



Cuidados
com o
recém-nascido





O primeiro banho do bebê

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), **o primeiro banho do recém-nascido é recomendado a partir de 24 horas de vida, pois o bebê nasce com uma camada protetora na pele (vérnix caseoso)**. Durante as consultas de pré-natal, juntamente com um profissional de saúde, descreva,

em seu plano de parto, o desejo de oferecer o primeiro banho do bebê após 24 horas de vida, caso não haja contraindicações. Para não causar irritações na pele, nos primeiros dias de vida do bebê, recomenda-se evitar o uso de cremes, óleos corporais, colônias, sabonetes e shampoos.

Prevenção de assaduras

As assaduras ocorrem por diversos fatores, como a umidade, o superaquecimento e a irritação da pele. Veja alguns cuidados para preveni-las:

- Troque as fraldas frequentemente, mantendo o bebê sempre seco e limpo;
- Remova os resíduos de fezes usando algodão embebidos em água morna ou, se preferir, faça a higiene completa na banheira.
- No caso de urina, adote o mesmo procedimento, pois sua decomposição, juntamente com a umidade, pode provocar assaduras.
- O uso de pomadas contra assaduras deve ser prescrito pelo pediatra, se houver indicação. Não é recomendado utilizá-las sem necessidade.
- Evite o uso de lenços umedecidos nos primeiros dias de vida. Dê preferência à realização da higiene íntima com algodão e água morna, a cada troca de fraldas.

Diferença na higiene íntima das meninas e dos meninos



Meninas

A higiene da vulva deve ser feita sempre de frente para trás. Delicadamente, afaste os grandes lábios e verifique se há resíduos de fezes entre os pequenos lábios. Se houver, limpe-os cuidadosamente com algodão umedecido em água morna. É comum a presença de uma secreção esbranquiçada, de difícil remoção.



Meninos

Não force a pele que recobre a glândula do pênis. Exponha-a e remova delicadamente as secreções e os resíduos com algodão umedecido.





Cordão umbilical

A família deverá ter alguns cuidados especiais com o cordão umbilical, pois ele geralmente produz secreções e se desprende entre o 7º e o 15º dia de vida do bebê. No hospital, siga as orientações da equipe assistente quanto à higienização do cordão umbilical a cada troca de fralda e após o banho do bebê.

- Ao trocar a fralda do bebê, verifique se há mau cheiro, secreções esverdeadas ou vermelhidão na região do cordão umbilical. Caso observe algum desses sinais, consulte o pediatra. Não utilize faixas, moedas, fumo, botões ou qualquer adesivo no local, pois podem causar infecção e desconforto respiratório ao recém-nascido.

- É normal haver secreção amarelada com discreta presença de sangue durante o processo de cicatrização.
- Não deixe a região abafada pela fralda, mantendo-a abaixo da linha do umbigo.
- Após o desprendimento do cordão umbilical, continue higienizando a área com auxílio de um cotonete, removendo cuidadosamente possíveis secreções e/ou pequenos sangramentos que possam surgir.



Roupas

O excesso de roupas pode causar febre e até desidratação no bebê. A sensação de frio do recém-nascido não é muito diferente da do adulto, embora as extremidades (mãos e pés)

costumem estar mais frias. Para avaliar se o bebê está aquecido, coloque a mão sobre o peito dele. Se necessário, aqueça-o com mais roupas. Lave as roupas com sabão neutro.

Você sabe como realizar a manobra de desengasgo em bebês?

Se o rosto do seu bebê estiver mudando de rosado para azulado (cianótico), não consegue chorar, tossir ou respirar, apresenta respiração difícil ou ausente, entre imediatamente em contato com um serviço de urgência e emergência como o Samu (192) ou o Siate (193). Em seguida, inicie a manobra de desengasgo, seguindo os passos ao lado:

ATENÇÃO!

Nunca coloque os dedos dentro da boca do bebê para tentar retirar o corpo estranho que o engasgou (seja um objeto ou alimento). Também **não é recomendável “assoprar” o rosto do bebê**, pois, além de ineficaz, pode ser prejudicial.

1



Sente-se ou apoie-se em uma parede e deite o bebê de bruços sobre o seu antebraço, de modo que ele fique apoiado em sua coxa (acima dos joelhos), com a cabeça levemente mais baixa que o restante do corpo. Dê cinco golpes nas costas, entre as escápulas, tomando cuidado para não machucá-lo, conforme a ilustração acima.

2



Vire o bebê de barriga para cima como na imagem, apoiando-o sobre a coxa, para evitar quedas, buscando manter a cabeça do bebê mais baixa que o restante do corpo, para que a gravidade auxilie na saída. Em seguida, com a parte mais firme da mão (região hipotenar), realize 5 compressões no centro do tórax do bebê, entre a região dos dois mamilos. Alterne esses dois movimentos até que o conteúdo que esteja obstruindo as vias aéreas do bebê seja expelido.

