



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, devido ao bebê nascer com uma camada protetora na pele, (vérnix caseoso).** Durante as consultas de pré-natal, juntamente com um profissional de saúde,

descreva no seu plano de parto o desejo de ofertar o 1º banho do bebê após as 24 horas de vida, caso não tenha contra-indicações. Para não causar irritações na pele, nos primeiros dias do bebê recomenda-se evitar o uso de cremes, óleos corporais, colônias, sabonetes e shampoos.

## Prevenção de assaduras

As assaduras ocorrem por vários fatores, a exemplo da umidade, do superaquecimento e da 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 chumaços de algodão embebidos em água morna ou, se preferir, faça a higiene completa na banheira;
- No caso de urina, adote o mesmo procedimento, pois a decomposição dela, juntamente com a umidade, pode provocar assaduras;
- O uso de pomadas antiassaduras deve ser prescrita pelo pediatra, se houver indicação, não sendo recomendado o uso sem necessidade.
- Evitar o uso de lenços umedecidos nos primeiros dias de vida, dar preferência para a 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, distancie os grandes lábios e verifique se há resíduos de fezes entre os pequenos lábios. Se houver, limpe-os delicadamente com algodão umedecido com água morna. É comum uma secreção esbranquiçada, de difícil retirada;



## Meninos

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





## Coto umbilical

A família deverá ter alguns cuidados especiais com o coto umbilical, pois ele geralmente produz secreções e desprende-se entre o 7º e o 15º dia de vida do bebê.

- Ao trocar a fralda do bebê, verifique se há mau cheiro, secreções com coloração esverdeada ou vermelhidão na região do coto umbilical. Caso observe, consulte o pediatra. Não use faixas, moedas, fumo, botões ou qualquer adesivo no coto umbilical, pois poderá ocasionar infecção e desconforto respiratório ao recém-nascido;

- Quando o coto cair, o curativo poderá ser feito da mesma maneira até sua completa cicatrização com álcool a 70%.
- Poderá haver secreção amarelada com discreta presença de sangue durante o processo de cicatrização;
- Não deixe a região abafada com a fralda, mantendo-a abaixo do coto.



## Roupas

O excesso de roupas pode causar febre e até desidratação ao bebê. A sensação de frio do recém-nascido não é muito diferente da do adulto. As extremidades (mãos e pés) são

normalmente mais frias. Para avaliar se o bebê está aquecido, coloque a mão sobre o peito dele para avaliar a temperatura corporal. Se for necessário, aqueça-o com mais roupas. Lave as roupas com sabão neutro.

## Você sabe como realizar a manobra de desengasgo em crianças menores de um ano?

**Se o rosto do seu bebê estiver mudando de rosado para azulado (cianótico) e ele estiver tentando chorar sem sair som,** entre imediatamente em contato com um Serviço de Urgência e Emergência como o Samu (192) ou o Siate (193). Depois disso, inicie a manobra de desengasgo, seguindo os passos abaixo:



**1**

Sente-se ou apoie-se em uma parede, deite o bebê de bruços sobre o seu antebraço, de modo que ele fique apoiado em sua coxa (acima dos seus joelhos), com a cabeça um pouco mais baixa do que o restante do corpo (veja a imagem abaixo).



**2**

Dê cinco tapas não muito fortes no meio das costas do bebê (região das escápulas). Cuidado para não machucá-lo.



3

De frente para você, deite o bebê de costas sobre o outro antebraço, que deverá estar apoiado sobre a sua coxa. Se observar que ele ainda está engasgado, faça cinco compressões usando dois dedos, bem na região central do peito, entre os dois mamilos do bebê.



4

Olhe para ele e preste atenção. Será um bom sinal se ele chorar, vomitar e voltar a ficar rosado, pois terá conseguido desengasgar. Aos poucos, a cor dos lábios e toda a face deverá voltar ao normal. Se ele continuar engasgado, repita o procedimento e aguarde o Serviço de Urgência e Emergência chegar para prestar a assistência necessária.



