



Guia de cuidados com o recém-nascido

Uma leitura interativa para mães, pais e responsáveis

Guia de cuidados com o recém-nascido

Paula Barbosa Fernandes, Ana Clara Lado Oliveira Holak, Domires da Silva Andrade, Christianne Terra de Oliveira Azevedo

© 2020 Universidade de Vassouras

1ª Edição 2020

Presidente da Fundação Educacional Severino Sombra (FUSVE)

Marco Antonio Vaz Capute

Reitor da Universidade de Vassouras

Marco Antonio Soares de Souza

Pró-Reitor de Pesquisa e Pós-Graduação da Universidade de Vassouras

Carlos Eduardo Cardoso

G9401g Guia de cuidados com o recém-nascido. /
Organizado por: Paula Barbosa Fernandes...[et al.]. – Vassouras, RJ :
Universidade de Vassouras, 2020.
17 f.
Recurso eletrônico.
Formato: E-book
Disponível em: <http://editora.universidadedevassouras.edu.br/index.php/PT/issue/view/199>
ISBN: 978-65-87918-12-9

1. Ciências médicas. 2. Recém-nascidos. 3. Bem-estar. I. Fernandes,
Paula Barbosa. II. Universidade de Vassouras. III. Título.

CDD 610

Vera Lucia Nogueira de Paula

Bibliotecária CRB-7 -



Todos os direitos reservados. É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte e que não seja para venda ou qualquer fim comercial.

O texto é de responsabilidade de seus autores. As informações nele contidas, bem como as opiniões emitidas, não representam pontos de vista da Universidade de Vassouras.

O que você encontra aqui



- ✓ Vêrnix caseoso - a pasta branca que recobre a pele do bebê
- ✓ Cuidados com o coto umbilical
- ✓ Hora do banho
- ✓ Hora de dormir
- ✓ Troca de fralda
- ✓ Banho de sol
- ✓ Como aliviar cólicas
- ✓ Transporte seguro em automóveis



Apresentação

A chegada de uma criança para muitas famílias vem acompanhada de diversas dúvidas e obstáculos que podem ser enfrentados com leveza e tranquilidade a partir de informações básicas de cuidados e dedicação aos pequenos.

É fundamental que os papais e demais familiares estejam cientes das necessidades e cuidados básicos dos pequenos, para promoção de saúde dos mesmos. Com isso, esse livreto foi feito com o objetivo de sanar algumas das principais dúvidas das mães e dos demais responsáveis sobre o recém-nascido, faixa etária que corresponde o 1º ao 28º dia de vida do bebê.

Assim, fundamentando-se na necessidade de um material facilmente compreendido por pais e demais responsáveis, trazemos para vocês um conteúdo educativo, feito com carinho a fim de garantir a saúde e o bem-estar do bebê e de seus familiares.

Lembrando que o conteúdo aqui exposto não substitui uma consulta com o profissional médico.



O branquinho que recobre a pele do bebê ao nascimento...

É o que chamamos de vérnix caseoso, uma substância esbranquiçada que recobre a pele do logo após o nascimento.

PARA QUE SERVE?

- ★ Lubrificação da pele
- ★ Facilita a passagem do bebê pelo canal vaginal na hora do parto
- ★ Protege contra infecções bacterianas
- ★ Evita a descamação da pele
- ★ Regula a temperatura do corpo do recém-nascido.



ESTÁ PRESENTE EM TODOS OS BEBÊS?

Não! Os bebês que nascem com menos de 37 semanas de idade gestacional podem ter pequena quantidade dessa substância e a quantidade também varia com o tipo de parto e outros fatores.

PODE RETIRAR DURANTE O BANHO?

Não é recomendado esfregar a pele do bebê e nem tentar retirar o vérnix durante o banho.

→ Em poucos dias ele desgruda
e é absorvido espontaneamente

Hora do banho



O primeiro banho do bebê normalmente é feito na maternidade e é recomendação do Ministério da Saúde que seja dado após 24h do nascimento e se não for possível, pelo menos 6h.

COMO DOU BANHO EM CASA?

- ★ Se possível utilizar uma banheira ou bacia com água morna (ideal entre 35-36°C) suficiente para cobrir o bebê até os ombros.

→ NUNCA ESQUEÇA DE AVALIAR A TEMPERATURA!



- ★ Segurar com uma das mãos a cabecinha e com a mão livre dar o banho.
- ★ Dê preferência para sabões infantis ou neutros e evite o uso de buchas.
- ★ Lembre-se de retirar bem os resíduos de sabão para não ressecar a pele.
- ★ Seque suavemente e dê preferência para toalhas de algodão.

