

BENJAMIN FIALHO DOS SANTOS
OS MEUS PRIMEIROS **10 ANOS DE VIDA**

Volume I
(do nascimento ao pré-escolar)
(até ao terceiro aniversário)

1ª Edição

Marco Pais Neves dos Santos

Ficha técnica

Título:

Benjamin Fialho dos Santos. Os meus primeiros 10 anos de vida. Volume I – Do nascimento ao pré-escolar (até ao terceiro aniversário).

Autor:

Marco Pais Neves dos Santos

Revisão:

Maria Helena Candeias Caetano

Capa e Design Gráfico:

Marco Pais Neves dos Santos

Edição de Autor

1ª Edição, Mem Martins, Portugal, 11 de março de 2023

ISBN: 9789403678344

Depósito Legal: 512757/23

Bookmundo Portugal

Impressão Sob Demanda

Tamanho: 15,5 x 23,5 cm, 656 p.

Fotografia da capa: Comemoração do terceiro aniversário do Benjamin no Jardim de Infância “O Pirlampo do Cruzeiro”, em Mem Martins, Sintra, em 2/11/2022.

É proibida a reprodução total ou parcial, aluguer, armazenagem, transmissão ou transformação deste livro, de qualquer forma ou por qualquer meio, quer seja eletrónico ou mecânico, mediante fotocópias, digitalização ou outros métodos, inclusive eletrónicos, sem licença prévia e escrita do autor. Todos os direitos reservados.

Sugestão de catalogação:

SANTOS, Marco Pais Neves dos. **Benjamin Fialho dos Santos. Os meus primeiros 10 anos de vida.** Volume I. Do nascimento ao pré-escolar (até ao terceiro aniversário). Mem Martins: Edição do autor, 2023. 656 p.

APRESENTAÇÃO

Neste livro, o primeiro de uma trilogia, apresento alguns fragmentos dos primeiros três anos de vida de **Benjamin Fialho dos Santos**, “O Príncipe”, nascido em Alcabideche (Cascais), em 2 de novembro de 2019, filho de Marco Pais Neves dos Santos e de Cristiane Fialho do Nascimento.

Assume a forma de uma obra fotográfica com descrição textual e aborda temas diversos, desde o período em que o Benjamin habitava no conforto da barriga da sua mãe até ao início do ensino pré-escolar em Portugal. Reflete, por isso, a relação muito estreita entre família e fotografia, uma vez que esta se tornou o principal instrumento para a representação daquela.

É um memorial valioso da história da família, porque contar a própria história é fazer uma parte da história da família, e apresenta um pouco de cada um dos amigos e familiares que com a sua presença e atitude ajudaram a moldar a personalidade do Benjamin, o que é revelador do vínculo de coesão na sociedade dos grupos de pertença dos seus progenitores, algo distintivo neste século decididamente marcado por uma profunda crise de referências éticas e morais.

É um trabalho que pode ser lido por todos, mas sobretudo pelos amigos e familiares, público-alvo deste trabalho. É, também, uma forma de aproximar os familiares que estão de um e de outro lado do Atlântico.

O livro contém mais de meio milhar de fotografias, e considereei vantajoso colocar no final um índice que segue a linha do tempo para permitir aos familiares e amigos que assim o desejem fazer uma procura direcionada. Fiz ainda um índice remissivo com os nomes de pessoas, amigos e familiares, que participaram na vida do Benjamin.

Noto que entre 2 de dezembro de 2020 e 22 de agosto de 2021, período em que o Benjamin e o Enzo estiveram no Brasil na casa dos avós, aos cuidados da mãe, não foram efetuados registos de desenvolvimento nem registadas peripécias do quotidiano, nem capturadas fotografias em número relevante.

Este trabalho terá continuidade num outro volume a publicar quando o Benjamin concluir os seis anos de idade, altura em que irá iniciar uma nova etapa da sua vida: entrar na escola dos «crescidos», vulgo primeira classe.

Esta obra foi concluída a 18 de fevereiro de 2023, o que aconteceu de forma premeditada para a fazer coincidir com o 77º aniversário do avô António Pais dos Santos (nasceu em 18.02.1946), como forma de o homenagear.

Que a leitura seja agradável!

Marco Pais Neves dos Santos

Mem Martins, 11 de março de 2023

À memória dos meus saudosos avós,
bisavós do Benjamin:

PATERNOS

João Pais dos Santos (1923-2011)

Maria Emília dos Santos (1925-2005)

MATERNOS

António Neves (1917-2003)

Maria de Gouveia Coimbra (1919-2000)



*Eduquem as crianças, para que não
seja necessário punir os adultos.*

Pitágoras

Roteiro

ORIGENS	- 7 -
AINDA NA BARRIGA DA MÃE.....	- 15 -
SESSÃO FOTOGRÁFICA DE GRAVIDEZ.....	- 95 -
1º ANO DE VIDA	- 117 -
2º ANO DE VIDA	- 251 -
3º ANO DE VIDA	- 293 -
CADERNO DE SAÚDE	- 581 -
PERCURSO EDUCATIVO ESCOLAR.....	- 589 -
ANO LETIVO 2021/2022	- 601 -
ANO LETIVO 2022/2023	- 603 -
ÍNDICE DE REMISSIVO.....	- 617 -
ÍNDICE DE FIGURAS	- 619 -

ORIGENS

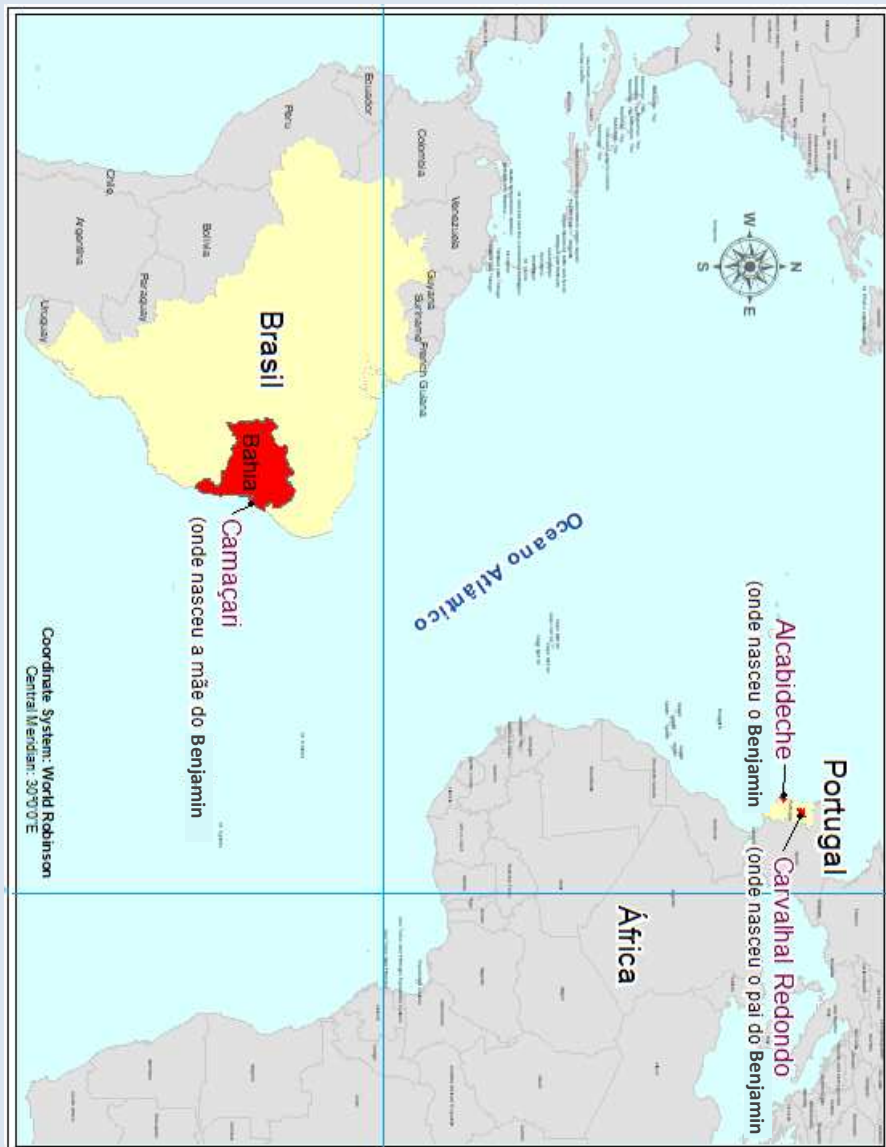
O **Benjamin Fialho dos Santos**, português e brasileiro, é natural de Alcabideche, concelho de Cascais e distrito de Lisboa, nasceu em 2/11/2019.

O seu pai, **Marco Pais Neves dos Santos**, português, é natural de Carvalhal Redondo, concelho de Nelas e distrito de Viseu, onde nasceu em 03/11/1982.

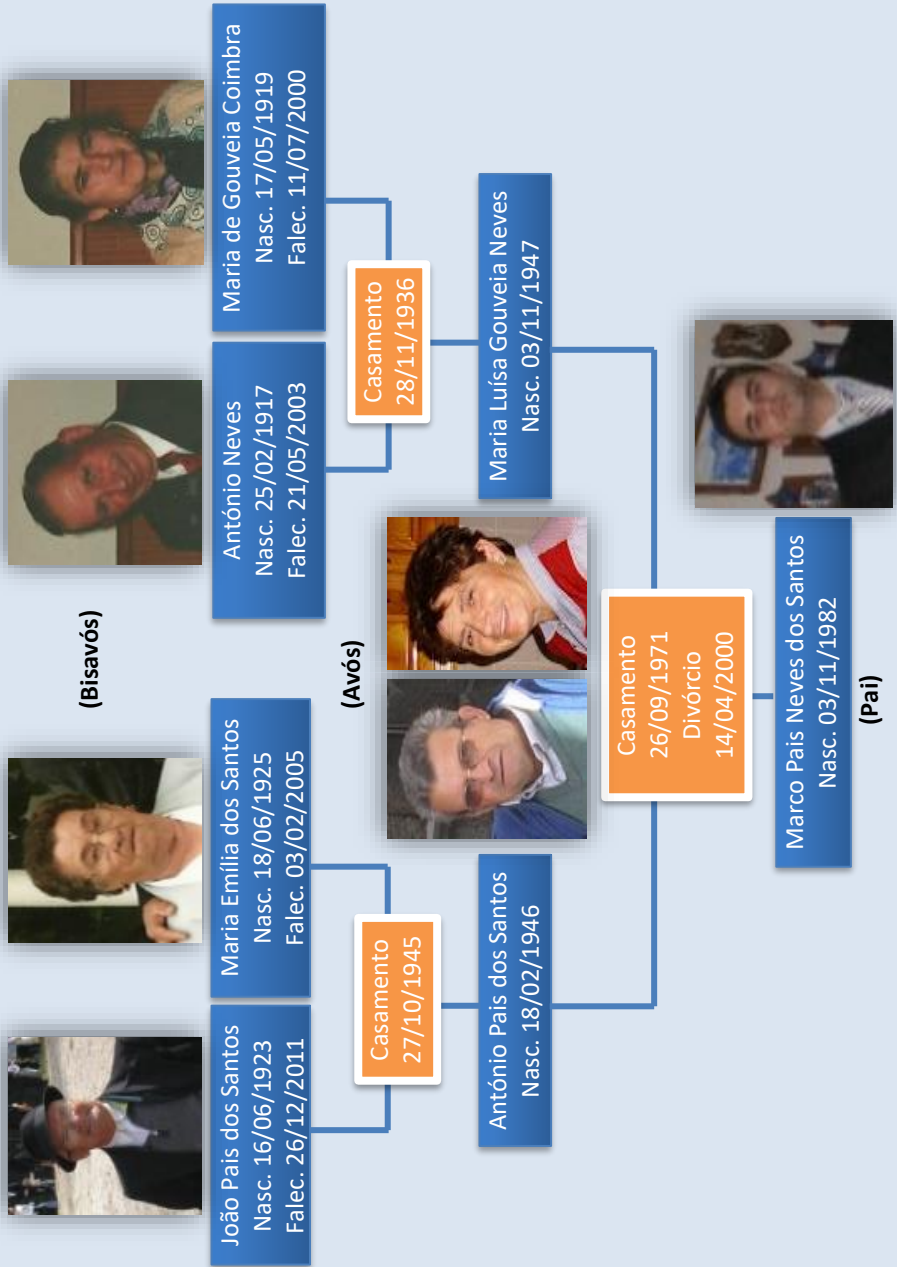
A sua mãe, **Cristiane Fialho do Nascimento**, brasileira, é natural de Camaçari, pertence ao Estado da Bahia, onde nasceu em 16/01/1978.



O MEU MAPA DAS ORIGENS



Minha Árvore Paterna



Parte paterna

Fenótipo pai - Atlântico e Mediterrânico

A sua fisionomia é uniformemente regular e simétrica, com crânio com falia retangular, nariz estreito, boca fina sem projeção dos maxilares, lábios finos e pequenos e virados para o exterior, cara longa e maçãs do rosto proeminentes, cor de pele clara (pálida), expressão facial temperada e modesta, cabelo curto e castanho em tom médio, e olhos de cor verde aveleira, profundos e de encaixe erguido.

Trisavós

João Pais dos Santos é filho de **João Pais dos Santos** e de **Joaquina Teixeira dos Santos**.

Maria Emília é filha de **Joaquim Ferreira** (também conhecido como Manuel Pedro Novo) e de **Maria da Conceição** (também conhecida como Maria de Jesus).

