

Dias até ao funeral

Os dias até à despedida definitiva são agitados, confusos, amorosos, ocupados e complicados. Em suma, tudo de uma vez. Possivelmente deseja que as pessoas possam conhecer o seu bebé, mas também há muita coisa para tratar. Quer descansar do parto mas por outro lado não gosta da ideia de ficar deitada na cama sozinha. É determinado por lei que deverá haver no mínimo 36 horas e máximo de 6 dias úteis entre o óbito e o funeral. Pode ver [aqui](#) qual o último dia para o funeral.

Aqui fizemos uma lista de coisas sobre as quais pode pensar e que lhe poderão dar alguma orientação. Mas o mais importante é: seguir o seu instinto. Estes dias só podem ser planeados uma vez. Valorize-os e utilize-os para criar recordações.

Escolher um Agente Funerário

Você pode escolher se deseja ou não um agente funerário para a orientar. Muitos pais que optam por um agente funerário desejam cuidados funerários especializados. A morte de um recém-nascido requer um outro tipo de abordagem e existem outras opções e possibilidades do que para um adulto falecido. Nos Países Baixos existem organizações funerárias especializadas que se concentram especificamente em crianças falecidas e duas organizações que se focam especificamente em acolher e fazer despedidas a bebés que morreram durante a gravidez ou próximo ao nascimento. Pode encontrar [aqui](#) agências funerárias especializadas.

Cuidados de maternidade

Você tornou-se mãe de uma criança linda, mas também é uma mulher que acabou de dar à luz. Por isso é importante obter a ajuda certa durante este período e continuar a cuidar bem de si mesma. Por agora, você é e continuará a ser uma recém-mãe e portanto tem todo o direito a controlos regulares, cuidados e mimos. A enfermeira da maternidade também pode se ocupar pelos cuidados de irmãos e irmãs. Explique bem a sua situação à organização de assistência à maternidade para que tenha uma enfermeira de maternidade experiente.

A enfermeira da maternidade pode, nos próximos dias não só apoiá-la psicologicamente como também cuidar do seu bebé, se decidir levá-lo para casa. Ela pode dizer-lhe como o seu bebé se encontrará depois de uma noite, pode ajudá-la a vestir ou a dar banho ao seu bebé e cuidar das visitas.

Para além dos controlos comuns, ela também pode dar-lhe conselhos sobre o congestionamento (do leite materno) que pode surgir e manterá um diário de maternidade. Muitas vezes, as organizações de assistência à maternidade têm um diário de maternidade específico para pais com um bebé falecido, onde controlos comuns do bebé são omitidas para que, um dia mais tarde, não seja confrontada com essas páginas em branco se quiser ler o relatório dos dias de maternidade novamente.

Quando seu bebé nasce falecido, você automaticamente tem direito menos horas do que os pais com um bebé vivo. A razão é que o bebé precisa de menos cuidados e você não precisa ser acompanhada no amamentar e cuidar do seu bebé.

"A minha enfermeira da maternidade manteve um diário com breves observações dos dias em que Stef esteve connosco, pela perspectiva dela. Este diário ainda é muito valioso para lê-lo novamente."

Geke, mãe de Eva en Stef*

Também é possível que não necessite de uma pessoa nova ou estranha em casa, siga o seu instinto, tudo está certo. A sua parteira virá, de qualquer forma, algumas vezes para os controlos.

Juntos para casa ou não?

Porque para além de se despedir, você também quer receber seu bebê, muitos pais optam por levar o seu bebê para casa. Dessa forma, terá a oportunidade de conhecer um pouco mais o seu filho. Pode ver o seu bebê a qualquer hora do dia, pode segurá-lo, pode ler ou cantar, pode facilmente mostrar o seu bebê às pessoas à sua volta e também pode cuidar dele/dela (por exemplo dar banho, esfregar com óleo de bebê ou vestir-lhe roupas).