OS BANHOS PRECISAM SER DADOS TODOS OS DIAS?

- ★ Os banhos podem ser dados de acordo com a necessidade,
 - Como exemplo dias mais quentes, mais banhos, evitando o uso de sabonetes em excesso para não ressecar a pele.
- ★ Se não for dado diariamente é necessário que higienize as pregas, genitálias e coto umbilical.

QUANTO TEMPO DEVE DURAR?



- ★ Não há um tempo estabelecido, mas deve ser o menor tempo possível, suficiente para higienizar adequadamente o bebê.



Cuidados com o coto umbilical



O QUE É O COTO UMBILICAL?

É o pedacinho do cordão umbilical que fica na barriga do recém-nascido após nascimento.

→ Ele precisa ser higienizado para não ocorrerem infecções.

QUANTO TEMPO DEMORA PARA CAIR?

- ★ O coto umbilical sofre vários processos fisiológicos para posterior queda espontânea.
- ★ Em um período entre 10-15 dias, permanecendo uma cicatriz que chamamos de umbigo.

QUAIS OS CUIDADOS NECESSÁRIOS?

- ★ O coto umbilical deve sempre ser limpo com álcool 70% (com gaze esterilizada ou cotonete) após o banho e a troca de fraldas.
- ★ Importante não colocar a fralda sobre o coto e dobrá-la se necessário.

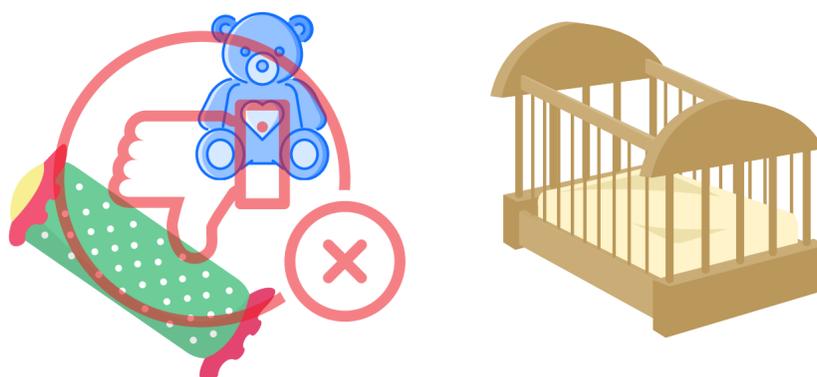
NÃO colocar moeda, faixas ou outros objetos sobre o coto umbilical como medida de prevenção de hérnia umbilical. É comprovado cientificamente que tal procedimento em nada previne esse problema e pode gerar complicações.

Hora de dormir



ONDE O BEBÊ DEVE DORMIR?

- ★ O local mais seguro é o berço, esse que deve ter uma superfície firme coberta com roupa de cama bem presa.
- ★ Não deve haver nenhum objeto decorativo, porque esses objetos podem prejudicar a respiração e até mesmo causar sufocamento.



- ★ Não é recomendado o uso de travesseiros, o local de dormir pode ter uma inclinação de até cinco graus.
- ★ A escolha do local de dormir deve ser feita pela família, de acordo com suas necessidades e possibilidades, levando em consideração o que é seguro e correto, sendo na cama compartilhada ou no berço.

CAMA COMPARTILHADA SEGURA

- ★ Cama compartilhada é aquela que o bebê dorme com os pais.
- ★ Quando não é possível dormir em local separado há diferentes modos de tornar a hora do sono protegida.



Posição protetora (mais recomendada)



Posição de amamentação



Pertinho da mãe - mãe de costas para o parceiro e o bebê próximo à mãe. Necessário que a cama esteja encostada na parede ou que possua grades de proteção.

QUAL POSIÇÃO MAIS SEGURA PARA O BEBÊ DORMIR?

- ★ O hábito de dormir de lado está enraizado na nossa cultura, mas não é o recomendado para a segurança do bebê.
- ★ A criança deve dormir com a **barriga para cima**, a fim evitar o que chamamos de morte súbita no bebê.

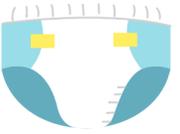


POSSO COBRIR O BEBÊ?

- ★ O ideal é que o bebê seja coberto com um saco de dormir, pois esse impede que a criança cubra o rosto.
- ★ Importante ressaltar que as crianças precisam estar vestidas de acordo com a temperatura do ambiente, evitando o excesso de roupas e cobertores que podem causar superaquecimento.