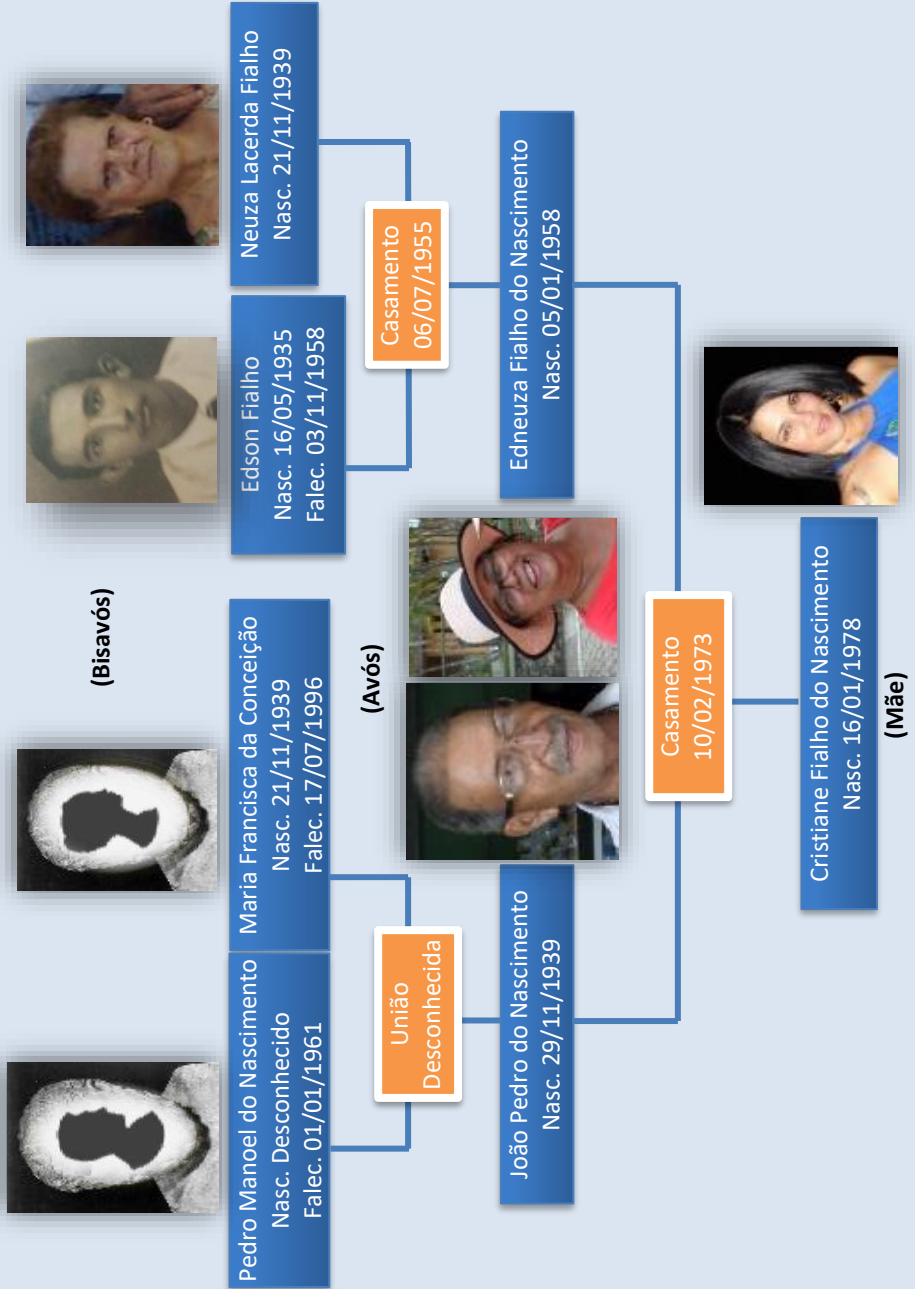
António Neves é filho de **José Pais das Neves Gouveia** e de **Maria da Conceição**.

Maria Gouveia Coimbra é filha de **Joaquim de Figueiredo Neves Coimbra** e de **Ana da Conceição Gouveia**.



Trisavós - Maria de Jesus (esquerda) e Manuel Pedro Novo (direita).
Bisavó - Maria Emília.

Minha Árvore Materna



Parte materna

Fenótipo mãe – Latina

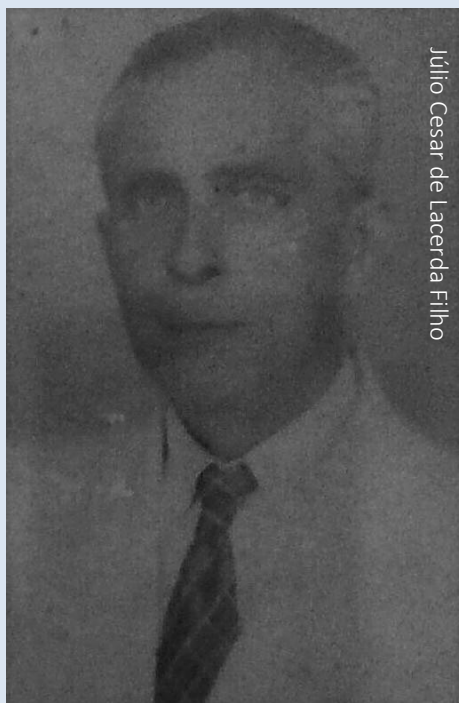
A sua fisionomia é marcada pela mistura genética dos progenitores - o pai de uma mistura de índios e negros, e a mãe mestiça de brancos europeus -, em parte resultante do processo de colonização realizado pelos portugueses. Tem, por isso, estrutura baixa, nariz pequeno e arrebitado, sem ser afilado, boca fina e sem projeção dos maxilares, lábios finos e pequenos e virados para o exterior, cara em formato de coração, com queixo alongado e maçãs do rosto proeminentes, cor de pele morena-clara, expressão facial expressiva, cabelo longo, liso e de cor castanha em tom médio, e olhos de cor de mel claros, profundos e de encaixe erguido.



Segundos tios maternos do Benjamin. Da esquerda para a direita, de trás para a frente: Milton Lacerda Fialho, José Lacerda Fialho, Nivaldo Tadeu Lacerda Fialho, Nerval Lacerda de Oliveira, Nival José Lacerda de Oliveira, Nervaldo Lacerda de Oliveira, José Carlos Lacerda de Araújo, Patrícia Maria Lacerda de Queiroz, Edneuzza Fialho do Nascimento, Lilian Lacerda Santana, Neuza Lacerda Fialho, Marlene Lacerda Fialho, Maria Rita Lacerda Fialho.
31.12.2016.

Trisavós

Neuza Lacerda Fialho é filha de **Júlio Cesar de Lacerda Filho**, que assinava como **Júlio Lacerda**, nascido em 06/02/1894 e falecido em 21/03/1960, e de **Maria Montenegro Lacerda**, nascida em 06/02/1899 e falecida em 16/10/1975.



Edson Fialho é filho “bastardo” de **Amintas Menezes Passos** e de **Celina Fialho de Sá**. Foi criado pela irmã de **Amintas Menezes Passos**, porque este era casado e não quis assumir a paternidade. Por esse motivo, **Celina Fialho de Sá** registou o bebé como filho de pai incógnito e não lhe deu o nome do pai.



FRAGMENTOS DE VIDA

Ainda na barriga da mãe
Uma memória



NA BARRIGA DA MÃE

Benjamin Fialho dos Santos, filho de Marco Pais Neves dos Santos e de Cristiane Fialho do Nascimento, foi gerado de forma não planeada na primeira semana de fevereiro de 2019 (data da última menstruação 02/02/2019), numa altura em que o pai interrompeu o trabalho de campo para a sua Tese de Doutoramento junto da Comunidade Piscatória de Vila Franca de Xira, por essa comunidade não querer colaborar, e regressou mais cedo a casa, à rua José Brandão de Almeida, n.º 3, Bairro de Ouressa, em Mem Martins (Sintra). Os progenitores só tiveram conhecimento da gravidez na sexta semana de gestação, em meados de março, de forma ocasional.

Em 13/03/2019, a Cristiane teve um acidente na casa de banho, escorregou e bateu com o cóccix e com a coluna na banheira. Ficou com algumas queixas e marcou consulta do dia, de urgência, na Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados Tapada das Mercês (USF Tapada), parte integrante do ACES Sintra, que aconteceu em 14/03/2019.

Nessa consulta de 14/03/2019, sinalizou à médica que para além das consequências da queda também estava a sentir dores de cabeça e enjoos ligeiros, o que julgava decorrer da gastrite de que sofria, porque tinha finalizado recentemente os medicamentos, e pediu para voltar a tomar Esomeprazol, um princípio ativo do grupo de fármacos inibidor da bomba de prótons. A médica, Dra. Isabel, para despistar, mandou fazer teste de gravidez e análises clínicas, prescreveu-lhe Esomeprazol e outros medicamentos para conter a dor, e concedeu-lhe baixa médica até ao dia 18/03/2019. Se o teste de gravidez desse negativo, teria de fazer um raio x (ou radiografia, exame de diagnóstico por imagem).

No mesmo dia realizou o exame de gravidez, recebeu os resultados por mensagem de correio eletrónico no dia seguinte. Nesta data já estava grávida, mas não se terá apercebido disso por deficiente leitura dos resultados. No mesmo dia começou a tomar o Esomeprazol, mas os enjoos continuaram a aumentar.

Em 18/03/2019, foi a nova consulta na Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados Tapada das Mercês (USF Tapada), tendo sido observada pelo médico do dia, Dr. Ricardo Baptista. Indicou ao médico que o Esomeprazol estava a provocar tonturas e enjoos, e ele disse-lhe que o problema não era

a gastrite, que os enjoos resultavam de estar grávida, já com sete semanas (pela contagem). O médico prescreveu Acido Fólico e Potássio Iodeto para administração imediata, e Nausefe para aliviar náuseas (enjoos) e vômitos. Também prescreveu a ecografia do primeiro trimestre, novas análises clínicas que realizou a 20/03/2019, e prolongou a baixa médica até ao dia 27/03/2019.

“Como os enjoos aumentaram, na segunda-feira, dia 18/03/2019, fui a numa consulta para ter o rx e dizer que o Esomeprazol estava dando mais enjoos e tonturas. O médico do dia era Dr. Ricardo Baptista, que antes de começar qualquer especulação pediu para ver o exame que a Dra. Isabel havia pedido. Constatou pelos números que não era a gastrite, eu é que não tinha visto que estava grávida. Fiquei sem acreditar... mas adiante. Prescreveu imediatamente Acido Fólico e Potássio Iodeto, e Nausefe para os enjoos. Estava com 7 semanas pela contagem. Prescreveu também a ecografia do 1 trimestre e exames de sangue que realizei em 20/03/2019” (Cristiane Fialho do Nascimento, em 23/08/2019).

A intensidade dos enjoos varia de mulher para mulher e pode mesmo variar de gravidez para gravidez, e embora designados vulgarmente como enjoos matinais, eles surgiam a qualquer hora do dia, independentemente dos cuidados da Cris, tais como: fazia refeições ligeiras, várias vezes ao dia (comia pouca coisa de duas em duas horas), evitava alimentos fortes, gordurosos e muito condimentados, alimentava-se predominantemente de fruta e alimentos frescos, mantinha-se bem hidratada, bebendo muitos líquidos ao longo do dia, descansava o máximo possível, coisa que muito lhe agradava, fazendo pausas e sestas sempre que sentia necessidade. Não obstante estas ações, teve de recorrer à medicação, devidamente prescrita pelo médico de família, e, efetivamente, os enjoos e vômitos deixaram de ser tão severos.

No dia 19/03/2019, a Cris informou o Marco da possibilidade de estar grávida, por existirem fortes indícios, certeza que viria com a primeira ecografia realizada no dia 20/03/2019, pelas 11h40, no Centro de Imagiologia de Diagnóstico Médico (IMAG – CDRE), na rua da Madressilva, n.º 7, 2725-368 Algueirão-Mem Martins (processo n.º 1430020).

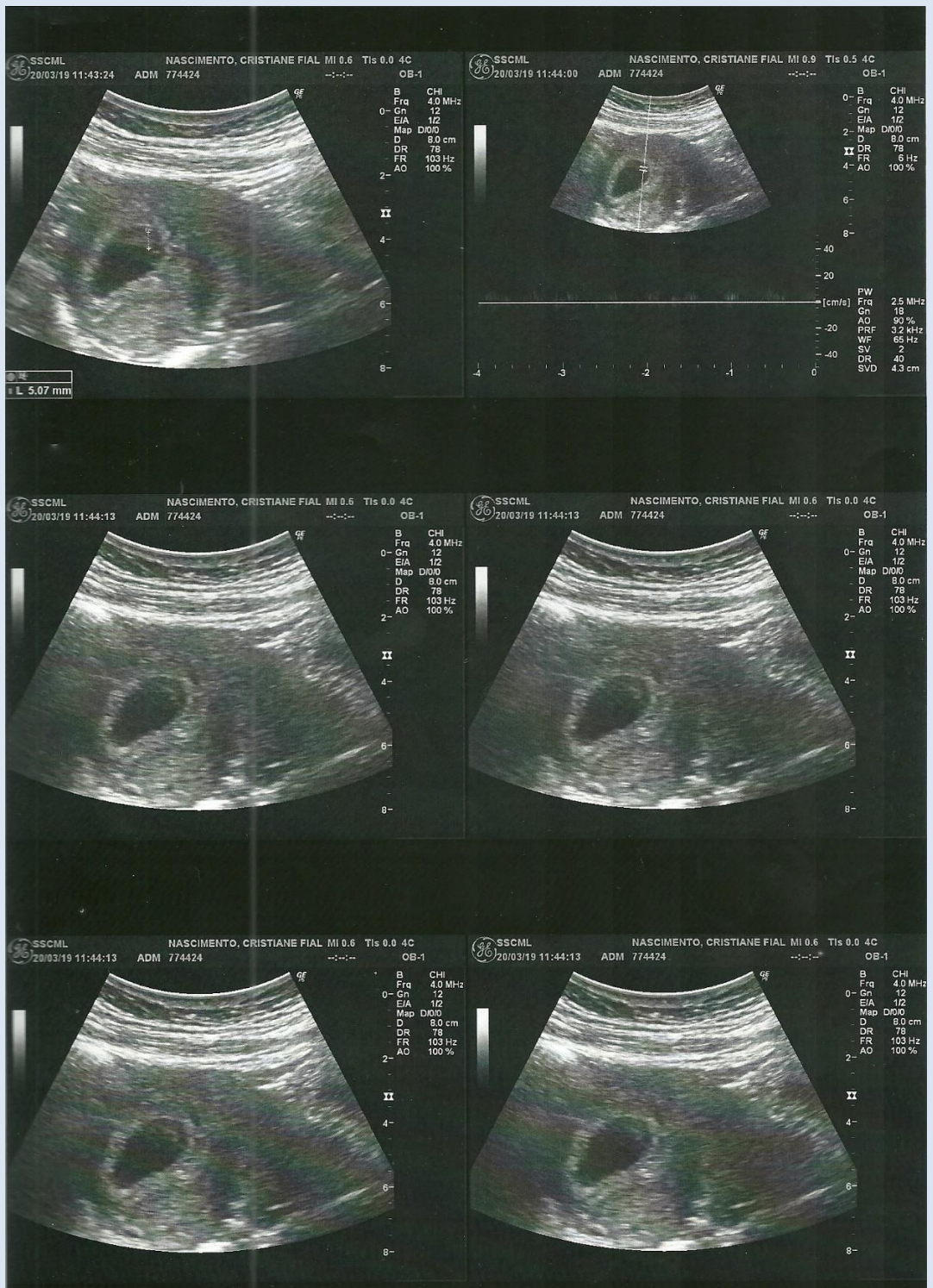


FIG. 1 – PRIMEIRA ECOGRAFIA REALIZADA NO CENTRO DE IMAGIOLOGIA DE DIAGNÓSTICO MÉDICO (IMAG – CDRE), EM MEM MARTINS, EM 20/03/2019.

