

ROTEIRO DE ANAMNESE COM PACIENTES

QUANTO TEMPO A CRIANÇA OU O ADOLESCENTE TÊM DISPONÍVEL TODOS OS DIAS PARA BRINCAR LIVREMENTE A CÉU ABERTO?

O CUIDADOR ESTÁ INTERESSADO EM PENSAR SOBRE COMO O ACESSO AO AR LIVRE ESTÁ RELACIONADO COM A SAÚDE DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE?



Sim

Orientar sobre os benefícios que brincar ao ar livre traz para as crianças e adolescentes e correlacioná-los com os sintomas apresentados pelo paciente.

Investigar quais são as atividades ao ar livre preferidas pela família e discutir sobre outras que não tenham sido mencionadas.

Avaliar junto aos pais quais são as principais barreiras que limitam o acesso de todos à prática de atividades de lazer a céu aberto (falta de tempo, falta de transporte, desconhecimento sobre onde ir e o que fazer, dificuldades financeiras).

Planejar com as crianças, adolescentes e suas famílias um plano de “dieta de natureza”, de forma a procurar garantir que tenham acesso à natureza de forma cotidiana e frequente.
Exemplos de atividades:
- Caminhar diariamente com as crianças
- Fazer um piquenique num parque uma vez por mês

Avaliar os progressos obtidos na próxima consulta.

Não

Orientar sobre os benefícios que brincar ao ar livre traz para as crianças e adolescentes e correlacioná-los com os sintomas apresentados pelo paciente.

Avaliar junto aos pais quais são as principais barreiras que limitam o acesso de todos à prática de atividades de lazer a céu aberto (falta de tempo, falta de transporte, desconhecimento sobre onde ir e o que fazer, dificuldades financeiras).

Apresentar o Manual de Orientação sobre os Benefícios da Natureza para o Desenvolvimento de Crianças e Adolescentes.

Abordar o tema na próxima consulta.

Iniciativa

alana 

Realização

 CRIANÇA E NATUREZA

RECEITA MÉDICA



Para: _____

ESTA RECEITA SUGERE QUE VOCÊ:

- Brinque ao ar livre
- Faça passeios ao ar livre e, sempre que possível, ande à pé ou de bicicleta
- Adote hábitos saudáveis em relação ao uso de tecnologias digitais

DOSAGEM:

- Se divertir ao ar livre todos os dias
- Ingerir o conteúdo desta receita com muita água, e alimentos saudáveis

ADVERTÊNCIA:

- Se persistirem os sintomas de desânimo, falta de curiosidade ou de amigos, reforçar as doses de brincadeiras ao ar livre

Dr. _____

Data: _____

CRM: _____

Iniciativa

alana 

Realização

 CRIANÇA E NATUREZA

FICHA DE ACOMPANHAMENTO

REGISTRE AS ATIVIDADES REALIZADAS PELAS CRIANÇAS



Diariamente

Brincar ao ar livre

- Pisar na grama
- Brincar com água e terra
- Fazer um passeio a pé
- Tomar sol
- _____
- _____

Semanalmente

Explorar a natureza próxima

- Andar de bicicleta
- Observar pássaros
- Brincar com pedras e sementes
- Ver o sol se pôr
- _____
- _____

Mensalmente

Visitar um parque diferente

- Combinar um passeio num parque com outras crianças
- Fazer um piquenique
- Cultivar uma semente
- _____
- _____

Anualmente

Fazer algo muito especial no ano

- Plantar uma árvore
- Tomar banho de rio
- Experimentar algo direto da horta
- Comemorar seu aniversário numa praça ou parque
- _____
- _____

Iniciativa

alana 

Realização

 CRIANÇA E NATUREZA