alta, diabetes, coração ou infecções, procurar o médico;
- procurar orientações nos postos de saúde sobre gestantes e bebês;
- ter uma alimentação tão saudável quanto o possível;
- não acreditar quando disserem que o álcool, o fumo e as drogas não fazem mal;
- tentativas de aborto podem provocar deficiência à criança e risco de vida para a mãe;
- evitar exposição a radiações (raio X);
- procurar orientação médica para fazer exercícios ou atividades que exijam esforço físico.

NO MOMENTO DO PARTO (PERINATAL):

- dar à luz no hospital, com a presença de um obstetra e um pediatra na sala de parto;
- o ideal é que a mulher tenha parto normal;
- amamentar o bebê o quanto antes, se possível já na sala de parto;
- exigir o teste Apgar.

DEPOIS DO NASCIMENTO (PÓS-NATAL):

- nos primeiros dias de vida, pedir que sejam feitos os exames neonatais no bebê (teste do pezinho);
- levar o bebê com 10 dias, e depois mensalmente, ao pediatra, durante seu primeiro ano de vida;
- amamentar o bebê pelo menos até os 10 meses de vida;
- propiciar uma boa alimentação é muito importante;
- não dar remédios à criança sem orientação médica;
- vacinar a criança contra: Tuberculose (BCG), Paralisia Infantil (Sabin), Difteria, Tétano e Coqueluche (Triplice), Sarampo, Rubéola, Caxumba e Reforço de Sarampo (MMR).

DESENVOLVIMENTO:

- estimular sempre seu filho;
- conversar e brincar com ele;
- acompanhar o desenvolvimento da criança: ao menor sinal de atraso procure o médico ou um serviço especializado;
- evitar acidentes. A criança deve ficar longe de: fogo, remédios, facas, tesouras, soda, produtos de limpeza;
- nunca ser violento com a criança.