Manobra de desengasgo em crianças maiores que 1 ano de idade

Confirme se há obstrução total da via aérea, ou seja, se a criança não conseguir falar, tossir ou chorar, acione imediatamente o serviço de urgência e emergência (192–Samu ou Siate–193) e inicie a manobra de desengasgo como a imagem a seguir:



1

Posicione-se por detrás da criança, ajoelhando-se para ficar na mesma altura. Incline a criança levemente para frente, e inicie a manobra dando 5 golpes com a parte mais dura da palma da mão entre a região de escápulas, nas costas da criança.



2

Em seguida se a criança ainda estiver engasgada, feche uma mão e posicione-a acima do umbigo e abaixo do osso do peito; pressione com força para dentro e para cima, como se fosse o movimento de um J; Até a criança desengasgar, alterne entre os golpes na região das escápulas e as compressões na região abdominal.



Testes de triagem neonatal

Durante as primeiras horas de vida do bebê, serão realizados, no hospital, alguns exames de triagem neonatal. O teste do olhinho identifica enfermidades visuais, como a catarata congênita e o retinoblastoma. Também é realizado o teste do coraçõzinho, que identifica cardiopatias congênitas. Antes da

alta hospitalar, será realizado o teste do pezinho, que busca avaliar outras possíveis doenças; é importante lembrar que o resultado ficará pronto em alguns dias. Por fim, também é realizado o teste da orelhinha, pelo fonoaudiólogo, para avaliação da acuidade auditiva.

A Sociedade Brasileira de Pediatria

(SBP) recomenda evitar a exposição direta e diária ao sol de crianças com menos de seis meses. A absorção de vitamina D deve ser feita por meio de suplementação prescrita pelo pediatra, a partir de sete dias de vida do recém-nascido. Após os seis meses de idade, o uso de filtros solares físicos (minerais) deve ser incentivado.

Hora ouro

A primeira hora de vida do bebê representa a transição entre o útero e o ambiente externo. Estudos destacam a importância desse período para o contato da mãe com o filho, trazendo benefícios fisiológicos e emocionais para ambos, tanto em nascimentos por via vaginal quanto por cesariana. Converse com sua equipe de saúde para que esse momento seja colocado em prática.

Aleitamento materno exclusivo

O aleitamento materno exclusivo é definido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como a alimentação da criança exclusivamente com leite materno, seja diretamente da mama ou ordenhado, sem a oferta de outros líquidos ou alimentos sólidos, exceto gotas ou xaropes contendo vitaminas, suplementos minerais ou medicamentos, conforme orientação

médica. A OMS recomenda que o aleitamento materno exclusivo seja mantido até o sexto mês de vida da criança, devido aos inúmeros benefícios para a saúde do bebê e da mãe. Não devem ser oferecidos chás, sucos ou outros alimentos antes dessa idade, devido ao alto risco de infecções e engasgos.



Berço seguro

De acordo com a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), a posição mais segura para o bebê dormir é de barriga para cima. Se ele já aprendeu a se virar sozinho, pode ficar na posição que escolher, mas sempre deve ser colocado para dormir de barriga para cima inicialmente.

Mantenha a temperatura do quarto agradável. Conforme necessário, utilize ar-condicionado, ventilador, aquecedor ou umidificador para atingir o clima ideal, tomando cuidado para não superaquecer o bebê. Evite o uso de cobertores soltos, pois podem prendê-lo ou sufocá-lo. Caso a temperatura exija, vista-o com roupas adequadas e utilize um saco de dormir. Não deixe bichinhos de pelúcia ou outros objetos na cama, pois aumentam o risco

de asfixia. Também não pendure objetos sobre o bebê, incluindo móveis ou enfeites de berço que possam cair ou que ele possa puxar.

Evite que o bebê durma em superfícies macias, como travesseiros, sofá ou colchão de água. O bebê deve dormir apenas em um colchão firme e plano, com lençol esticado e firmemente preso ao colchão.



Vitamina K

A vitamina K deve ser administrada nas primeiras horas de vida, por meio de uma única dose intramuscular (IM) para todos os recém-nascidos (RN). Trata-se de uma profilaxia para a doença hemorrágica do RN. A aplicação deve ser realizada após o nascimento, preferencialmente durante o contato pele a pele com a mãe, na Hora Ouro, enquanto o bebê é amamentado (mamalgesia), o que ajuda a reduzir o limiar de dor.



Colher dosadora

Trata-se de uma colher acoplada a um recipiente de silicone, originalmente utilizada na introdução alimentar, mas que também pode ser empregada na oferta de leite materno. Por não possuir bico artificial, como o da mamadeira, apresenta menor risco de confusão de bicos, ou seja, reduz a probabilidade de desmame precoce, desde que utilizada conforme as recomendações.

Higiene oral no bebê

Durante o banho, recomenda-se limpar toda a face do bebê apenas com água, sem a necessidade de utilizar produtos. Também não é indicado limpar o interior da boca do bebê, pois isso pode aumentar o risco de infecções do sistema gastrointestinal. Não se preocupe: a saliva realiza a higiene natural. A higiene oral só será necessária quando surgir o primeiro dente do bebê. Nas consultas, o pediatra indicará a quantidade adequada de creme dental e o modelo de escova mais indicado.





PROGRAMA
Cegonha

ANS - nº 370070

www2.unimedcascavel.coop.br



@unimedcascavel