

**OUTROS PLANOS A PÔR EM PRÁTICA:**

O meu plano para cuidar de quaisquer outros membros da família é...	
O meu plano de auto-cuidado é...	
O meu plano para deixar o trabalho e/ou faltar ao trabalho é...	
O meu plano para falar a outros membros da família é...	
O meu plano para dizer ao prestador de cuidados de saúde da minha criança e à escola são...	
O meu plano para cuidar dos nossos animais de estimação é...	



## Um Plano de Emergência de Saúde Comportamental para a Minha Criança e Família

O termo saúde comportamental inclui condições relacionadas ao uso de substâncias, dependência de álcool e drogas, sofrimento psicológico grave, suicídio, e outras condições de saúde mental.

Por favor, preencha um Plano de Emergência para cada criança que viva na sua casa.

Nome(s) do Pai/Mãe/Responsável: \_\_\_\_\_ Idioma Principal: \_\_\_\_\_

Morada: \_\_\_\_\_

Telefone Principal: \_\_\_\_\_ Telefone Secundário: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_ E-mail: \_\_\_\_\_

Nome da Criança: \_\_\_\_\_ Idioma Principal: \_\_\_\_\_

Serviços de Tradução/Língua Gestual Americana, necessários? \_\_\_\_\_

### INFORMAÇÕES DE CONTACTO DE EMERGÊNCIA EM CASOS DE CRISE

Preencha com os números de telefone do médico e dos contactos escolares da sua criança nos espaços em branco abaixo.

NÚMERO DE TELEFONE	PRESTADOR	UTILIZAÇÃO PARA
9-1-1	Emergência 9-1-1	Emergências com risco de vida
855-543-5465	Kids' Link RI (colaboração do Hospital Bradley e Gateway Healthcare)	Crise de saúde comportamental sem risco de vida. Acesso a cuidados de saúde comportamentais.
800-222-1222	Centro de Controlo de Intoxicações	Ingestões sem risco de vida
	Psicólogo, Psiquiatra, ou Terapeuta	Cuidados de saúde comportamentais de rotina
	Pediatra ou Médico de Família	Cuidados médicos de rotina
	Orientador de Assistência ao Estudante, Orientador Escolar, e/ou Enfermeiro Escolar	Notificações escolares
401-414-LINK (5456)	BH Link 975 Waterman Ave., East Providence	Linha direta de emergência 24/7 e centro de triagem para indivíduos com idade igual ou superior a 18 anos
401-444-4900	Serviço de Urgência do Hospital Infantil Hasbro 593 Eddy St., Providence	Localização do departamento de emergência
844-401-0111	Serviços de Avaliação de Pacientes do Hospital Butler 345 Blackstone Blvd., Providence	Localização de serviços de avaliação de pacientes

**Se tiver de ligar para o 9-1-1 para uma emergência, é útil dizer isto ao operador:**

Estou a ligar porque a minha criança está a ter uma crise de saúde comportamental. Estou preocupado(a) que a minha criança tenha/esteja \_\_\_\_\_.

A minha criança tem um historial de \_\_\_\_\_.

Por favor, venha sem luzes ou sirenes. A nossa morada é \_\_\_\_\_.

Encontramo-nos consigo (inserir localização). \_\_\_\_\_.

### INFORMAÇÕES ÚTEIS A SABER SOBRE A MINHA CRIANÇA:

O nome preferido da minha criança e os pronomes de género são	
A melhor maneira de abordar e envolver a minha criança é através de	
Os gatilhos para a minha criança são	
As coisas que assustam ou preocupam a minha criança são	
As coisas que acalmam a minha criança são	
As atividades favoritas da minha criança são	
Para além de mim, a minha criança confia/alegra-se ao falar com/admira	
Os alimentos preferidos da minha criança incluem	
A minha criança não irá/poderá comer devido a sensibilidades/alergias alimentares/repulso forte	