Esta primeira ecografia, assinada pelo Dr. Cândido de Freitas, médico Ginecologista e Obstetra, concluiu que a Cris estava grávida de um feto com seis semanas, e apesar de não haver movimentos corporais havia boa dinâmica cardíaca embrionária (+- 120 p.m.).

Em 27/03/2019, a Cris teve nova consulta na Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados Tapada das Mercês (USF Tapada), tendo sido novamente observada pelo Dr. Ricardo Baptista. Levou consigo o resultado da primeira ecografia. O Dr. Ricardo Baptista encaminhou a Cris para o HPP Hospital de Cascais - Dr. José de Almeida, para realizar nova ecografia e ser seguida por obstetra especialista, uma vez que já tinha 41 anos, o que era uma gravidez de risco. Poucos dias depois seria contactada pelo Hospital de Cascais para a primeira consulta de obstetrícia, agendada para 11/04/2019.

O Hospital de Cascais - Dr. José de Almeida era uma unidade hospitalar de excelente qualidade que na área materno-infantil estendia a sua influência à freguesia de Algueirão-Mem Martins. A realização da primeira ecografia (ou ecografia do primeiro trimestre) nesta unidade de saúde, um exame rodeado de grande expectativa e emoção por permitir ver os primeiros contornos do bebé e o bater do seu coração, na qual são efetuadas as primeiras medições que permitem datar o início da gravidez e indicar o seu termo, dava aos pais maior tranquilidade.

Em 11/04/2019, acompanhada pelo Marco, a Cris realizou consulta de enfermagem, para controlo de peso e pressão arterial, e de seguida realizou consulta de obstetrícia no Hospital de Cascais. Foi observada pela Dra. Isabel Martins. A médica começou por lhe dar indicações detalhadas de como o processo iria seguir e dos exames que iria ter de realizar até à data do parto. Com base na primeira ecografia, realizada na IMAG, indicou como provável que o feto fosse do sexo masculino. A Cris ficou pálida. Estava muito esperançosa que pudesse ser uma menina para lhe poder “fazer tranças no cabelo” e irem ambas “fazer coisas de mulheres”. Não aceitou o prognóstico, que apenas decorria da experiência da médica, até ter provas contundentes. Estava em tal modo de negação que fez uma aposta com a médica, apostou um lanche, que perdeu quando se confirmou, mais tarde, que era um menino.

“A Dra. Isabel Martins logo na primeira ecografia disse: “vejo que é um menino”. Não acreditei, pensei que era uma menina porque já tinha um menino, queria uma menina, e com as poucas semanas que ainda tinha o bebé não parecia viável ver o seu sexo, ela podia estar enganada. Fizemos uma aposta, e se perdesse tinha de levar um lanchinho na próxima consulta com ela” (Cristiane Fialho do Nascimento, em 23/08/2019).

Nesta consulta de 11/04/2019, a Dra. Isabel Martins prescreveu-lhe análise clínicas, que realizou no próprio dia no Hospital de Cascais, uma nova ecografia, que viria a realizar no dia 30/04/2019, também no Hospital de Cascais, e ainda um teste precoce duplo de despistagem de trissomia 21. A despistagem pré-natal das trissomias não é obrigatória, mas a Cris deu consentimento para a sua realização, porque o risco de trissomia 21 aumenta com a idade.¹

No dia 30/04/2019, pelas 9h15, acompanhada pelo Marco, a Cris realizou a segunda ecografia da gravidez, a primeira no Hospital de Cascais (ecografia do primeiro trimestre). A Dra. Isabel Martins começou por colocar um gel sobre o abdómem, e depois passou o transdutor sobre o gel, pressionando, mas devido a alguma gordura acumulada da Cris, e também por não ter previamente bebido bastante água, porque ninguém lho tinha comunicado, o feto não era detetado com a definição necessária à observação. Quando a bexiga está cheia o útero é mais facilmente visível. A médica recorreu a uma sonda especial que colocou na vagina (ultrassom intravaginal), e, finalmente, começaram a surgir no computador imagens dos primeiros contornos do bebé, e foi possível realizar com sucesso a observação. Com grande profissionalismo, a médica concluiu que a criança estava bem de saúde, voltou a sugerir que era um menino, e entregou um relatório detalhado sobre tudo o que observou, que se arquivou a seguir.

A médica também informou o resultado do teste de despistagem de trissomia, que deu “risco fraco” (o risco calculado foi de 1/161), e que exarou

¹ A despistagem pré-natal das trissomias é proposta a qualquer mulher grávida no primeiro trimestre – entre a 11.ª e a 14.ª semana – de gravidez, para determinar o risco de anomalias cromossómicas no feto. A idade da paciente, em combinação com a translucidez da nuca e as análises ao sangue (marcadores bioquímicos PAPP-A e B-HCG livre), permitem um cálculo de probabilidade estatística do feto ser portador de trissomias 21, 18 e 13.

no relatório que se arquiva a seguir. Ou seja, era muito baixo o risco do Benjamin poder ter trissomias. Com este resultado, deixaram de ser necessários testes de diagnóstico complementares, bastou o seguimento ecográfico habitual. Todavia, devido à idade da Cris, recomendou-lhe a amniocentese (recolha e análise de líquido amniótico para determinar se o feto tinha anomalias cromossómicas), que ela viria a fazer.

Hospital de Cascais - Dr. José de Almeida
Serviço de Ginecologia/Obstetria

Utente: Cristiane Fialho Nascimento

Data de nascimento: 16 de janeiro de 1978

Data do exame: 30 de abril de 2019

Número de processo: 9201061

Examinada em: 30 de abril de 2019.

Informação clínica:

Grupo étnico: Leucodérmico.

Paridade: 1; Partos espontâneos entre as 16 e as 30 semanas: 0; entre as 31 e as 36 semanas: 0; Partos às ou após as 37 semanas: 1.

Peso materno: 73,3 Kg; Altura: 157,0 cm.

Fumadora nesta gravidez: Não fumadora; Diabetes mellitus: Não; Hipertensão crónica: Não; Lupus eritematoso sistémico: Não; Síndrome antifosfolipídico: Não; Pré-eclâmpsia na gravidez anterior: Não; Feto pequeno prévio: Não; Mãe da paciente teve pré-eclâmpsia: Não.

Conceção: espontânea.

Última menstruação: 2/02/2019

DPP pela data: 9/11/2019

Ecografia do primeiro trimestre:

Ecógrafo: Gabinete 11.

Idade gestacional: 12 semanas e 3 dias (pela data) **DPP pela ecografia:** 09/11/2019

Achados: Feto vivo

Actividade cardíaca fetal: Presente

Frequência cardíaca fetal (FCF): 161 bpm

Comprimento crânio caudal (CCC): 65,8 mm

Translucência da nuca (TN): 1,40 mm

IP Ducto venoso: 1,12

Placenta: Posterior

Líquido amniótico: Normal

Cordão umbilical: 3 vasos, Inserção do cordão: Central

Marcadores cromossómicos:

Ossos do nariz: Presentes; Doppler da tricúspide: Normal.

Anatomia fetal:

Crânio/cérebro: Aparentemente normal; Coluna: Insuficientemente avaliado; Coração: Visível; Abdómen: Aparentemente normal; Estômago: Visível; Bexiga: Bexiga vista; Mãos: Ambas visíveis; Pés: Ambos visíveis.

Bioquímica soro materno

Amostra colhida em: 23 de Abril de 2019. Equipamento: BRAHMS Kryptor.

B-hCG livre:	76,51 IU/l	equivalente a 1,956 MoM
PAPP-A:	1,050 IU/l	equivalente a 0,488 MoM
IP médio artéria uterina:	1,515	equivalente a 0,973 MoM
Pressão arterial média:	75,84 mmHg	equivalente a 0,875 MoM

Cálculo do risco

A paciente foi informada e deu o seu consentimento.

Operador FMF: Isabel Martins, FMF Id: 20015

Condição	Risco Basal	Risco corrigido
Trissomia 21	1:57	1:161
Trissomia 18	1:141	1:2827
Trissomia 13	1:443	1:8861
Pré-eclâmpsia antes das 34 semanas		1:4869
Restrição de crescimento fetal antes das 37 semanas		1:227

O risco basal de aneuploidias é baseado na idade materna (41 anos). O risco corrigido é o risco no momento do rastreio, calculado a partir do risco basal, dos dados ecográficos (na espessura da translucência da nuca fetal, no Doppler do ducto venoso, na frequência cardíaca fetal) e da bioquímica no soro materno (PAPP-A, beta-hCG livre).

Os riscos e pré-eclâmpsia e de restrição de crescimento fetal são baseados nas características demográficas maternas, nos antecedentes médicos e na história obstétrica, no Doppler das artérias uterinas, na pressão arterial média (PAM) e PAPP-A.

Todos os marcadores biofísicos e bioquímicos foram corrigidos tendo em conta várias características maternas, incluindo: o grupo étnico, o peso, a altura, os hábitos tabágicos, o método de conceção e a paridade.

O risco estimado foi calculado pelo software FMF-2012 (versão 3,4) e é baseado nos resultados de extensa investigação coordenada pela Fetal Medicine Foundation (organização sem fins lucrativos, registada no Reino Unido com o n.º 1037116). O risco só é válido se a ecografia for efetuada por um operador certificado pela Fetal Medicine Foundation, que submeta regularmente os seus resultados à auditoria desta instituição (ver www.fetalmedicine.org).

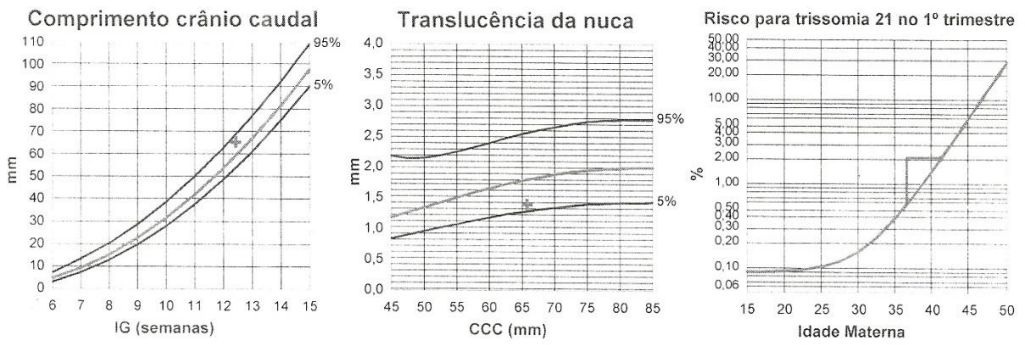


FIG. 2 – CÁLCULO DO RISCO PARA A TRISSOMIA 21 NA ECOGRAFIA DO PRIMEIRO TRIMESTRE, REALIZADA NO HOSPITAL DE CASCAIS, EM 30/04/2019.

Conclusões

Diagnóstico: Rastreo combinado positivo

Comentários

Feto com boa vitalidade com 12 semanas e 3 dias cronológicas.

Não se observam anomalias nesta idade gestacional.

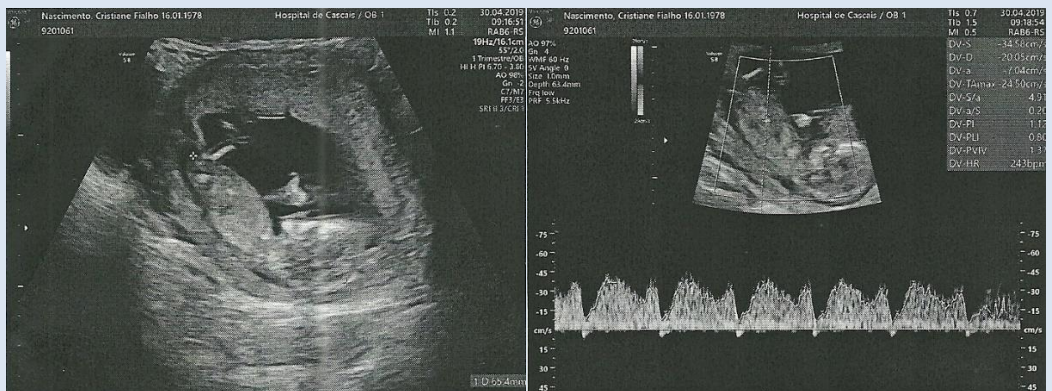
O risco de trissomia 21 combinando idade materna, translucência da nuca e os marcadores bioquímicos PAPP-A e B-HCG livre **é de 1/161**, reduzido quando comparado com o risco relacionado com a idade.

