

BONS COMEÇOS



“Se quer saber o final, preste atenção ao início.”

As boas vindas têm inúmeras expressões, de local para local e de pessoa para pessoa.

Cada pessoa tem na sua “bagagem” diferentes experiências que condicionam as suas expetativas.

Conseguir estabelecer bases de empatia e confiança, necessárias para construir um relacionamento positivo, nasce do primeiro contacto.

“A **voz** também têm muita influência.”

“O mais importante é **ouvir**.”

“Somos uma soma de muitas culturas. Têm que ter consciência de que também somos Africanos e não só Portugueses.”

“Se pretendermos chegar à pessoa, temos que pensar no que estamos a dizer.”

“Dar-nos as boas vindas, perguntando sobre nós.”

“Elas fazem um esforço para que eu perceba e me sinta acolhida.”

Como recebo uma nova família?

“Mesmo que não tenhamos a mesma língua, através de um sorriso e de uma palavra amável pode haver comunicação...”

FAMÍLIA É.



“ Para educar uma criança é preciso toda a aldeia. ”

Há muitas formas de conceber e entender o que é família. Varia na sua composição e tem dinâmicas distintas para cada um.

Em algumas culturas, relativamente às crianças, há famílias em que todos assumem responsabilidades efetivas, partilhadas e que podem ser rotativas.

Nas famílias nucleares, muitas vezes a responsabilidade sobre as crianças é do cuidador primário, embora outros membros da família, inclusive amigos, poderão pontualmente tomar conta e colaborar nestas tarefas.

“Em algumas culturas o sentimento de comunidade é muito maior; a educação das crianças é uma responsabilidade partilhada.”

“O irmão mais velho ou o tio trazem a criança ao serviço de saúde.”

**Quem é “família”,
para as pessoas com quem
me cruço no meu dia-a-dia?**

“Não tenho outra família por perto. É na vizinha que confio para cuidar da minha criança quando vou trabalhar.”

UM INGREDIENTE, MIL SABORES



“ Quando a boca tropeça, é pior que o pé. ”

O mesmo alimento pode ser confeccionado de inúmeras formas, consumido em horários / refeições e por meios/de formas diferentes, de uma herança cultural ou ideologia para outra.

Enquanto torna-se cada vez mais comum as crianças comerem cereais ao pequeno-almoço, continua também ser comum em muitas casas consumir arroz para começar o dia.

As dietas de cada família são apenas diferentes umas das outras, e não necessariamente melhores ou piores.

“No nosso país, os bebés não podem comer muita coisa. Aqui os bebés comem tudo.”

“Em alguns países introduzem alimentos sólidos muito mais cedo.”

“Será que um determinado hábito alimentar tem mesmo que ser alterado?”

“Preocupam-se com uma alimentação saudável, mas é de acordo com as suas práticas e culturas.”

“Muitos médicos não conhecem *Funji*. É uma alimentação bem saudável.”

Que diferentes tipos de pequeno-almoço reconheço?

“Chamurki, Chapatis... Gosto que as crianças variem o pequeno-almoço.”

PASSOS QUE CRESCEM



Com a
diversidade
à nossa volta,
aprendemos...

“HÁ COISAS QUE PODEM NÃO PARECER
IGUAIS E NÃO SÃO CONTRÁRIAS;
MUITAS VEZES SÃO COMPLEMENTARES.”

“ACUMULAMOS CULTURAS. AS CULTURAS
ACRESCENTAM-SE, NÃO SE PERDEM.”

“SENTIMENTOS SÃO
IGUAIS E ISSO É
O PONTO QUE NOS UNE.”

“SÓ SEI QUE NÃO SEI TANTO.”

“CONSCIÊNCIA DE QUE
AS MINHAS PALAVRAS E
AÇÕES TÊM UM IMPACTO.”

De que forma é que viver
numa sociedade multicultural
me ajuda a crescer?

“AJUSTAR A
COMUNICAÇÃO AOS
CONTEXTOS.”

“REINVENTAR-ME.”

DE PROFISSIONAIS PARA PROFISSIONAIS



Facilitadores de Comunicação

Selecionar imagens para facilitar a compreensão.

Reconhecer as línguas faladas pelo *staff* do serviço.

Construir cartazes visualmente apelativos.

Acesso à Informação

Dar ferramentas para que a família tome a sua decisão.

Fornecer informação de forma simples e clara.

Saberes Coletivos

Dar a conhecer práticas da infância em Portugal.

Recorrer ao *staff* com outras vivências culturais para descodificar especificidades.

Reforço de Conhecimento

Aferir expetativas sobre o sistema e abordagens na saúde.

Perguntar aos próprios sobre experiências, hábitos e práticas de cuidados.

E também uso esta outra estratégia...

*Os contributos foram recolhidos junto de profissionais de saúde que trabalham com públicos migrantes na Grande Lisboa.