Se decidir levar o seu bebê para casa, pode transportá-lo no seu próprio carro. Pode levá-lo ao colo, na Maxi-Cosi ou numa alcofa. Também pode optar por uma agência funerária para levar o bebê para casa.

"No começo, estávamos muito nervosos em levar a Amy para casa ou segurá-la, mas fizêmo-lo e isso realmente ajudou-nos muito. Afinal, você garante que o amor pelo seu filho esteja central durante o tempo em que o seu bebê estiver consigo. Olhar para trás para um período tão afetuoso torna o luto, para nós, muito mais suportável."

Tessa e Joost, pais de Amy*

Refrigeramento do bebê

Claro que em casa o seu bebê precisa de ser refrigerado. Isso é possível com um colchão de refrigeração especial que o agente funerário pode instalar. Pode colocar o seu bebê no berço, mas também é possível colocá-lo na cómoda, no cercadinho ou num cesto. Se não quiser usar um colchão de refrigeração, também poderá usar elementos de refrigeração mas tem de substituí-los a cada poucas horas. O agente funerário ficará de olho no seu bebê nos próximos dias e cuidará dele quando necessário. Não tenha medo de pegá-lo, abraçá-lo e beijá-lo. É importante colocar o seu bebê de volta no refrigerador regularmente.



Método da Água

Uma maneira completamente nova é o método da água. O seu bebé sai da água (amniótica) e, portanto, permanece o mais natural nesta situação. Especialmente para crianças pequenas que morrem no primeiro e segundo trimestre de gravidez, esta é uma ótima maneira de ter o seu filho consigo até ao funeral. O seu bebé fica com uma cor clara e bonita na água e parece relaxado. Em www.watermethode.nl, pode ler tudo sobre isso.

Veja [aqui](#) o nosso livro de fotos. Todos os pais deram permissão para que essas fotos sejam publicadas. Não é permitido distribuir as fotos deste álbum, a não ser após a nossa expressa autorização.

Embalsamar

Tanatopraxia é uma maneira de preservar temporariamente um corpo através da introdução de um líquido no corpo. Nesse caso já não é necessário refrigeração. Com este embalsamamento leve, o líquido interromperá, no início, completamente o processo de decomposição para que o seu bebé permaneça bonito até ao funeral. Depois de alguns dias, o líquido perderá o seu efeito e o processo natural continuará. Infelizmente, a tanatopraxia não é possível em bebés prematuros (o método da água dá um resultado muito melhor) e em bebés que morreram na barriga e em bebés cuja pele está danificada. Em caso de dúvida, o tanatopraxor pode informar-lhe sobre as opções.

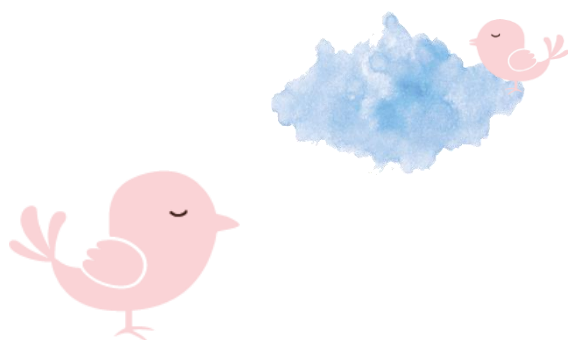
Enterrar ou cremar?

Uma das primeiras escolhas que os pais têm de fazer é entre o enterro ou a cremação. Talvez esta explicação o ajude a fazer a sua escolha.

Enterrar

Existem muitos tipos diferentes de cemitérios. Talvez já tenha um cemitério em mente que condiga consigo. A maioria dos cemitérios tem uma área separada para crianças, onde apenas bebés e crianças pequenas são enterrados, muitas vezes com uma decoração alegre. Alguns cemitérios permitem que você próprio escolha o local. Aproveite essa possibilidade para que possa escolher um local em que se sinta bem. Então faça-o com tempo.

No caso do seu filho ser enterrado, você mesmo pode baixar lentamente a cesta ou o caixão na sepultura após a despedida. Em muitos cemitérios fazem-se, para crianças, covas de entrada. Um dos pais pode entrar na sepultura e o outro pai pode entregar a cesta ou o caixão.