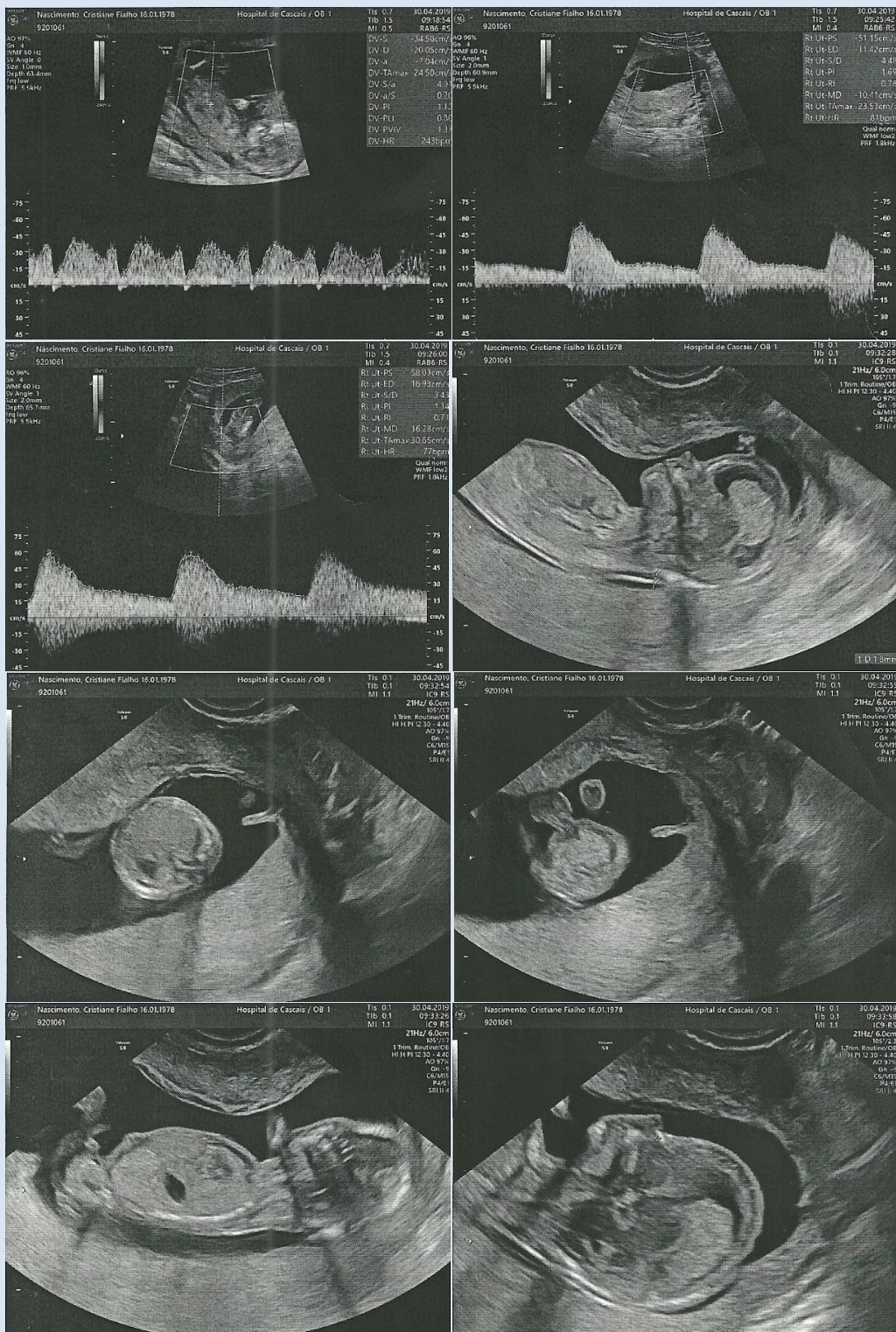
Fluxometria das artérias uterinas sem alterações.

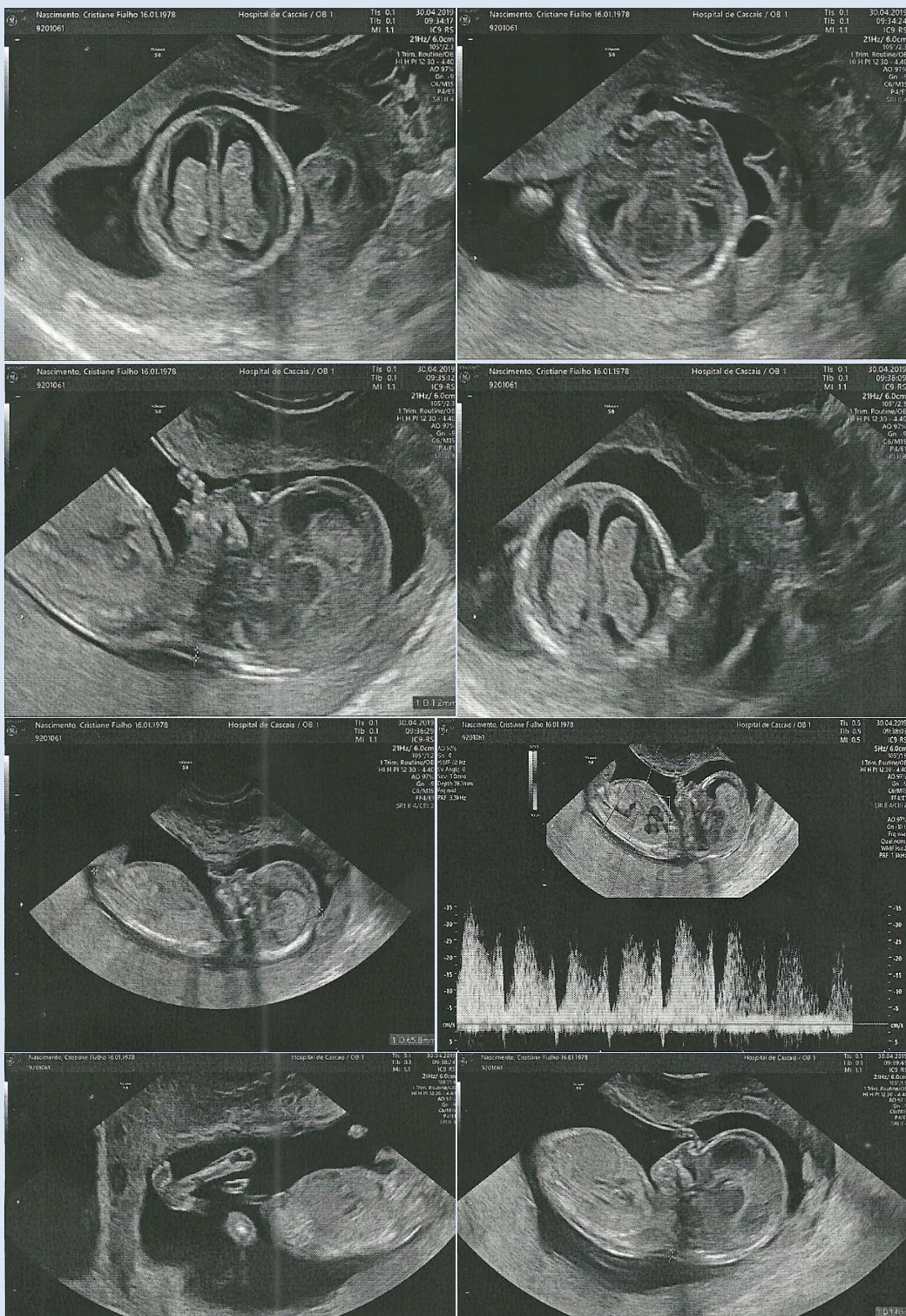
Risco de pré-eclâmpsia precoce de 1/4869.

Decide realizar BVC para estudo de cariotipo fetal.

Dra. Isabel Martins







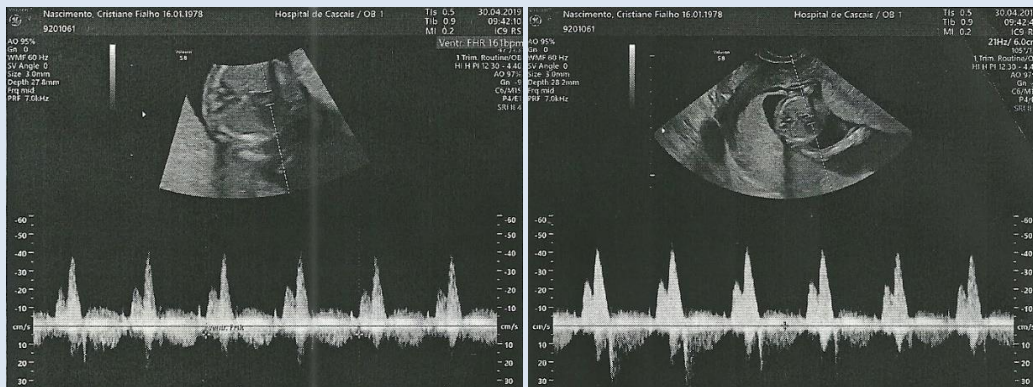


FIG. 3 – IMAGENS DA ECOGRAFIA DO PRIMEIRO TRIMESTRE, REALIZADA NO HOSPITAL DE CASCAIS, EM 30/04/2019.

Em 7/05/2019, a Cris foi novamente ao Hospital de Cascais para fazer a amniocentese, também realizada pela Dra. Isabel Martins.

A recolha deste líquido requer a punção do saco amniótico, onde está o feto, utilizando uma agulha que atravessa a parede abdominal até chegar ao útero. O trajeto e os movimentos da agulha são orientados por ecografia, de modo a evitar o contacto com o feto. Depois de a agulha atingir o interior do saco amniótico, é aspirada uma pequena quantidade de LA, volume que o organismo repõe rapidamente em poucas horas. Posteriormente são analisadas as células de origem fetal presentes no líquido amniótico, e cujos cromossomas são os mesmos do feto.

O Marco acompanhou o processo, esteve todo o tempo ao lado da Cris, estavam de mãos dadas, também estava com o coração nas mãos, ao ver a agulha próxima do bebé, mas tentava transmitir-lhe calma, porque ela estava muito impaciente reclamando da dor, e quase em histeria com receio de que este exame pudesse fazer mal ou levar à perda do bebé.

Não obstante o risco acrescido deste exame, que naturalmente não sossegava os pais, a Cris vinha a evidenciar no quotidiano muita ansiedade e muito receio de perder o bebé devido à idade, às vicissitudes do quotidiano, e à perturbação laboral (laborava no atendimento telefónico do Hospital Lusíadas - grupo Lusíadas Saúde), e isso traduzia-se na quantidade e tipo de perguntas, algumas obstinadas, que fazia à Dra. Isabel Martins. A médica entendeu que para sua proteção e do feto era melhor ficar de baixa médica por um período inicial de 30 dias, e ter acompanhamento psicológico. A primeira sessão de psicologia no Hospital de Cascais realizou-

se no dia 31/05/2019, e foi assim descrita pela Cris: “*Só conversa, aff.*”. Entendia que estas consultas eram uma perda de tempo, e evitava-as.

No dia 21/05/2019, em nova consulta no Hospital de Cascais, a Dra. Isabel Martins informou os pais o resultado da amniocentese, que foi: sem risco de trissomia de 98%. Neste dia prescreveu a ecografia do 2º Semestre e um ecocardiograma, que os funcionários do Hospital de Cascais marcaram em outro Hospital, e confirmou que se tratava de um feto do sexo masculino. Era a confirmação de que a Cris tinha perdido a aposta, e tinha de levar o lanche à Dra. Isabel Martins.

No dia seguinte teve consultas de enfermagem e médica na Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados Tapada das Mercês (USF Tapada), para levar o resultado da amniocentese. A situação estava regular. O médico de família, Dr. Ricardo Baptista, não prescreveu novos exames complementares de diagnóstico, apenas análises clínicas de toxoplasmose e curva da glicemia, para controlo da diabetes gestacional, com a indicação de que eram para realizar no dia 20/07/2019. Os clínicos observaram uma pequena alteração da pressão arterial, o médico mandou monitorizar, não tendo posteriormente constituído qualquer perigo.

Assim como qualquer tipo de diabetes, a diabetes gestacional é uma doença que afeta o modo como as células utilizam a glicose (açúcar), provocando níveis elevados desta substância no sangue, situação que pode afetar o curso da gravidez e a saúde do bebê. A diabetes gestacional tem uma particularidade, que se verificou com a Cris: surgiu durante a gravidez, foi sendo monitorizada, não causou danos, e desapareceu após o nascimento do bebê.

Sabendo que era um menino, os pais iniciaram o debate para a escolha do nome, e concordaram com Benjamin, seguido do sobrenome da mãe, Fialho, e, por fim, do sobrenome do pai, Santos, ficando: Benjamin Fialho dos Santos. De seguida auscultaram o Enzo, que gostou do nome Benjamin, porque lhe remetia para a série de desenhos animados norte-americana “Ben Ten” (ou Ben 10), criada por “Man of Action” (um grupo formado por Duncan Rouleau, Joe Casey, Joe Kelly e Steven T. Seagle), e produzida pelo Cartoon Network Studios, de que gostava imenso. Esta série era sobre um menino de dez anos que usava um dispositivo extraterrestre em formato de

relógio de pulso, que a cada série era renovado ou trocado. Era o chamado Omnitrix, que permitia que ele se transformasse em diversas criaturas alienígenas. A 23/07/2019, ficou decidido pelos pais e pelo irmão que o nome seria “Benjamin Fialho dos Santos”.

Em 26/06/2019, a Cris teve nova consulta no médico de família, na Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados Tapada das Mercês (USF Tapada), de rotina, para acompanhamento.



FIG. 4 – COMEMORAÇÃO DO ANIVERSÁRIO DE PATRÍCIA GARCIA, JÁ COM QUATRO MESES DE GRAVIDEZ, NO NCLUBE - VALE DE SÃO GIÃO, MILHARADO, MAFRA, EM 29/06/2019.

Em 29/06/2019, a amiga Patrícia Garcia, também conhecida por Patty, comemorou o seu quadragésimo aniversário (nasceu em 23 de junho de 1979) no “Ninho”, Grupo N – Nclube, localizado no Aldeamento de Vale de São Gião, Milharado, concelho de Mafra. O Enzo e os seus pais foram convidados e aceitaram o convite, tendo a Cris confeccionado o bolo de aniversário, com muito amor e carinho, e estava ótimo. Estava com quatro meses de gravidez, sendo já nítida a barriga.

No dia 3/07/2019, a Cris realizou o ecocardiograma no Hospital de Santa Cruz, na Av. Prof. Dr. Reinaldo dos Santos, 2790-134 Carnaxide, tendo sido acompanhada por João

Santos, seu cunhado, porque o Marco estava de viagem na terra natal, em Viseu.

No dia 4/07/2019, a Cris realizou a ecografia do 2º Trimestre no Hospital de Cascais. Foi observada pela Dra. Ana Simões. A médica apenas conseguiu ver a frente do bebé, que era a posição em que se encontrava. Foi necessário realizar uma outra ecografia, o que aconteceu a 15/07/2019. A seguir arquiva-se o relatório integral, juntamente com as imagens médicas.

