



ORIENTAÇÕES DA FISIOTERAPIA PARA ALTA HOSPITALAR UTI NEONATAL E PEDIÁTRICA

Os objetivos da Fisioterapia são diversos: desde recuperar a função respiratória quando o bebê tem dificuldade para respirar, até estimular o desenvolvimento sensorio motor.

Higiene nasal

Crianças e recém-nascidos respiram principalmente pelo nariz até aproximadamente 6 meses de idade. Suas narinas são pequenas e facilmente obstruídas, o que provoca importante dificuldade respiratória para o bebê.

É comum a presença de secreção nasal nos recém-nascidos, o que pode atrapalhar no momento da amamentação e do sono. A lavagem nasal pode reduzir engasgos e aspiração do leite.

Como fazer a higiene nasal no bebê?

Use a medida de ½ conta gotas ou seringa de 1 ml de soro fisiológico em cada narina para facilitar a saída da secreção nasal. Limpe cuidadosamente o nariz com um pano macio de algodão.

Você também pode utilizar aquelas “perinhas” para retirar a secreção antes das mamadas e do sono. Certifique-se de empurrar o ar de dentro da “perinha” antes de inserir sua extremidade na narina do bebê. Não introduza cotonetes para o interior da narina com intuito de limpá-la, isso pode lesionar o nariz e levar a secreção para o interior do nariz.

Estimulação Precoce

A estimulação precoce pode ser definida como um programa de acompanhamento e intervenção com bebês e crianças pequenas buscando o melhor desenvolvimento possível, bem como de efeitos na aquisição da linguagem, na socialização e na estruturação subjetiva, podendo contribuir, inclusive, na estruturação do vínculo mãe/bebê. (Ministério da Saúde, 2016)

A idade de todo bebê prematuro deve ser corrigida para o termo (data prevista para o nascimento), sendo considerado o feto de 40 semanas. Por exemplo: um bebê prematuro de 30 semanas deverá ter sua idade corrigida até as 40 semanas previstas para o nascimento. Portanto ao completar 03 meses da data do nascimento, a idade corrigida deste bebê será de 2 semanas. Essa correção deve ser feita até o bebê completar dois anos.

Seguem, de forma sucinta, os marcos do desenvolvimento motor, lembrando-se que é necessário respeitar as diferenças individuais:

- Controlar a cabeça: 3 meses;
- Sentar com apoio: 5 meses;
- Manipular e tocar objetos: 5 meses;
- Rolar: 6 meses;
- Sentar sem apoio: 7 meses;
- Realizar preensão: 7 meses;
- Ficar de pé com apoio: 8 meses;
- Engatinhar ou rastejar: 9/10 meses;
- Andar com apoio: 9/11 meses;
- Andar sem apoio: 12/18 meses.

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.





ORIENTAÇÕES DA FISIOTERAPIA PARA ALTA HOSPITALAR UTI NEONATAL E PEDIÁTRICA

As atividades de vida diária são especialmente importantes porque são funcionais e também porque não é necessário que se separe um período específico para sua realização, ou seja, a rotina normal da casa não é alterada, e também por se ter a oportunidade de estar repetindo uma mesma estimulação por várias vezes e todos os dias. (Formiga 2003)

Os pais devem aproveitar os momentos dedicados à alimentação e à limpeza para estimular o bebê por meio de conversas e brincadeiras. Estas são importantes para proporcionar momentos de prazer e para estimular as coordenações e as aquisições do bebê. O diálogo é importante para aumentar o vínculo familiar e estimular a linguagem, atenção e fixação ocular.

Como a estimulação pode ser realizada:

- Com brinquedos coloridos e que façam barulho;
- Deite seu filho de lado para dormir e depois troque de lado. Faça um rolinho de lençol ou use um travesseiro para apoiar as suas costas;
- Converse com o seu filho, olhe para ele;
- Sorria para o seu filho e demonstre seu amor por ele. O sorriso estimula o bebê;
- Tenha muito contato físico com seu filho (abraçe, faça cócegas, beije...);

Para estimular os seus olhinhos:

- Para estimular a visão use brinquedos coloridos como, por exemplo, um móvel acima da cama, protetores de berço e painéis coloridos;
- Aproxime e afaste seu rosto;
- Faça movimentos com a boca e a cabeça;
- Utilize papéis coloridos todos os dias sempre estimulando a criança a olhar para eles;

Para estimular seus ouvidos:

- Cante, fale com carinho, faça barulhos com a boca, use brinquedos que façam barulho;
- O pai também deve brincar com seu filho;
- Quando o bebê faz algum barulho, imite-o e depois de esperar um tempo faça o barulho novamente, pois toda vez que ele ouvir ele dará um sorriso. A partir daí, ele fará novos sons esperando que os pais o imitem;

Passe os brinquedos e a roupa na pele do bebê com delicadeza, pois isso estimula boas sensações na criança;

Estimule o bebê a pegar os brinquedos. Quando ele começar a rolar, coloque o brinquedo um pouco longe dele para que tente pegá-lo;

Incentive seu filho a rolar, mostre o brinquedo para ele e coloque ao seu lado. No início o ajude a rolar, pegando no bumbum e ombro;

Coloque seu filho deitado de barriga para baixo e coloque brinquedos coloridos para que ele olhe e tente pegá-los também, isso irá fortalecer o pescoço dele e estimulação visual.

A importância do brincar para o desenvolvimento de qualquer criança é bem conhecida.

Brincar pode ser definido como uma exploração agradável do ambiente. Se o bebê sorri ao ser estimulado pelo adulto, está brincando e aprendendo.

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.