## ATENÇÃO!

**Nunca coloque os dedos dentro da boca do bebê** na tentativa de retirar o corpo estranho que o engasgou (seja um objeto ou um alimento). Também **não é recomendável "assoprar" o rosto do bebê**. Além de não funcionar, pode até ser mais prejudicial.



## 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 ou retinoblastoma. Também é realizado o teste do coraçãozinho, que identifica cardiopatias congênitas. Antes da alta hospitalar será realizado

o teste do pezinho, que busca avaliar outras possíveis doenças, lembrando 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

diária diretamente ao sol de crianças abaixo de seis meses. A absorção de vitamina D será realizada por meio da 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*

Representa a primeira hora de vida do bebê na transição entre o útero e o ambiente externo. Estudos apontam a importância desse período da mãe com o filho para o bem-estar de ambos, com benefícios fisiológicos e emocionais, seja de nascimentos por via vaginal ou cesariana. Converse com sua equipe para que esse momento seja colocado em prática.

## *Aleitamento materno exclusivo*

O Aleitamento Materno Exclusivo é definido pela OMS como o recebimento pela criança de leite exclusivamente materno, direto da mama ou ordenhado, sem outros líquidos ou sólidos, com exceção de gotas ou xaropes contendo vitaminas, suplementos minerais ou medicamentos, conforme recomendação do médico

responsável. A organização também recomenda que o aleitamento materno exclusivo ocorra até o sexto mês de vida da criança, devido aos benefícios que traz à saúde dela e da mamãe. Não devem ser ofertados chás, sucos ou outros alimentos antes do sexto mês de vida, devido ao alto risco de infecções e engasgo.



## 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 deixá-lo ficar na posição que ele escolher, mas sempre o coloque para dormir de barriga para cima. Mantenha a

temperatura do quarto agradável. Conforme for necessário, use ar condicionado, ventilador, aquecedor ou umidificador para atingir o clima ideal. Cuidado para não superaquecer o bebê! Evite o uso de cobertores, pois podem prendê-los ou sufoca-los. Se a temperatura exigir, vista-o com roupas mais quentes e saco de dormir. Não deixe bichinhos de pelúcia (ou outro adereço) na cama, com o

bebê. Isso eleva o risco de asfixia. Não pendure objetos sobre o bebê, incluindo móveis e outros enfeites para berços que possam cair ou que ele possa puxar. Não permita que o bebê durma em superfícies macias como travesseiros, sofá, colchão de água, etc. 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, com uma única dose intramuscular (IM) para todos os recém-nascidos (RN). Trata-se de uma profilaxia para doença hemorrágica do RN. É administrada após o nascimento, preferencialmente no momento em que o bebê esteja em contato pele a pele com a mãe, durante a Hora Ouro, sendo amamentado (mamagalgesia) para diminuir o limiar de dor.



## Colher dosadora

Trata-se de uma colher acoplada a um recipiente de silicone originalmente usado na introdução alimentar, mas que pode ser utilizada na oferta de leite materno.

Por não ter bico artificial como a mamadeira, apresenta menor possibilidade de confusão de bicos, ou seja, menor risco de desmame precoce (se utilizado da maneira recomendada).

## Higiene oral no bebê

Durante o banho, recomenda-se limpar toda a face do bebê somente com água, não sendo necessário utilizar produtos. Também não é indicado limpar dentro da boca do bebê, pois aumenta as chances de infecções do sistema gastrointestinal. Não se preocupe! A saliva realizará a higiene natural. Será necessário realizar a higiene oral somente quando surgir o primeiro dente do bebê. Nas consultas, o pediatra indicará a quantidade de creme dental necessária e qual o melhor modelo de escova dental.





PROGRAMA  
**Cegonha**



**ANS - n.º 370070**

[www.unimedcascavel.coop.br](http://www.unimedcascavel.coop.br)

   @unimedcascavel