Hospital de Cascais - Dr. José de Almeida
Serviço de Ginecologia/Obstetria

Dados da paciente:

Nome: Cristiane Fialho Nascimento

Data de nascimento: 16-01-1978

Grupo étnico: Leucodérmico

Número de processo: 9201061

Gravidez atual

Data da última menstruação: 02-02-2019

Conceção: Espontânea

DPP pela data: 09-11-2019

DPP pela ecografia: 09-11-2019

Grupo Rh: Negativo

Altura: 157,0 cm

Tabaco: Não fumadora

História obstétrica

2015 Nado vivo 40S + 3145g

Cesariana anterior: Não

Grávida: 2 Para 1

Exame

Data: 04-07-2019

Hora: 16:35

Departamento: Ecografia Obstétrica

Ecografia

Operador: Dra. Ana Simões

Ecógrafo: Gabinete 10

Qualidade da imagem: Limitada por adiposidade e desconformo da grávida

Idade gestacional: 21 semanas + 5 dias

Biometria / Anatomia

DBP:	56,1 mm
DOF:	69,2 mm
PC:	196,8 mm
CM:	4,2 mm
DTC:	24,9 mm
Atrium ventricular:	5,5 mm
PA:	190,2 mm
CF:	40,4 mm
DBP / DOF:	0,81
PC / PA:	1,03
DBP / CF:	1,39

Peso Fetal estimado: Hadlock (DBP-PC-PA-CF)

580 gr.

Atividade cardíaca fetal:	Presente
Movimentos fetais:	Normais
Apresentação/Situação:	Cefálica
Localização placentar:	Anterior não baixa
Líquido amniótico:	Normal
Cabeça:	Forma do crânio normal
Cérebro:	Hemisférios, ventrículos e fossa posterior aparentemente normais

Coluna

Comentários:	Insuficientemente avaliado
Parede abdominal:	Não foram observadas anomalias
TGI:	Estômago e intestinos aparentemente normais

Vias urinárias

Comentários:	Insuficientemente avaliado
Genitais:	Genitais masculinos normais

Avaliação do colo uterino

Comprimento cervical:	37,0 mm
-----------------------	---------

Estudo limitado por adiposidade materna e desconforto da grávida.

Gestação de 21 semanas e 5 dias.

Feto com boa vitalidade com apresentação cefálica.

Estudo morfológico incompleto pelo mau posicionamento fetal e adiposidade materno.

Colo uterino com 37 mm com Orifício interno fechado (Sonda vaginal).

Rever: coluna, rins, perfil e artérias uterinas.

Dra. Ana Simões





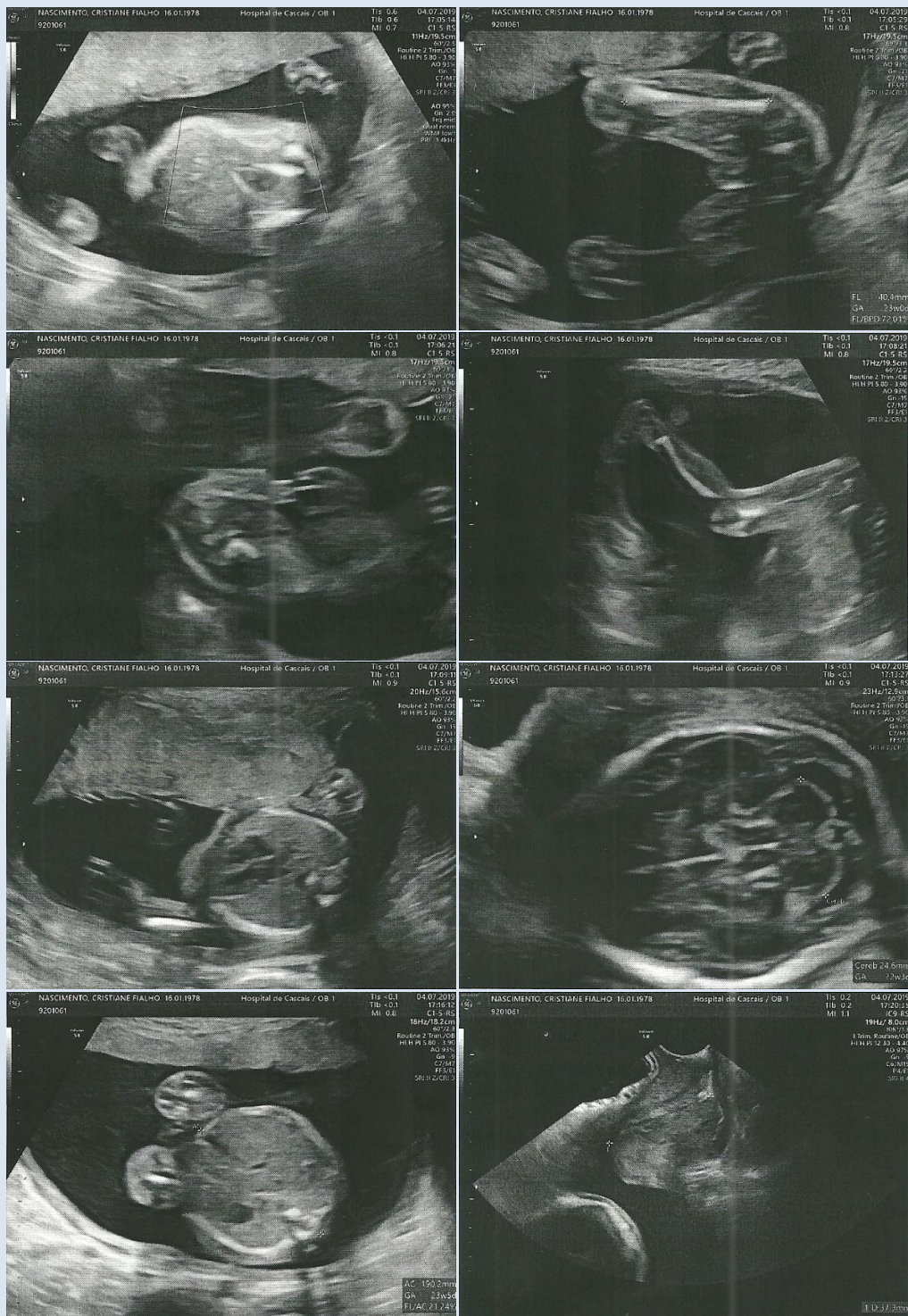


FIG. 5 – IMAGENS DA ECOGRAFIA DO SEGUNDO TRIMESTRE, REALIZADA NO HOSPITAL DE CASCAIS, EM 4/07/2019.



FIG. 6 – ENZO A CONVERSAR COM O IRMÃO NA BARRIGA DA MÃE, EM MEM MARTINS, EM 14/07/2019.

A chegada do Benjamin envolvia muitas mudanças para o Enzo. Ele se tornava o mais velho, deixava de ser o único e teria de compartilhar os pais com o irmão, tanto na atenção quanto no afeto. Mas isso não era relevante para ele, não demonstrava qualquer ciúme pelo irmão. Pelo contrário, andava muito animado por saber que o irmão estava para chegar, ansiava poder brincar com ele, idealizava que ele já saia da barriga da mãe pronto para brincar consigo. Isto acontecia porque os pais, pensando que estavam a agir certo, romantizavam a questão, e diziam-lhe que ia ter um irmão para brincar, um confidente e um amigo, levando-o a acreditar que era no imediato, quando na verdade iria demorar muito para que isso acontecesse. Era normal aproximar-se da barriga da mãe para a beijar e conversar com o irmão, gostava de o sentir a mexer, aliás, estimulava-o para que ele se mexesse, fazia desenhos na barriga da mãe, chegou a decorá-la com conchas, ajudava nas tarefas de casa para facilitar a vida dos pais, especialmente quando era na confeção de biscoitos, e contribuía de forma excepcional para o clima de alegria e felicidade que pontificava na sua família.



FIG. 7 – ENZO A BEIJAR A BARRIGA DA MÃE, DEMONSTRANDO CARINHO PELO IRMÃO, EM MEM MARTINS, EM 14/07/2019.



FIG. 8 – ENZO DEPOIS DE TER DORMIDO UM POUCO COM A CABEÇA JUNTO À BARRIGA DA MÃE, EM MEM MARTINS, EM 14/07/2019.



FIG. 9 – ENZO A ORNAMENTAR A BARRIGA DA MÃE COM CONCHAS, EM MEM MARTINS, EM 14/07/2019.



FIG. 10 – ENZO A AJUDAR OS PAIS A FAZER BISCOITOS DE MANTEIGA, EM MEM MARTINS, EM 14/07/2019.



FIG. 11 – ENZO A ABRAÇAR A MÃE, EM MEM MARTINS, EM 14/07/2019.



FIG. 12 – ENZO AJUDAR A MÃE A FAZER BISCOITOS DE MANTEIGA, OS QUE MAIS GOSTAVA, EM MEM MARTINS, EM 14/07/2019.

No dia 15/07/2019, a Cris voltou ao Hospital de Cascais acompanhada pelo Marco para realizar nova ecografia, para revisão do estudo morfológico da coluna, rins, perfil e artérias uterinas do bebé, que como já referido foi inconclusivo na ecografia do 2º Trimestre devido ao mau posicionamento fetal e adiposidade materna. Foi observada novamente pela Dra. Ana Bernardino Simões, que agendou novas datas para consultas de obstetria, medicina interna e nutrição. A seguir arquiva-se o relatório integral, juntamente com as imagens médicas.

Hospital de Cascais - Dr. José de Almeida
Serviço de Ginecologia/Obstetria

Dados da paciente:

Nome: Cristiane Fialho Nascimento
Data de nascimento: 16-01-1978
Grupo étnico: Leucodérmico
Número de processo: 9201061

Gravidez atual

Data da última menstruação: 02-02-2019
Conceção: Espontânea
DPP pela data: 09-11-2019
DPP pela ecografia: 09-11-2019
Grupo Rh: Negativo
Altura: 157,0 cm
Tabaco: Não fumadora

História obstétrica

Nado vivo 40S + 3145g
Cesariana anterior: Não
Grávida: 2 Para 1

Exame

Data: 15-07-2019
Hora: 16:05
Departamento: Ecografia Obstétrica

Ecografia

Operador: Dra. Ana Simões
Ecógrafo: Gabinete 11
Transabdominal
Idade gestacional: 23 semanas + 2 dias

Biometria / Anatomia

Peso Fetal estimado: Hadlock (DBP-PC-PA-CF)

Atividade cardíaca fetal: Presente

Movimentos fetais: Normais

Líquido amniótico: Normal

Face Não se observam sinais de fenda facial e as órbitas, nariz e mandíbula são aparentemente normais.

Ossos do nariz 8,4 mm

Coluna Não se observa espinha bífida ou cifoesciose

Genitais Genitais masculinos normais

Ecografia doppler

Artéria uterina

IP direita 0,710

Reavaliação do estudo morfológico anterior.

Gestação de 23 semanas e 2 dias.

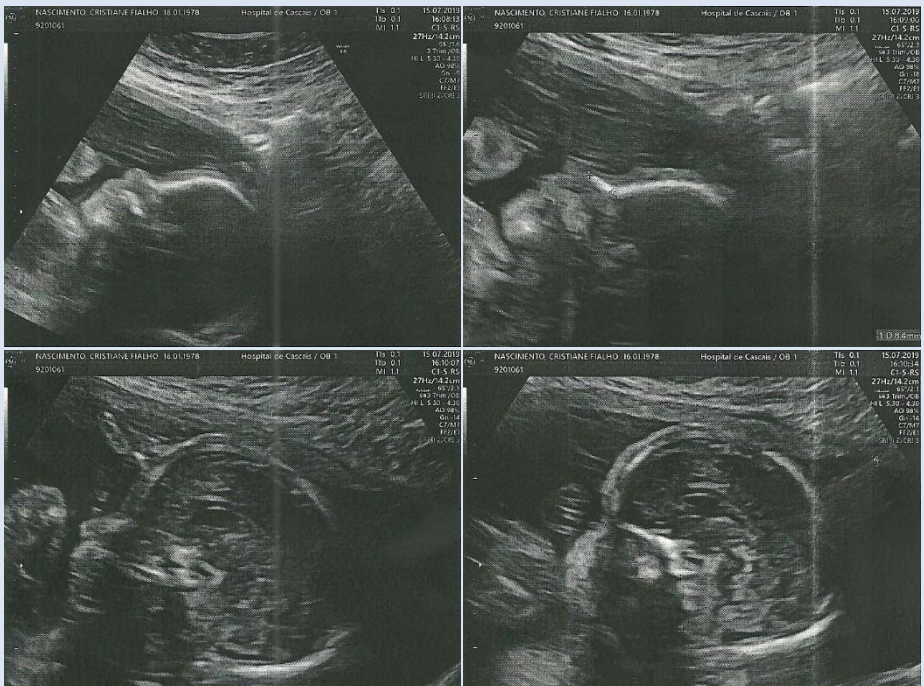
Feto com boa vitalidade com apresentação

Perfil, rins e coluna aparentemente normais para a idade gestacional.

Não se observam marcadores ecográficos de cromossomopatias.

Fluxometria das artérias uterinas sem alterações.

