

“Proteja o seu bebê da SIDS (Síndrome de Morte Súbita Infantil)”

『SIDS（乳幼児突然死症候群）から赤ちゃんを守りましょう！』

A SIDS é uma doença que causa a morte do bebê, que até então estava saudável, enquanto ele está dormindo. SIDS とは、それまで元気だった赤ちゃんが眠っている間に死んでしまう病気です。

< Para diminuir pelo menos um pouco os casos da SIDS >

< SIDS を少しでも減らすために >

- \* Faça a criança dormir de barriga para cima. あおむけ寝で育てましょう。
- \* Pare de fumar perto do bebê. 赤ちゃんのまわりではタバコはやめましょう。
- \* Na medida do possível, amamente com leite materno. できるだけ母乳で育てましょう。
- \* Evite ao máximo deixar o bebê sozinho. なるべく赤ちゃんをひとりにしないようにしましょう。

✂ CUT ✂

Ficha de Perguntas do Exame de Saúde para Criança de 4 Meses

4 か月児健診おたずね票

Nome da criança: \_\_\_\_\_ Data de nascimento: Ano Mês Dia  
お子さんのお名前 生年月日：平成 年 月 日

\* Perguntas sobre a própria mãe ou o próprio pai da criança. Faça um círculo (O) na resposta correspondente.

お母さん・お父さん自身についてうかがいます。当てはまる方にOをつけてください。

1. A mãe está com um bom estado de saúde? (Sim Não Nem um nem outro)  
お母さんの体調はいいですか? (はい いいえ どちらとも言えない)
2. Está se divertindo com a vida cotidiana ou com a criação do filho? (Sim Não Nem um nem outro)  
毎日の生活や育児を楽しくやっていますか? (はい いいえ どちらとも言えない)
3. Tem preocupações sobre a amamentação ou comida da fase de desmame? (Sim Não Nem um nem outro)  
授乳や離乳食について不安がありますか? (はい いいえ どちらとも言えない)
4. Sente dificuldades de criar o filho? (Sim Não Nem um nem outro)  
育てにくさを感じますか? (はい いいえ どちらとも言えない)
5. Tem alguém para se consultar ou para lhe ajudar a criar o filho? (Sim Não Nem um nem outro)  
育児の相談相手や協力者はいますか? (はい いいえ どちらとも言えない)

6. Escreva se tiver alguma coisa sobre a própria mãe ou o próprio pai da criança.

お母さん・お父さん自身のことについて何かありましたらお書き下さい。

Tem preocupações sobre saúde 健康的な不安がある

Tem preocupações psicológicas 心に悩みを持っている

Está muito atarefado com as tarefas domésticas ou com o trabalho 家事や仕事が忙しい

Tem preocupações financeiras 経済的な不安がある

Tem preocupações com o relacionamento com o parceiro パートナーとの関係に悩んでいる

Tem preocupações com o relacionamento com os avós do bebê 祖父母との関係に悩んでいる

Tem pessoas próximas de idade e que necessitam de cuidados assistenciais 介護を必要とする人が身近にいる

Outros その他 ( )

# Questionário de Exame de Saúde para Criança de 4 Meses

## 4か月児健康診査質問票

Nome da criança: \_\_\_\_\_ Data de nascimento: Ano Mês Dia Idade em meses: meses e dias  
 子どもの名前 生年月日 平成 年 月 日 月齢 か月 日

Situação de vida 生活の様子	Quem cuida principalmente da criança? Dia: pais • avós • outros ( ) Noite: pais • avós • outros ( ) 主な保育者は誰ですか 昼：父母・祖父母・その他 夜：父母・祖父母・その他
	Tem o ritmo de sono determinado? Sim • Não 睡眠のリズムができていますか はい・いいえ Já não acorda mais de noite? Não acorda • Ainda acorda 夜に起きなくなりましたか はい・いいえ Escreva sobre a vida diária da criança (horário de acordar e de dormir, horário da amamentação, etc.) お子さんの1日の生活についてお書きください（起床・就寝時間、哺乳時間など）

