

A leitura como fator determinante de saúde da criança e toda a família...

As crianças que contactam desde cedo com livros adquirem uma linguagem mais rica, com maior facilidade na expressão como na compreensão

ENF.ª HÉLIA MARIA SOARES
ENF.ª PATRÍCIA POMBO DE SOUSA
TAVARES
VOGAIS DO CONSELHO DE ENFERMAGEM DA SECÇÃO REGIONAL R.A. DOS AÇORES DA OE

Quando pensamos em livros infantis, associamo-los facilmente ao nosso imaginário infantil de contos que nos são familiares, bem como ao próprio processo de aquisição da leitura e da escrita. Os livros fazem parte da nossa vida! Numa era em que impera o digital e eletrónico, em que mais facilmente encontramos um tablet na mão de uma criança, ao invés de um livro, que tema mais apropriado para debater no mês em que comemoramos o Dia da Criança?

Mas escolhemos o livro não como instrumento de apoio à educação, mas como fator determinante de saúde, não só da criança, mas de toda a família. Segundo o Programa “Ler dá mais saúde”, as crianças que contactam desde cedo com livros e que ouvem ler de forma assídua adquirem uma linguagem mais rica, com maior facilidade na expressão como na compreensão. A este aspeto, acresce a referência a uma melhor adaptação à escola e maior sucesso escolar. É também conhecido o efeito desta leitura em família a partir do 6º mês de vida da criança, nos níveis de literacia infantil e, posteriormente, na sua literacia em saúde, objetivo fortemente desejado em muitos dos programas de saúde atualmente em vigor (Programa Saúde Escolar, Programa Nacional de Saúde Infantil e Juvenil, Programa Nacional para a Saúde, Literacia e Autocuidado). Um menor nível de literacia em saúde está diretamente relacionado com uma menor adesão a estilos de vida saudáveis, maior taxa de hospitalização e, consequentemente, com uma menor sobrevivência da população.



Está descrito que as famílias reconhecem aos profissionais de saúde, e nestes, aos enfermeiros, um maior conhecimento sobre os cuidados que promovem a saúde dos seus filhos, pelo que têm maior probabilidade de utilizar a leitura em família se forem en-

corajadas por estes. Certamente que terão que ser tidos em conta aspetos essenciais ao sucesso desta recomendação, nomeadamente a idade da criança, as suas características do desenvolvimento e as características dos livros utilizados.

Para finalizar, partilhamos as palavras de uma família que, decorrente de um projeto escolar, convive diariamente com livros infantis, promovendo a leitura em família. Para a mãe, “a leitura é feita em família e participa toda a gente! Fazemos diálogos

As famílias reconhecem, aos enfermeiros, um maior conhecimento sobre os cuidados que promovem a saúde dos seus filhos, pelo que têm maior probabilidade de utilizar a leitura em família se forem encorajadas por estes

e acabamos, invariavelmente, à gargalhada!” Para o filho de 5 anos, “eu gosto muito de levar os livros da escola para casa porque assim mostro ao meu pai e à minha mãe e ao meu irmão as histórias que oiço na escola. É muito divertido quando o meu irmão lê para mim. O meu pai faz as vozes engraçadas e a minha mãe lê muito bem, porque nunca se engana nem repete as palavras!”

E assim, boas leituras para uma melhor saúde! ♦