Dra. Ana Bernardino Simões



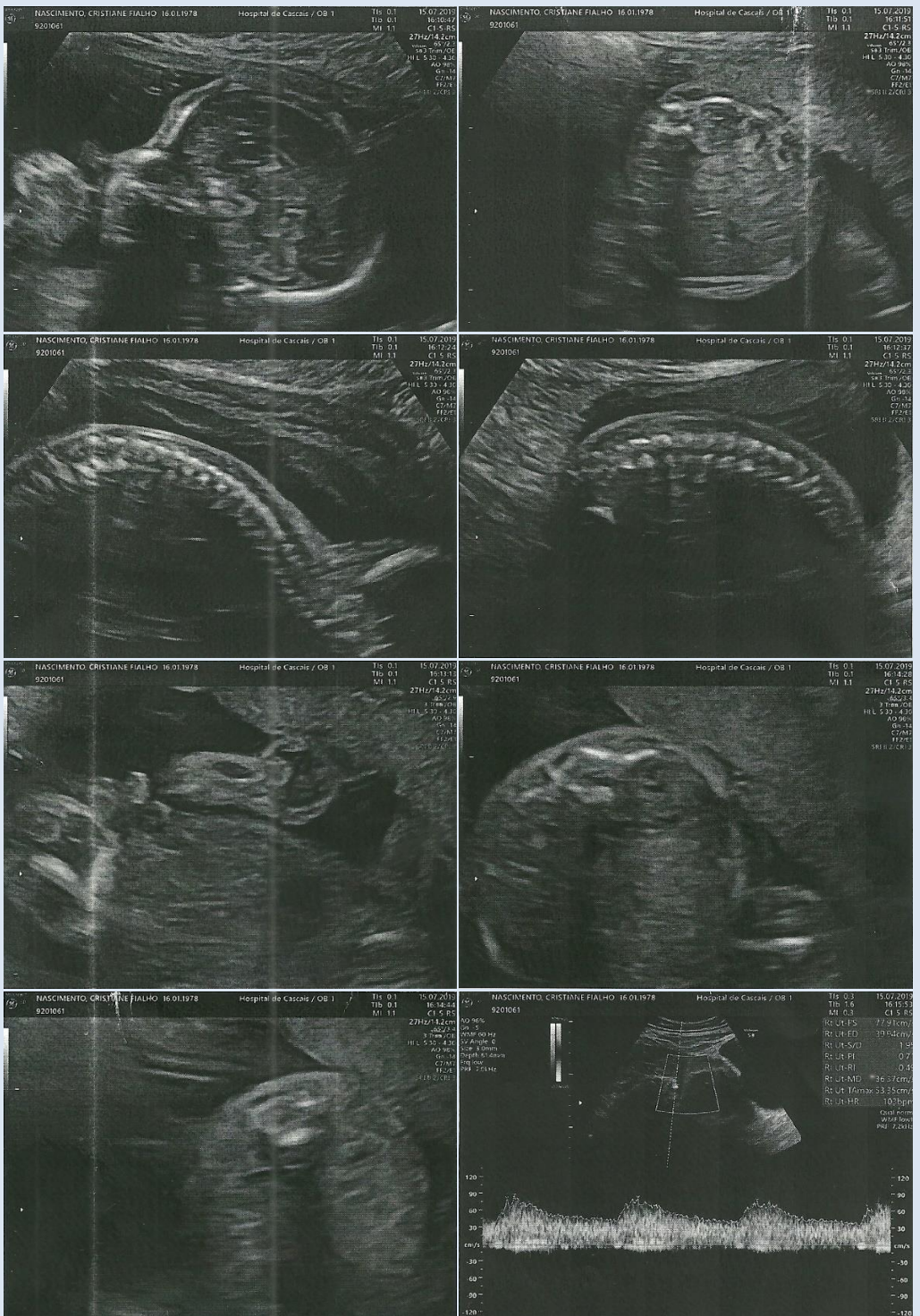


FIG. 13 – IMAGENS MÉDICAS DA ECOGRAFIA DE REVISÃO DO 2º TRIMESTRE, REALIZADA NO HOSPITAL DE CASCAIS, PELA DRA. ANA BERNARDINO SIMÕES, EM 15/07/2019.

No dia 29/07/2019, pelas 9h00, o Marco acompanhou a Cris ao Hospital de Cascais para mais duas consultas, uma primeira de enfermagem e uma segunda de obstetrícia - medicina materno fetal, com a Dra. Ana Bernardino Simões. Foi-lhe prescrito uma caixa de lancetas esterilizadas descartáveis para efetuar as picadas para medir a glicemia. No final da consulta de obstetrícia, a Cris foi encaminhada para a enfermagem de acompanhamento diabético, tendo sido agendadas três novas consultas de especialidade: medicina interna, nutricionista e obstetra pfc. A consulta de nutrição gestacional/diabetes visava ajustar a sua dieta alimentar, a consulta de medicina interna visava ensiná-la a usar o equipamento de picagem em casa (equipamento cedido pelo Hospital), para controlar a oscilação da glicose no sangue, no total de quatro picagens no dia, e para explicar o processo de acompanhamento do registo de picagem diários, e, por fim, a consulta de obstetrícia para acompanhamento do desenvolvimento do Benjamin.

A esta data já era bem visível o maior número de consultas por comparação com a primeira gravidez, essencialmente por ser uma gravidez de risco que recomendava maior acompanhamento clínico.

Em 31/07/2019, novamente presente no Hospital de Cascais, a Cris levantou a máquina para picagem e o manual de registo das picagens para acompanhamento da curva da glicose, e conversou com uma enfermeira de acompanhamento diabético que lhe deu indicações acerca das porções que devia consumir por dia, e das quantidades, portanto, ajustou a sua dieta alimentar, e ensinou-lhe a manusear o aparelho que faz a picagem. Neste dia levantou a caixa de lancetas esterilizadas descartáveis para efetuar as picadas várias vezes ao dia, para medir a glicemia, que lhe tinha sido prescrita na consulta de 29/07/2019.

A Cris começou de imediato a comer pequenas porções, cerca de 45 Gr. de carboidratos de cada vez, de duas em duas horas, a beber muita água, e abandonou os doces. Com esta dieta notou que o bebé deixou de se mexer tanto. Todavia, uma semana depois, provavelmente por já se ter ajustado à nova quantidade de açúcar no seu sangue, ele voltou a mexer-se com muita intensidade, principalmente à noite, quando ela queira dormir, o que se traduzia em noites mal dormidas. Foi assim até ao final da gravidez. Também começou de imediato as picagens dos dedos para medir a glicemia, e, inclusive, criou um alarme no telemóvel para a alertar quando tinha de

comer e de beber água, e quando tinha de fazer as picagens, cumprindo de forma rigorosa as orientações dos profissionais de saúde, o que ao longo dos meses se traduziu na perda de peso.

Nas primeiras vezes que a Cris fez a picagem dos dedos para medir a glicemia o Enzo estava muito atento, e questionou o motivo e se era doloroso. A mãe pensou em voz alta: “que menino atencioso”, e de seguida deu-lhe uma explicação sem muito detalhe: “tenho de fazer as picagens porque comi muitos doces, e o Benjamin não pode receber muito doce, a picagem é para controlar o açúcar que ele está recebendo”. O Enzo entendeu que a mãe se estava a sacrificar para proteger o seu irmão, encheu a mãe de carinho, para tentar atenuar o seu “sacrifício”, e sempre que podia ajudava-a a anotar no livro de registos os resultados das picagens. Efetivamente, a Cris odiava as picadas e as agulhas, como ela própria assumiu: “odeio agulha e mesmo que digam que não doi, para mim doi sim, sinto os dedos todos picadinhos” (Cristiane Fialho do Nascimento, em 7/08/2019).

No dia 14/08/2019, a Cris voltou ao Hospital de Cascais, acompanhada pelo Marco, como era normal. Primeiro, foi sujeita a uma consulta de enfermagem, para avaliação de vários parâmetros, sendo de destacar que tinha a pressão arterial controlada, pesava 78,6 Kg, e os batimentos cardíacos do bebé estavam regulares. Depois, foi sujeita a uma consulta de obstetrícia, para verificação da diabetes, com a Dra. Lurdes. A médica analisou os registos das picagens da glicemia e concluiu que tinha de reduzir o tipo e as quantidades de comida ao pequeno-almoço, porque ultrapassava o valor de 140 do índice glicémico, mas os valores do almoço e do jantar estavam dentro da normalidade, eram para manter. Devido ao risco de infeção ser maior para os portadores da diabetes, prescreveu-lhe novas análises ao sangue e à urina, que realizou em jejum na manhã do dia 16/08/2019.

Em 15/08/2019, o pai sentiu pela primeira vez o Benjamin a mexer-se na barriga da mãe, e foi por isso um dia para si muito especial. Antes, por diversas vezes, tinha colocado a mão na barriga da Cris para o sentir, em alturas em que ele estava em movimento, mas assim que ele sentia a mão parava. A mãe dizia na brincadeira que o pai era muito quente e tinha as mãos sempre muito quentes, e ele ao fugir do calor fugia da sua mão.

No dia 20/08/2019, acompanhada pelo Marco, a Cris fez nova deslocação ao Hospital de Cascais para realizar a ecografia do 3º Trimestre, cujo relatório e imagens médicas se reproduzem integralmente a seguir. Foi observada pela Dra. Isabel Martins. A médica informou os pais que o Benjamin estava com o peso normal, e numa posição caricata: estava de lado, de barriga para cima, e com os pés no rosto. Neste dia, o Benjamin não deixaria a mãe dormir, como ela própria escreveu no Facebook:

“A ecografia do 3 trimestre foi 20/08/2019. O Ben tem o peso normal. Estava de lado de barriga para cima com os pés no rosto. Agora são 05:16. Estou acordada desde 3:40, com ele acordado e saltitando. Como não adianta tentar dormir com ele mexendo que se farta, resolvi escrever... para que fique registado que me tirou noites de sono antes de nascer...” (Cristiane Fialho do Nascimento, em 20/08/2019).

Hospital de Cascais - Dr. José de Almeida
Serviço de Ginecologia/Obstetrícia

Dados da paciente:

Nome: Cristiane Fialho Nascimento

Data de nascimento: 16-01-1978

Grupo étnico: Leucodérmico

Número de processo: 9201061

Gravidez atual

Data da última menstruação: 02-02-2019

Conceção: Espontânea

DPP pela data: 09-11-2019

DPP pela ecografia: 09-11-2019

Grupo Rh: Negativo

Altura: 157,0 cm

Tabaco: Não fumadora

História obstétrica

2015 Nado vivo 40S + 3145g

Cesariana anterior: Não

Grávida: 2 Para 1

Exame

Data: 20-08-2019

Hora: 14:49

Departamento: Ecografia Obstétrica

Ecografia

Operador: Dra. Isabel Martins

Idade gestacional: 28 semanas + 3 dias

Biometria / Anatomia

DBP:	72,7 mm
DOF:	98,9 mm
PC:	269,5 mm
Atrium ventricular:	4,6 mm
DAT	81,9 mm
DAAP:	71,5 mm
PA:	241,0 mm
Úmero	50,1 mm
CF:	54,8 mm
DBP / DOF:	0,74
PC / PA:	1,12
DBP / CF:	1,33

Peso Fetal estimado: Hadlock (DBP-PC-PA-CF)

1.272 gr.

Percentil	65,6
Atividade cardíaca fetal:	Presente
Movimentos fetais:	Normais
Apresentação/Situação:	Cefálica
Localização placentar:	Anterior Alta
Líquido amniótico:	Normal
Cordão umbilical:	3 Vasos

Ecografia doppler

Artéria umbilical

IP	1,25
----	------

Avaliação do colo uterino

Comprimento cervical:	33,0 mm
-----------------------	---------

Estudo limitado por adiposidade materna e desconforto da grávida.

Gestação de 28 semanas e 3 dias.

Feto com boa vitalidade com apresentação cefálica.

Crescimento fetal no Percentil 65 (Peso estimado 1272 gr)

Não se observam anomalias nesta idade gestacional.

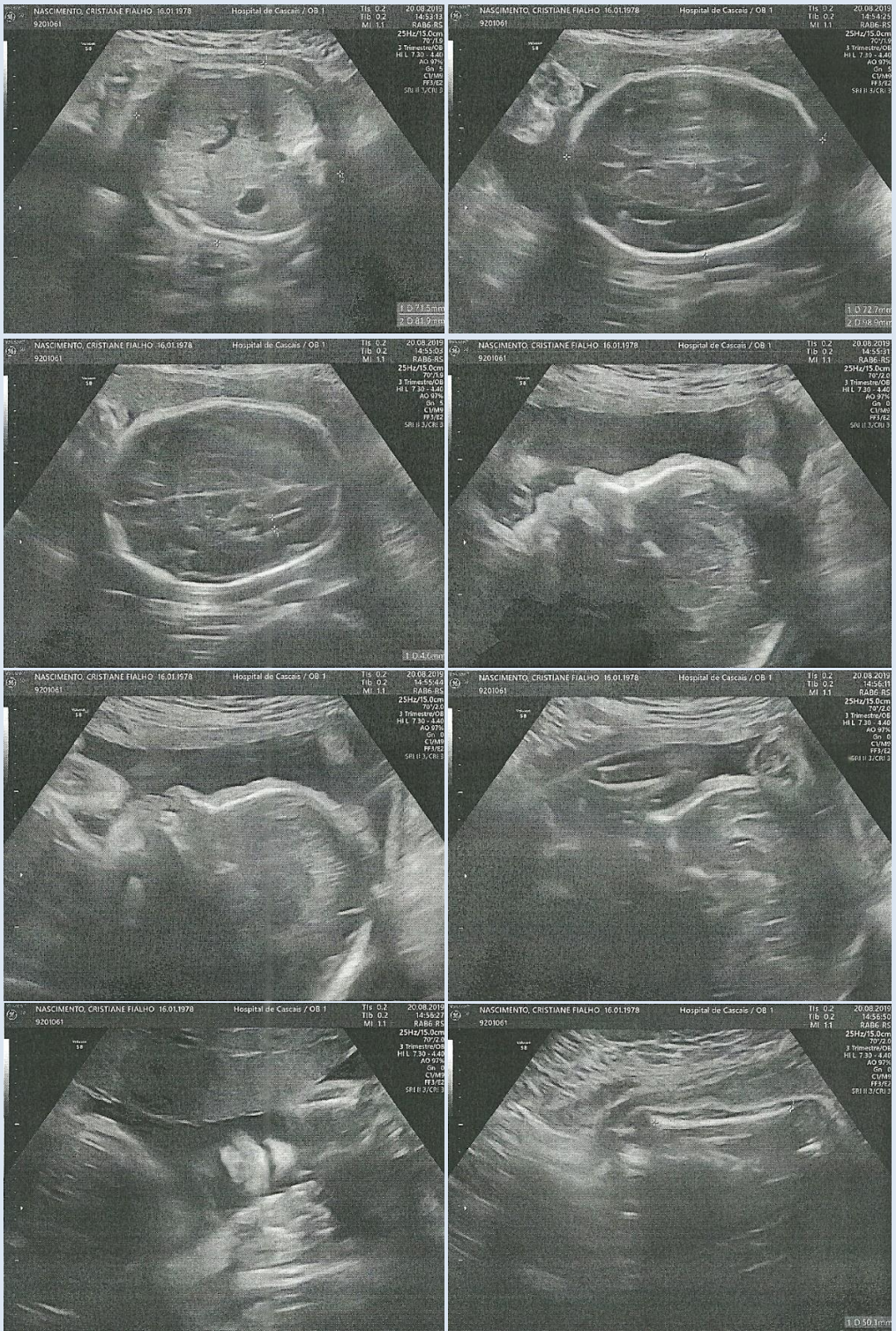
Doppler da artéria umbilical sem alterações.