Refeição • Excreção 食事 • 排泄	Método de nutrição até agora 今までの栄養方法 Quando a criança estava com 1 mês (leite materno • leite materno e leite em pó • leite em pó) 1か月時（母乳・混合・人工） Quando a criança estava com 2 meses (leite materno • leite materno e leite em pó • leite em pó) 2か月児（母乳・混合・人工） Quando a criança estava com 3 meses (leite materno • leite materno e leite em pó • leite em pó) 3か月児（母乳・混合・人工） Método de nutrição atual 現在の栄養方法
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite materno:            vez(es)    A criança vomita o leite em grande quantidade?    Sim • Não</li> <li>• 母乳                            回            お乳を多量に吐くことがありますか            はい・いいえ</li> <li>• Leite em pó:            vez(es)    O leite vaza do nariz da criança?            Sim • Não</li> <li>• 人工                            回            お乳が鼻からもれたりしますか            はい・いいえ</li> <li>• Leite materno e leite em pó (leite materno:            vez(es); leite em pó:            vez(es) de            cc)</li> <li>• 混合（母乳 回 ミルク cc 回）</li> <li>• Outros (suco:            vez(es); sopa:            vez(es))</li> <li>• その他（果汁 回 スープ 回）</li> </ul> Como é o estado das fezes?    vez(es) a cada    dia(s)    duro • normal • mole • estado de diarreia 便の状態はどうか            日に            回            かため・ふつう・やわらかめ・下痢ぎみ

Doença contraída até o momento (Não • Sim) 今までかかった病気（無 • 有） Nome da doença: _____ 病名	Convulsão (Não • Sim    vez(es)) ひきつけ（無 • 有    回） Quando: _____ いつ頃
---	--

Sai muito muco dos olhos ou lágrimas?	Não • Sim
目やにや涙が多いですか	いいえ • はい
A pupila parece esbranquiçada?	Não • Sim
瞳が白くみえますか	いいえ • はい
O olhar ou o movimento dos olhos parecem estranhos?	Não • Sim
目つきや目の動きがおかしいですか	いいえ • はい
Tem interesse por sons de brinquedos, TV, abrir e fechar de porta, etc.?	Sim • Não
おもちゃ • テレビの音 • 戸の開け閉めの音などに関心をしめしますか	はい • いいえ
Desagrada ou agrada vozes bravas ou brandas, canções, músicas, etc.?	Sim • Não
怒った声ややさしい声 • 歌 • 音楽などにいやがったりよろこんだりしますか	はい • いいえ
Volta o rosto quando é chamado por vozes familiares?	Sim • Não
聞きなれた人の声に顔を向けますか	はい • いいえ
Acompanha com os olhos objetos e pessoas que se movimentam?	Sim • Não
動くものや人を目で追いますか	はい • いいえ
O pescoço já está bem firme?	Sim • Não
首がしっかりすわっていますか	はい • いいえ
O rosto está voltado somente a uma direção (mania de virar só de um lado)? (direita • esquerda)	Não • Sim
いつも同じ方向を向いていますか (向きぐせはありますか) (右 • 左)	いいえ • はい
Consegue se virar para a direção de interesse, em posição lateral, quando está de barriga para cima?	Sim • Não
興味のある方へ仰向けから横向きに半分寝返りますか	はい • いいえ
Já deixou a criança de bruço? (vez(es) por dia, mais ou menos minutos)	Não • Sim
うつぶせにさせたことはありますか (1日に 回 分くらい)	いいえ • はい
A criança enrijece o corpo, ou dificulta pegá-lo no colo, ou arqueia as costas?	Não • Sim
体が硬かったり、抱きにくかったり弓なりにそったりすることはありますか	いいえ • はい
Consegue chupar os dedos ou as mãos de ambos os lados direito e esquerdo?	Sim • Não
左右の指しゃぶり、手しゃぶりはできますか	はい • いいえ
Ao deixar de barriga para cima, a criança junta as palmas das mãos no centro?	Sim • Não
仰向けで中央で手を合わせていますか	はい • いいえ
Ao embalar a criança, ela começa a rir?	Sim • Não
あやすと笑いますか	はい • いいえ
Tem algum receio ou preocupação?	Não • Sim
心配なことやきになることがありますか	いいえ • はい
(	)

# Ficha de Perguntas para Pais e Filhos Saudáveis (Exame de Saúde para Criança de 4 Meses)

## すこやか親子おたずね票（4か月健診）

Nome da criança: \_\_\_\_\_

お子さんのお名前

Faça um círculo (○) ou preencha com números a resposta correspondente.