Creumar

Quando você decide por cremar, o seu bebé vai ser queimado em cinzas finas dentro de um caixão ou cesta. Estas cinzas podem ser enterradas, espalhadas ou guardadas em casa. Alguns pais preferem ter a urna em casa e criar um lugar especial onde podem acender uma vela.

Uma outra opção é espalhar as cinzas num lugar com um significado especial para si. Também pode guardar um pouco de cinza para depois, por exemplo, processá-lo numa peça de joalheria.

As cinzas também podem ser enterradas. Na maioria dos cemitérios pode encontrar um lugar especializado para as urnas, mas nem todos eles tem esse sítio. Portanto informe-se bem no cemitério

Se tem planos futuros de morar no estrangeiro, esta pode ser uma boa razão para o fazer.

O período legal para poder recolher as cinzas do crematório é de quatro semanas. Em casos excepcionais (por exemplo se for para o estrangeiro), o agente da funerária pode fazer um pedido ao Ministério Público para que possa recolher as cinzas do seu bebé mais cedo. Se a morte for com menos de 24 semanas e não tiver uma licença para a cremação, pode ser possível levantar as cinzas num prazo mais curto.

Cada bebé recebe o seu número de identificação pessoal em forma de pedra refratária. Esta pedra fica sempre com as cinzas e por isso não será possível haver qualquer troca, desta forma sabe que leva sempre as cinzas corretas para casa.

Localização dos serviços funerários

Pode alugar uma sala no cemitério ou no crematório para fazer o serviço de despedida, mas também pode obter por uma opção mais privada. Isso depende completamente do número de pessoas. Na maioria dos cemitérios e crematórios há salas familiares ou uma sala de estar muito mais pequenas e íntimas do que num auditório. Também pode optar por realizar a despedida em casa ou num lugar agradável nas suas proximidades (igreja, café, uma tenda de praia, centro comunitário, uma cantina de uma edifício de desporto e numa casa de despedida).

Declaração

Se o seu bebé nasceu sem vida, tem que fazer a declaração de um nado morto. Pode fazê-lo sozinho, mas também pode pedir a alguém da sua família ou amigos para o fazer ou deixar que o seu agente funerário o faça. Neste caso necessitará das declarações A e B, as quais receberá do seu médico.

Quando o seu bebé nasceu vivo, tem que ser feita uma declaração de nascimento e de óbito. O registo de nascimento deve ser feito por alguém que esteve presente no nascimento. A declaração de óbito pode ser feita por qualquer pessoa desde que tenha os documentos corretos. Neste caso necessitará das declarações A e B, as quais receberá do seu médico.

Seguro de funeral

Na maioria das seguradoras funerárias as crianças são co-seguradas gratuitamente na apólice dos futuros pais após um certo número de semanas de gravidez. Esta tanto pode ser feita no seguro da mãe como na do pai. Neste caso os pais têm de ser casados ou o pai da criança tem a ter reconhecido. Caso o reconhecimento ainda não tenha ocorrido, este poderá sempre ocorrer ao mesmo tempo que o registro de óbito. Se o seu bebé nasceu morto ou morreu logo após o nascimento, pode informar a companhia de seguros. Eles vão informá-lo acerca do valor que está segurado. O seu agente funerário também pode informar-se sobre isso. Se o seu bebé nasceu vivo e não morreu imediatamente, é importante adicioná-lo o mais rápido possível à sua apólice. O seu bebé está automaticamente co-segurado por algum tempo, mas em algumas seguradoras esse prazo expira após 30 dias.

Cesto/caixão

Nos dias até ao funeral o seu bebé pode estar deitado na cama, mas para o funeral ou cremação terá de escolher um cesto, um caixão ou uma mortalha. Existem muitas organizações que fazem cestos e caixões para bebés mas também pode fazer ou comprar você mesmo algum objeto. Qualquer invólucro é permitido, desde que os contornos do corpo estejam ocultos. Também pode embrulhar o seu bebé num pano.