Colo uterino com 33 mm.

Perfil biofísico 8/8

Marca eco para as 32 e 36 semanas

Dra. Isabel Martins



*Benjamin Fialho dos Santos. Os meus primeiros 10 anos de vida.
 Volume I - Do nascimento ao pré-escolar (até ao terceiro aniversário).*



FIG. 14 – IMAGENS MÉDICAS DA ECOGRAFIA DO 3º TRIMESTRE, REALIZADA NO HOSPITAL DE CASCAIS, PELA DRA. ISABEL MARTINS, EM 20/08/2019.

Como consta do relatório transcrito anteriormente, por a Cris ter desenvolvido diabetes e ser uma gravidez de risco, teria de fazer outras duas ecografias, uma com 32 semanas, que realizou em 24/09/2019, e outra com 36 semanas, que realizou em 14/10/2019, como se dá nota mais à frente. Ao total, a Cris realizou sete ecografias, a primeira na IMAG de Mem Martins, as outras seis no Hospital de Cascais.

Em 22/08/2019, nova consulta no médico de família, Dr. Tiago, na Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados Tapada das Mercês (USF Tapada), de rotina, para acompanhamento.

No dia 28/08/2019, a Cris teve nova consulta no Hospital de Cascais, tendo ido acompanhada pelo Marco. Primeiro foi observada pela obstetrícia, que analisou os resultados das últimas análises clínicas, indicou que estava tudo regular, e agendou nova consulta de 18/09/2019. Depois foi observada na área de medicina interna para os diabetes. A médica de serviço não gostou da evolução patente no livro de registo de picagens, especialmente no pequeno-almoço, que rondava o valor de 140 do índice glicémico. Indicou que o valor médio teria de ser mais baixo, muito mais baixo do que isso, e, prescreveu Metformina, um remédio hipoglicemiante oral indicado principalmente para o tratamento da diabetes tipo 2, que age reduzindo os níveis de açúcar no sangue, para níveis mais próximos do normal, e pode ser utilizada sozinha ou em associação com outros antidiabéticos orais. Este medicamento era tomado após o pequeno-almoço, e logo depois disso, pelo fresco da manhã, tinha de fazer uma caminhada de 30 minutos. Desta forma atacava o pico glicémico mais crítico, fazendo-o baixar. A médica agendou nova consulta para o dia 4/09/2019, para monitorizar a evolução do índice glicémico (a diabetes).

A Cris acatou todas as recomendações e começou a implementar no dia seguinte. A sua rotina passou a ser: acordar, preparar o Enzo para o Jardim Escola, e de seguida tomar o pequeno-almoço, o medicamento para o tratamento da diabetes, e fazer uma caminhada de 30 minutos no jardim urbano próximo da residência, em Mem Martins. Quando chegava a casa lanchava, geralmente leite de soja com “beiju de mandioca” (tradicional do Brasil).

Em 4/09/2019, a Cris voltou ao Hospital de Cascais para a consulta de monitorização dos diabetes, expectante de que a nova rotina tivesse diminuído o pico do índice glicémico ao pequeno-almoço. A médica confirmou que o índice glicémico tinha baixado de 140 para 99-100, o que eram boas notícias. No dia seguinte, 5/09/2019, e sem que tivesse relação, sentiu durante bastante tempo uma intensa dor pélvica, o que acreditou ser o bebé a mudar de posição:

“Hoje, em especial, tenho sentido uma dor pélvica continua desde cedo. Acho que ele [o bebê] está mudando de posição e me matando de dor” (Cristiane Fialho do Nascimento, em 5/09/2019).

No dia 12/09/2019, a Cris teve consulta de rotina, para acompanhamento, na Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados Tapada das Mercês (USF Tapada). Primeiro foi observada pela enfermeira, que verificou a pressão arterial, que estava normal, e não havendo aumento de peso. Depois foi consultada pelo médico de família. Como não tinha exames para apresentar, o médico limitou-se a ver como estava o desenvolvimento do bebê.

Em 18/09/2019, acompanhada pelo Marco, regressou ao Hospital de Cascais para consulta de obstetrícia, tendo a médica solicitado novos exames de laboratório, que realizou neste Hospital no dia 23/09/2019. Pela ocasião foi feita a monitorização dos registos das picagens, estando no essencial controlado o índice glicémico.

“Dia 18/09. Hospital de Cascais. Primeiro foi observada pela enfermeira que tirou pressão, peso e ouviu o coração (tudo normal). Depois fui para a obstetra que viu os dados da enfermeira e prescreveu exames de laboratório para ver urina, toxoplasmose e outros. Em seguida fui na medicina interna para ver as picagens e a médica constatou que em alguns dias a picagem em jejum passava de 96. Isso aconteceu porque nesses dias acordei às duas da manhã, não consegui dormir de imediato, e tive de fazer refeições pequenas para manter o nível glicémico, o que gerou, nesses dias, um descompasso na picagem do jejum pela manhã, às 7h00. Isto também aconteceu porque não tomei dois comprimidos de Nausefe, para dar a sonolência” (Cristiane Fialho do Nascimento, em 23/09/2019).

A quantidade de consultas e exames, quer no Hospital de Cascais, quer na USF Tapada, que sempre foi avassaladora, tornava-se ainda mais intensa por necessidade de monitorizar a gravidez e risco. Não havia uma semana em que não existisse necessidade de deslocação a uma unidade de saúde, para observação ou realização de exames. Se por um lado isso era bom, porque evitava constrangimentos desnecessários e dava aos pais melhores garantias de que tudo corria pelo melhor, por outro lado a situação era

muito complicada para o Marco, que queria acompanhar a Cris, ajudar no que fosse possível, e estava completamente submerso de trabalho no âmbito da investigação que estava a realizar para a sua tese de doutoramento subordinada ao tema da pesca comercial no estuário do rio Tejo. Havia dias que não tinha descanso: de dia acompanhava a sua mulher nas múltiplas diligencias relativas à gravidez, e de noite fazia o seu trabalho académico. Sempre que parava uns minutos, fosse onde fosse, adormecia. Adormecia mesmo a brincar com o Enzo. Andava excessivamente cansado, exausto, e nem sempre o humor era o melhor.

No dia 22/09/2019, os pais realizaram o chá de fraldas no Parque Central da Amadora, localizado na Estrada Central, coordenadas de GPS: longitude — 9°14'5.06"W (-9.234738) e latitude — 38°45'39.74"N (38.761036). Este parque tinha passado recentemente por profundas obras de renovação e de valorização paisagística, era uma infraestrutura de lazer moderna com tudo o que era necessário para o evento, e beneficiava de uma das amigas da Cris, a Cleide Fernandes, residir aqui próximo, ajudando no necessário apoio logístico.

O principal elemento de atração deste parque era a zona do lago, que tem como tema principal a água. Aqui as pessoas deixam de ser “espectadores” e passam a ser “atores”, com um sem número de atividades, nomeadamente os passeios de gaivotas, atividades recreativas em jangadas, disponibilização de canoas e de grandes bolas insufladas para crianças e adultos brincarem em cima da água. A água do lago era devidamente tratada, o que permitia realizar estas atividades em segurança, que a Cris, o Marco e o Enzo realizaram. O lago ainda era apoiado por um edifício multifunções associado a uma extensa área de esplanada, onde eram disponibilizadas instalações sanitárias de apoio a todo o parque. O segundo elemento de atração deste parque, e que também foi considerado na escolha, foram os dois equipamentos para crianças: o Espaço de Jogo e Recreio Interativo e o Espaço de Recreio Infantil e Juvenil. O Enzo divertiu-se imenso nestes espaços.

O chá de fraldas, que tem forte tradição popular no Brasil onde também é conhecido como chá de bebê, chá de cegonha e chá de berço, é uma das praxes que acompanha a formação das famílias de brasileiros em diáspora (imigração), e celebra a chegada do novo integrante. É um evento onde os

futuros pais recebem presentes para o seu bebé que está para chegar, geralmente fraldas, o que dá o nome ao evento, mas também outros produtos de cuidados para bebés. No passado, o chá de fraldas era oferecido apenas à futura mãe e só as mulheres e as crianças participavam. A prática começou a mudar, e já é comum homens participarem do evento, como aconteceu no chá de fraldas do Benjamin.

No chá de fraldas participou a Cris, o Marco e o Enzo, a Cleide Fernandes (o seu marido não pôde estar presente), que foi fundamental para o apoio logístico, o João António Neves dos Santos e o filho Rodrigo Amorim, irmão e sobrinho do Marco, a Maria Cristina, que trabalhava com a Cris na MEO - Serviços de Comunicações e Multimédia, S.A., e a sua filha Leizanete, a Jacqueline Danitza Rivas del Castillo Fernandes, junto com a sua mãe Juana Maria del Castillo e a sua filha Joana Isabel del Castilho Fernandes (o seu marido Fernando Fernandes, não pôde estar presente), e Carlos Filipe e Jesuína Filipe, amigos da família.

Para o chá de fraldas a Cris preparou salgados (coxinha de frango, rissóis de frango e carne, pão de queijo, quibe frito e esfirras), comidas (empanada mista, arroz de pato, frango à brasileira e batata frita) e doces (pé-de-moleque, brigadeiro de vários sabores, pamonha, quindim, tapioca, pudim de leite e goiabada) e bebidas (águas, sumos e néctares). O brigadeiro tradicional era o seu doce preferido. Neste dia não resistiu às gostosuras e não cumpriu a dieta, comeu um pouco de cada coisa, muitos doces e frituras, e quando chegou à noite sofreu com azia. Acordou de três em três horas para tomar Kompensan, um medicamento indicado para o alívio da azia e sensação de enfiamento causados pelo excesso de acidez no estômago.

“O Chá de fraldas do Ben foi em 22/09, no Parque da Amadora, e como era de esperar com tanta coisa gostosa e brigadeiro que é meu doce preferido, a dieta foi para o espaço, porque eu comi um pouco de cada coisa. Depois sofri a noite inteira com azia por conta de fritura e doce, acordei de 3 em 3 horas para tomar Kompensan para azia. Quando acordei em jejum ainda tinha azia. Foi duro, mas matei minha cegueira. Sobrou brigadeiro da festa. Congelei para não comer e para guardar para o Marco. Mas não consegui resistir. O doce no congelador ia me chamando eu fui comendo no decorrer da semana até ele acabar...ou acabar comigo...” (Cristiane Fialho do Nascimento, em 23/09/2019).



FIG. 15 – PREPARAÇÃO DO CENÁRIO PARA O CHÁ DE FRALDAS DO BENJAMIN, NO PARQUE CENTRAL DA AMADORA, EM 22/09/2019.



FIG. 16 – JOÃO SANTOS E O FILHO RODRIGO AMORIM, CRIS FIALHO, JUANA MARIA DEL CASTILLO E A SUA FILHA JACQUELINE DANITZA RIVAS DEL CASTILLO FERNANDES, QUE ESTÁ SENTADA JUNTO DO MARCO, NO CHÁ DE FRALDAS DO BENJAMIN, NO PARQUE CENTRAL DA AMADORA, EM 22/09/2019.

FIG. 17 – MARIA CRISTINA, QUE TRABALHAVA COM A CRIS NA MEO - SERVIÇOS DE COMUNICAÇÕES E MULTIMÉDIA, S.A., E A SUA FILHA LEIZANETE, NO CHÁ DE FRALDAS DO BENJAMIN, NO PARQUE CENTRAL DA AMADORA, EM 22/09/2019.



FIG. 18 – ALGUNS DOCES E SALGADOS, INCLUINDO O BOLO PRINCIPAL (À ESQUERDA), SERVIDOS NO CHÁ DE FRALDAS DO BENJAMIN, NO PARQUE CENTRAL DA AMADORA, EM 22/09/2019.





FIG. 19 – JUANA MARIA DEL CASTILLO E A SUA FILHA JACQUELINE DANITZA RIVAS DEL CASTILLO FERNANDES, QUE ESTÁ SENTADA JUNTO DO MARCO, NO CHÁ DE FRALDAS DO BENJAMIN, NO PARQUE CENTRAL DA AMADORA, EM 22/09/2019.

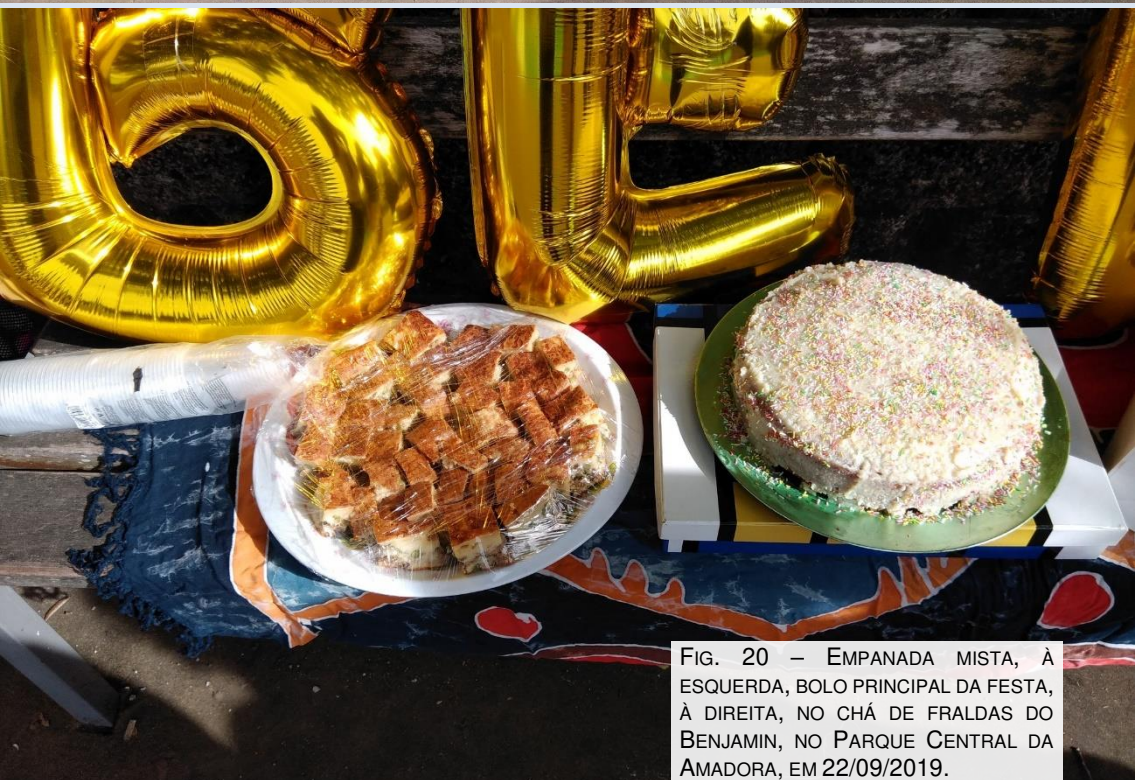


FIG. 20 – EMPANADA MISTA, À ESQUERDA, BOLO PRINCIPAL DA FESTA, À DIREITA, NO CHÁ DE FRALDAS DO BENJAMIN, NO PARQUE CENTRAL DA AMADORA, EM 22/09/2019.