Troca de Fralda



DE QUANTO EM QUANTO TEMPO PRECISO TROCAR A FRALDA?

Não há tempo certo!

- ★ Nesse período de vida o bebê suja a fralda várias vezes ao dia, sendo necessário higienizar a região e trocar a fralda toda vez que estiver com xixi ou cocô para evitarmos assaduras e infecções na região.

PRECISA USAR LENÇOS UMEDECIDOS PARA LIMPAR?

- ★ Não é necessário, a limpeza pode ser feita apenas com algodão e água.
- ★ Com a grande disponibilidade de diferentes produtos para limpeza, como os lenços umedecidos, esses têm sido a escolha da maioria.
- ★ O mais indicado é avaliação da pele do bebê para escolha, pois uma pele mais sensível pode ter menor tolerância aos lenços umedecidos, podendo surgir assaduras.



PODE PASSAR POMADA PARA PREVENIR ASSADURA?



- ★ A indicação do uso de cremes e pomadas para prevenir assadura deve ser feita pelo profissional de saúde.
- ★ É importante orientar que há pomadas para proteção da pele na região da fralda e também pomadas para tratar possíveis infecções ou inflamações.



Banho de sol

QUANDO PODE COLOCAR O BEBÊ PARA TOMAR SOL?

- ★ Desde o primeiro dia de vida do bebê ele já pode tomar banho de sol.
- ★ Há diversos benefícios para a saúde, como a produção da vitamina D (responsável pela fixação do cálcio e formação dos ossos).

ORIENTAÇÕES E CUIDADOS

- ★ O horário mais recomendado é até 10h da manhã e depois das 16h.
- ★ O bebê deve estar sem roupa, sem fralda.
- ★ O uso de protetor solar NÃO é recomendado para crianças menores de 6 meses.
- ★ O tempo necessário varia de acordo com o clima e quantidade de pele exposta, dias mais frios, com sol fraco até cerca de 30 minutos.
- ★ Os locais mais adequados são quintais, jardins ou parques, onde não há nada para atrapalhar a exposição do bebê ao sol.



Como aliviar cólicas?



BEBÊ CHORANDO, SERÁ QUE É CÓLICA?

- ★ O choro é a única comunicação possível de um recém-nascido.
- ★ O choro da cólica é aquele mais agudo, de longa duração, onde o bebê aparenta estar sentindo dor, pode vir acompanhado de gases.

POR QUE ACONTECE?

Por mais que pareça estranho, a cólica no recém-nascido faz parte do desenvolvimento e acontece, porque o intestino do bebê ainda está se adaptando ao consumo do leite.

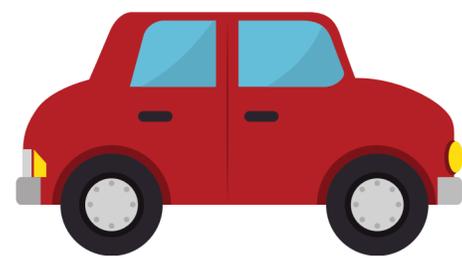
DICAS PARA ALIVIÁ-LA

- ★ Massageie a barriguinha, faça movimentos circulares
- ★ Faça movimentos de bicicleta com as perninhas do bebê
- ★ Dê um banho de água morna
- ★ Utilize compressa de água morna sobre a roupinha, nunca em contato direto com a pele e não esqueça de checar a temperatura antes
- ★ Coloque o bebê em contato com a mãe
- ★ Coloque o bebê para arrotar após a amamentação para evitar que ele acumule gases



A CÓLICA NA MAIORIA DAS VEZES FAZ PARTE DESSA FASE DO BEBÊ, MAS EM CASOS DE CÓLICA PERSISTENTE, PROCURE UM PROFISSIONAL DE SAÚDE.

Transporte seguro



COMO TRANSPORTAR O BEBÊ NO AUTOMÓVEL?

- ★ A criança deve ser transportada no banco traseiro do veículo.
- ★ Há maior segurança quando é transportada no centro do banco traseiro caso esse tenha cinto de segurança em três pontos, na ausência desse, a criança deve ser transportada nos bancos laterais.
- ★ É necessário um dispositivo de segurança infantil adequado, de acordo com idade e peso da criança e o equipamento deve ter selo de conformidade e órgão certificador.



- ★ Como os recém-nascidos não conseguem se sentar e manter o equilíbrio da cabeça o assento deve ser do tipo concha, instalado com leve inclinação, em posição contrária ao banco.