### A MINHA CRIANÇA TEM OS SEGUINTE ALIMENTOS, MEDICAMENTOS, OU OUTRAS ALERGIAS (POR EXEMPLO, LÁTEX):

### A MINHA CRIANÇA TOMA ESTES MEDICAMENTOS:

### A MINHA CRIANÇA FOI DIAGNOSTICADA COM AS SEGUINTE PREOCUPAÇÕES MÉDICAS E/OU DE SAÚDE COMPORTAMENTAL

#### PREOCUPAÇÕES MÉDICAS

- Anemia (anemia falciforme, talassemia)
- Artrite
- Asma ou outra condição pulmonar
- Cancro
- Atraso de desenvolvimento/linguagem ou aprendizagem
- Diabetes
- Condição digestiva
- Epilepsia ou distúrbio convulsivo
- Condição genética
- Condição auditiva
- Condição cardíaca
- Condição renal
- Condição na fala
- Condição na visão
- Outro(s): \_\_\_\_\_
- Outro(s): \_\_\_\_\_

#### PREOCUPAÇÕES DE SAÚDE COMPORTAMENTAL

- Agressão
- Ansiedade e/ou transtorno obsessivo-compulsivo
- Transtorno de hiperatividade com défice de atenção
- Autismo
- Transtorno de conduta
- Depressão
- Transtorno alimentar
- Desregulação do humor
- Transtorno desafiador de oposição
- Psicose (por exemplo, paranóia, alucinações auditivas ou visuais)
- Comportamento auto-lesivo
- Transtorno para o uso de substâncias
- Ideação ou comportamentos suicidas
- Reatividade traumática
- Outro(s): \_\_\_\_\_
- Outro(s): \_\_\_\_\_

### PLANO PARA MANTER A SUA CRIANÇA SEGURA ENQUANTO ESTIVER EM CASA

1. Manter longe do alcance (por exemplo, paracetamol, ibuprofeno) e/ou medicamentos prescritos num armário ou caixa fechada à chave.
2. Se tiver armas de fogo em casa, considere a possibilidade de as retirar. Se não puder, guarde as armas de fogo num local seguro, use os sistemas de segurança de armas, e guarde as munições de forma segura e separada.
3. Preste atenção aos estados de espírito e comportamentos da sua criança. Se notar mudanças significativas, fale com a sua criança e contacte o seu pediatra, médico de família e/ou prestador de cuidados de saúde comportamentais.
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_



**Rhode Island  
Regional Coalitions**  
*Prevention and Health Promotion for Life.*



SCAN ME

Utilize um saco com fecho ou um armário fechado para guardar em segurança todos os remédios e medicamentos prescritos, longe do seu alcance. Deixar os medicamentos não utilizados ou expirados num local de entrega, numa farmácia. Digitalize o código QR ou visite [riprevention.org/campaigns](http://riprevention.org/campaigns) para encomendar uma saca de fecho gratuita de medicamentos ou para encontrar um local onde pode entregar os medicamentos não utilizados ou expirados, perto de si.

### ARTIGOS A EMBALAR PARA CUIDADOS MÉDICOS OU DE SAÚDE COMPORTAMENTAL DE EMERGÊNCIA

#### EM CASO DE EMERGÊNCIA, SERÃO EMBALADOS OS SEGUINTE ARTIGOS:

##### Para os pais/responsáveis:

- ✓ Garrafa de água
- ✓ Mudança de roupa
- ✓ Auriculares/fones de ouvido
- ✓ Documentação da tutela (se aplicável)
- ✓ Cartão do seguro médico
- ✓ Carregador de bateria para telemóveis
- ✓ Dinheiro/Carteira
- ✓ Lanches

##### Para a criança:

- ✓ Garrafa de água
- ✓ Mudança de roupa (inclusive o pijama)
- ✓ Livro favorito ou animal de peluche
- ✓ Ajudas sensoriais tais como bolas de apertar, cobertores com peso, brinquedos anti-stress
- ✓ Lanches
- ✓ Produtos de higiene pessoal de viagem (incluindo a escova de dentes)

### QUANDO PROCURAMOS CUIDADOS DE SAÚDE COMPORTAMENTAIS:

#### Se precisarmos da ajuda de profissionais, seguiremos estes passos:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

#### As seguintes preocupações, comportamentos ou cenários levarão-nos a procurar cuidados hospitalares:

- A. \_\_\_\_\_
- B. \_\_\_\_\_
- C. \_\_\_\_\_
- D. \_\_\_\_\_
- E. \_\_\_\_\_