FIG. 21 – CRIS ENTRE CARLOS FILIPE E JESUÍNA FILIPE, CASAL AMIGO DA FAMÍLIA, NO CHÁ DE FRALDAS DO BENJAMIN, NO PARQUE CENTRAL DA AMADORA, EM 22/09/2019.



FIG. 22 – CRIS FIALHO E JACQUELINE DANITZA RIVAS DEL CASTILLO FERNANDES, SUA AMIGA, NO CHÁ DE FRALDAS DO BENJAMIN, NO PARQUE CENTRAL DA AMADORA, EM 22/09/2019.

*Benjamin Filho dos Santos. Os meus primeiros 10 anos de vida.
Volume I - Do nascimento ao pré-escolar (até ao terceiro aniversário).*



FIG. 23 – CRIS FIALHO COM VÁRIAS NOTAS ADESIVAS COLADAS NA CAMISOLA, NA ZONA DA BARRIGA, DECORRENTE DE UM JOGO QUE OS PARTICIPANTES JOGARAM, NO CHÁ DE FRALDAS DO BENJAMIN, NO PARQUE CENTRAL DA AMADORA, EM 22/09/2019.



FIG. 24 – ENZO A EXIBIR A SUA BOA FORMA FÍSICA, ESTANDO AO FUNDO O LAGO ONDE SE OBSERVAM AS MÚLTIPLAS ATIVIDADES DISPONÍVEIS, NO CHÁ DE FRALDAS DO IRMÃO BENJAMIN, NO PARQUE CENTRAL DA AMADORA, EM 22/09/2019.

*Benjamin Filho dos Santos. Os meus primeiros 10 anos de vida.
Volume I - Do nascimento ao pré-escolar (até ao terceiro aniversário).*



FIG. 25 – CRIS FIALHO E CLEIDE FERNANDES, SUA AMIGA, NO CHÁ DE FRALDAS DO BENJAMIN, NO PARQUE CENTRAL DA AMADORA, EM 22/09/2019.



FIG. 26 – MARCO SANTOS A PEDALAR NUM BARCO GAIVOTA, ESTANDO AO LADO ENZO SANTOS, SEU FILHO, E JOANA ISABEL DEL CASTILHO FERNANDES, FILHA DE JACQUELINE DANITZA RIVAS DEL CASTILLO FERNANDES, NO CHÁ DE FRALDAS DO BENJAMIN, NO PARQUE CENTRAL DA AMADORA, EM 22/09/2019.

*Benjamin Filho dos Santos. Os meus primeiros 10 anos de vida.
Volume I - Do nascimento ao pré-escolar (até ao terceiro aniversário).*

Nos dois dias seguintes voltou ao Hospital de Cascais, acompanhada pelo Marco: no dia 23/09/2019 para realizar análises clínicas (exames de sangue), e no dia 24/09/2019 para realizar a ecografia das 32 semanas, com a Dra. Isabel Martins, tendo o resultado sido positivo. O Benjamin estava a ter uma boa evolução. Pesava 2.417 gr. Os indicadores observados sugeriam que ia nascer com um peso superior ao do irmão Enzo, de acordo com o percentil 70.3. Já estava virado de cabeça para baixo. Esta ecografia, cujo relatório e imagens médicas se transcrevem na íntegra a seguir, foi necessária devido à condição da diabetes gestacional. Nesta altura o Benjamin mexia-se intensamente na barriga da mãe, dava-lhe “chutes cada vez mais consistentes”, como ela dizia.

Hospital de Cascais - Dr. José de Almeida
Serviço de Ginecologia/Obstetrícia

Dados da paciente:

Nome: Cristiane Fialho Nascimento

Data de nascimento: 16-01-1978

Grupo étnico: Leucodérmico

Número de processo: 9201061

Gravidez atual

Data da última menstruação: 02-02-2019

Conceção: Espontânea

DPP pela data: 09-11-2019

DPP pela ecografia: 09-11-2019

Grupo Rh: Negativo

Altura: 157,0 cm

Tabaco: Não fumadora

História obstétrica

2015 Nado vivo 40S + 3145g

Cesariana anterior: Não

Grávida: 2 Para 1

Exame

Data: 24-09-2019

Hora: 09:44

Departamento: Ecografia Obstétrica

Ecografia

Operador: Dra. Isabel Martins

Ecógrafo: Gabinete 11 - Transabdominal

Idade gestacional: 33 semanas + 3 dias

Biometria / Anatomia

DBP:	91,4 mm
DOF:	105,5 mm
PC:	309,3 mm
DAT	97,6 mm
DAAP:	91,0 mm
PA:	296,3 mm
Úmero	62,4 mm
CF:	67,8 mm
DBP / DOF:	0,87
PC / PA:	1,04
DBP / CF:	1,35

Peso Fetal estimado: Hadlock (DBP-PC-PA-CF)

	2.417 gr.
Percentil	70,3
Atividade cardíaca fetal:	Presente
Movimentos fetais:	Normais
Apresentação/Situação:	Cefálica
Localização placentar:	Anterior Alta
Líquido amniótico:	Normal

Índice de líquido amniótico

Maior lago:	5,3 cm
Cordão umbilical:	3 Vasos
Inserção do cordão:	Central

Ecografia doppler

Artéria umbilical

IP	1,03
----	------

Diabetes gestacional

Gestação de 33 semanas e 3 dias.

Feto com boa vitalidade com apresentação cefálica.

Crescimento fetal consistente no Percentil 70,3 (Peso estimado 2417 gr)
Não se observam anomalias nesta idade gestacional.

Doppler da artéria umbilical sem alterações.

Perfil biofísico 8/8

Marca eco para as 36 semanas – 14/10/2019

Dra. Isabel Martins

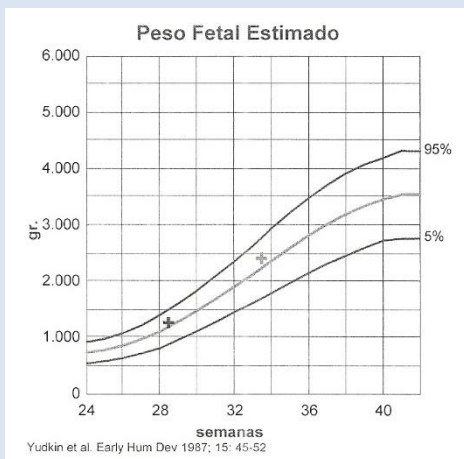
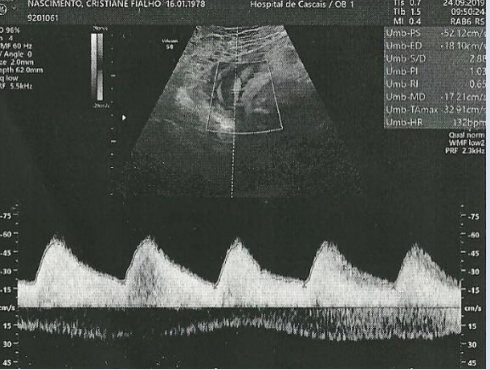
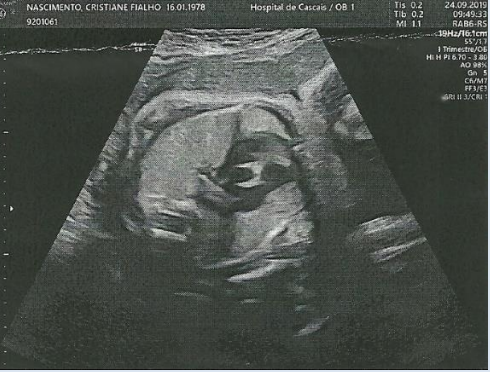
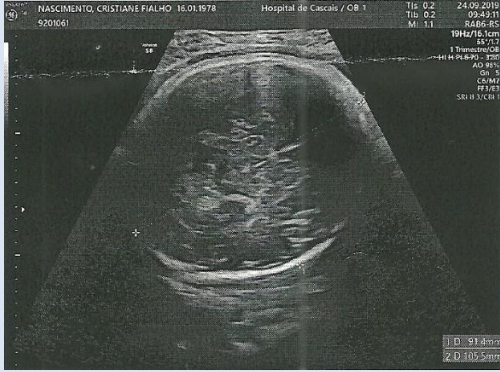


FIG. 27 – PESO FETAL ESTIMADO NA ECOGRAFIA REALIZADA NO HOSPITAL DE CASCAIS, PELA DRA. ISABEL MARTINS, EM 24/09/2019.



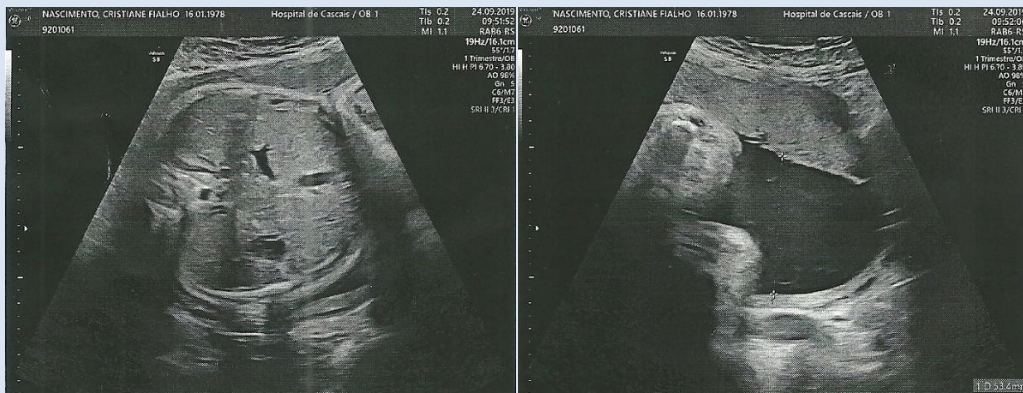


FIG. 28 – IMAGENS MÉDICAS DA ECOGRAFIA REALIZADA NO HOSPITAL DE CASCAIS, PELA DRA. ISABEL MARTINS, EM 24/09/2019.

No dia 2/10/2019, acompanhada pelo Marco, a Cris voltou ao Hospital de Cascais. Nesta altura, era quase a sua segunda casa. Começou por ser observada pela enfermagem, que analisou os resultados das análises clínicas realizadas em 23/09/2019. Estava tudo em conformidade. De seguida a enfermeira verificou a sua pressão arterial e fez um CTG (ou Cardiotocografia): registo gráfico da frequência cardíaca fetal e das contrações do útero, num determinado intervalo de tempo. O exame demorou cerca de 20 minutos, e nesse período acelerou a frequência cardíaca do bebé e as contrações uterinas. Seguiu-se a consulta de obstetrícia, que serviu para analisar os resultados da última ecografia. A médica obstetra não fez grandes observações, indicou que estava tudo em conformidade. Apenas sublinhou que o bebé estava com um bom crescimento, e que tudo indicava nascer por parto normal. Agendou uma última ecografia para o dia 14/10/2019.

A Cris queixou-se de dores intensas na coxa direita, e nas costas, quando ficava sentada longos períodos. Por esse motivo tentava estar a maior parte do tempo na posição de deitada. Disse ainda que o bebé se mexia muito à noite, e por isso ela demorava horas a tentar dormir, mesmo tomando Nausefe, para as náuseas (enjoos) e vômitos. A médica esclareceu que o bebé estava posicionado mais à direita, que com o aproximar do final da gravidez fazia mais pressão, e por isso era normal se sentisse mais dores.

No dia 3/10/2019, a Cris teve nova consulta na Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados Tapada das Mercês (USF Tapada). O médico de família analisou o registo de picagens de medicação da glicemia, o CTG (ou Cardiotocografia) e a última ecografia, e nada acrescentou ao que os

médicos do Hospital de Cascais tinham referido. Apenas sugeriu à Cris a realização de caminhadas durante o dia, o que a levou a dizer: “basicamente vou viver batendo perna”. Neste dia, o peso da Cris foi de 79,8 Kg.

No dia 14/10/2019, acompanhada pelo Marco, a Cris voltou ao Hospital de Cascais para realizar a última ecografia, a das 36 semanas, com a Dra. Isabel Martins. Tudo estava em conformidade, como evidencia o relatório e as imagens médicas integralmente transcritas a seguir.

Hospital de Cascais - Dr. José de Almeida
Serviço de Ginecologia/Obstetria

Dados da paciente:

Nome: Cristiane Fialho Nascimento

Data de nascimento: 16-01-1978

Grupo étnico: Leucodérmico

Número de processo: 9201061

Gravidez atual

Data da última menstruação: 02-02-2019

Conceção: Espontânea

DPP pela data: 09-11-2019

DPP pela ecografia: 09-11-2019

Grupo Rh: Negativo

Altura: 157,0 cm

Tabaco: Não fumadora

História obstétrica

2015 Nado vivo 40S + 3145g

Cesariana anterior: Não

Grávida: 2 Para 1

Exame

Data: 14-09-2019

Hora: 12:12

Departamento: Ecografia Obstétrica

Ecografia

Operador: Dra. Isabel Martins

Ecógrafo: Gabinete 10

Transabdominal

Idade gestacional: 36 semanas + 2 dias

Biometria / Anatomia

DBP: 97,4 mm

DOF: 119,0 mm