当てはまるものに○、または数値をご記入ください

1. **Recebeu de forma suficiente as instruções ou os cuidados pela parteira ou enfermeira de saúde pública, no período de cerca de 1 mês depois do parto e da alta hospitalar? 産後、退院してからの1か月程度、助産師や保健師等からの指導・ケアは十分に受けることができましたか**

Sim • Não

はい • いいえ

2. **Perguntamos sobre o método de nutrição no primeiro mês de vida da criança. お子さんの生後1か月時の栄養法についておたずねします**

leite materno • leite materno e leite em pó • leite em pó

母乳 • 人工乳 • 混合

3. **A mãe tomava bebida alcoólica durante a gravidez? 妊娠中、お母さんは飲酒をしていましたか**

Sim • Não

はい • いいえ

4. **A mãe fumava durante a gravidez? 妊娠中、お母さんは喫煙をしていましたか**

• Fumava  \_\_\_\_\_ cigarros por dia  
喫煙していた 1日 本

• Não fumava  
喫煙していない

5. **Pergunta sobre a situação do fumo da mãe atualmente. お母さんの現在の喫煙状況についておたずねします**

• Fuma  \_\_\_\_\_ cigarros por dia  
喫煙している 1日 本

• Não fuma  
喫煙していない

6. **Pergunta sobre a situação do fumo do pai atualmente. お父さんの現在の喫煙状況についておたずねします**

• Fuma  \_\_\_\_\_ cigarros por dia  
喫煙している 1日 本

• Não fuma  
喫煙していない

7. **Você sabe que muitas crianças entre 6 meses a 1 ano de idade “perseguem os pais”? 生後半年から1歳頃までの多くの子どもは、「親の後追いをする」ことを知っていますか**

Sim • Não

はい • いいえ

8. **Você sabe que se sacudir violentamente a cabeça da criança para frente e para trás, quando ela não para de chorar, pode causar danos cerebrais (Síndrome do Bebê Sacudido)? 赤ちゃんが、どうしても泣きやまないときなどに赤ちゃんの頭を前後にガクガクするほど激しく揺さぶることによって、脳障害がおこること（乳幼児揺さぶられ症候群）を知っていますか**

Sim • Não

はい • いいえ

9. **Você sente dificuldades em criar o seu filho? あなたは、お子さんに対して育てにくさを感じていますか**

Sempre sinto • Sinto de vez em quando • Não sinto  
いつも感じる • 時々感じる • 感じない

10. **Quando sentir dificuldades em criar o filho, você sabe de algum meio para resolver essa situação, tal como “saber algum local de consulta”?** 育てにくさを感じたときに、「相談先を知っている」など何らかの解決する方法を知っていますか

Sim • Não  
はい • いいえ

11. **Você tem um tempo que consegue passar tranquilamente com o seu filho? お母さんはゆったりとした気分でお子さんと過ごせる時間がありますか**

Sim • Não • Não tenho como dizer  
はい • いいえ • 何ともいえない

12. **O pai ajuda na criação do filho? お父さんは、育児をされていますか**

Ajuda muito • Ajuda de vez em quando • Não ajuda quase nada • Não tenho como dizer  
よくやっている • 時々やっている • ほとんどしない • 何ともいえない

13. **Você sente vontade de continuar criando o seu filho nesta região? この地域で今後も子育てをしていきたいですか**

Sinto • Sinto um pouco • Não sinto tanto • Não sinto  
そう思う • どちらかといえばそう思う • どちらかといえばそう思わない • そう思わない

14. **Aconteceu os seguintes casos abaixo em casa nestes último meses? Faça um círculo (O) em todas as respostas correspondentes. この数か月の中に、ご家庭で以下のことがありましたか。当てはまるものすべてに○をつけてください**

Acho que fui muito rígida na educação しつけのし過ぎがあった  
Bati na criança emocionalmente 感情的に叩いた  
Saí deixando só o bebê em casa 子どもだけを家に残して外出した  
Não dei refeição por um longo tempo 長時間食事を与えなかった  
Gritei com palavras emotivas 感情的な言葉でどなった  
Tapei a boca da criança 子どもの口をふさいだ  
Sacudi violentamente a criança 子どもを激しく揺さぶった  
Não tive nenhum どれもなかった