Fotos

Como ainda não tem fotos do seu bebé, exceto as fotos dos ultrasons, é importante tirar o máximo possível de fotos. Isto pode fazer você mesmo, pessoas ao seu redor também a podem ajudar e existem [fundações](#) que podem vir tirar fotos profissionais gratuitamente.

Vídeos

As imagens em movimento têm um impacto diferente das fotos. Por isso nós aconselhamos, para além da fotos, a fazer pequenos vídeos. Mais tarde poderá utilizar estes videos para fazer um filme de memória. Sem dúvida que o pode fazer você mesma com a sua câmara fotográfica ou o telemóvel mas também pode deixar que profissionais o façam.

Cartão de nascimento e luto

Muitos pais preferem um cartão de nascimento a um cartão de funeral. Talvez já tenha até escolhido um cartão de nascimento bonito. Nesse caso pode, com pequenas alterações, adaptá-lo a um cartão de nascimento e luto. Você gostaria de anunciar o nascimento de seu filho, mas infelizmente não pode deixar de mencionar que seu filho já não está vivo. Se ainda não escolheu um cartão de nascimento, o agente funerário tem muitos exemplos para escolher. Se houver um serviço de despedida e quiser mencioná-lo no cartão, é necessário alguma pressa. Neste caso, aconselhamos a utilização de um chamado 'conjunto de correspondência de luto' contendo os cartões com selo de luto ([para mais informações, consulte \[www.postnl.nl\]\(http://www.postnl.nl\)](#)). Assim os cartões chegam ainda mais depressa a amigos e familiares. Mas o que também pode fazer é convidar as pessoas digitalmente (via e-mail ou Whatsapp) para a cerimónia de despedida e depois, quando já não houver mais pressão de tempo, pensar tranquilamente no cartão. Também é bom estar ocupado com seu filho depois da despedida. O cartão cria uma nova fonte de atenção mas contudo é agradável e útil, depois da despedida, receber novamente vários cartões (ou mensagens).

Visitas

Muitos pais dizem que querem manter tudo pequeno. Isso é compreensível porque ninguém conhece o seu filho ainda e, portanto, parece contraditório deixar as pessoas se despedirem de alguém que não conheceram. Mas também pode deixar que as pessoas venham conhecer o seu bebê. Se as pessoas o viram e talvez até o seguraram, será mais fácil para, mais tarde, falar sobre isso e para elas entenderem melhor os seus sentimentos. Isso também cria mais recordações (conjuntas).

É aconselhável também informar as pessoas ao seu redor que não virão visitá-la sobre o que aconteceu. Isso evita que receba todos os tipos de mensagens bem-intencionadas perguntando como você e o bebê estão. Também pode pedir às pessoas ao seu redor para que o façam por si.

Criar recordações

Como ainda não tem recordações, pode usar estes dias para fazê-las. Você sonhou com um futuro com seu bebê e esse sonho despedaçou-se de uma só vez. Contudo pode ainda tentar preencher as coisas que ainda são possíveis. Se quiser pode ler para o seu bebê e gravar em vídeo. Imagens em movimento e com som têm ainda mais impacto do que fotos. Se já tem filhos, eles provavelmente, mais tarde quando crescerem, acharão estes vídeos muito valiosos.

Detalhes funeral

Também usará estes dias para organizar o dia do funeral. Quando e onde quer que aconteça o funeral? Não planeie este dia de despedida cedo demais, porque não haverá tempo suficiente para fazer recordações e para além disso também terá de ter tempo para a recuperação física. Leve em consideração os sonos das outras crianças, os horários das refeições e outros aspetos práticos. Se há pessoas que têm que vir de longe, muito cedo pela manhã não é o horário apropriado. Também é importante pensar em quem quer convidar para estar presente na despedida. Quer muitas ou poucas pessoas? Só quer família ou amigos também? Quem vai falar, que música vai tocar?

