

É normal?

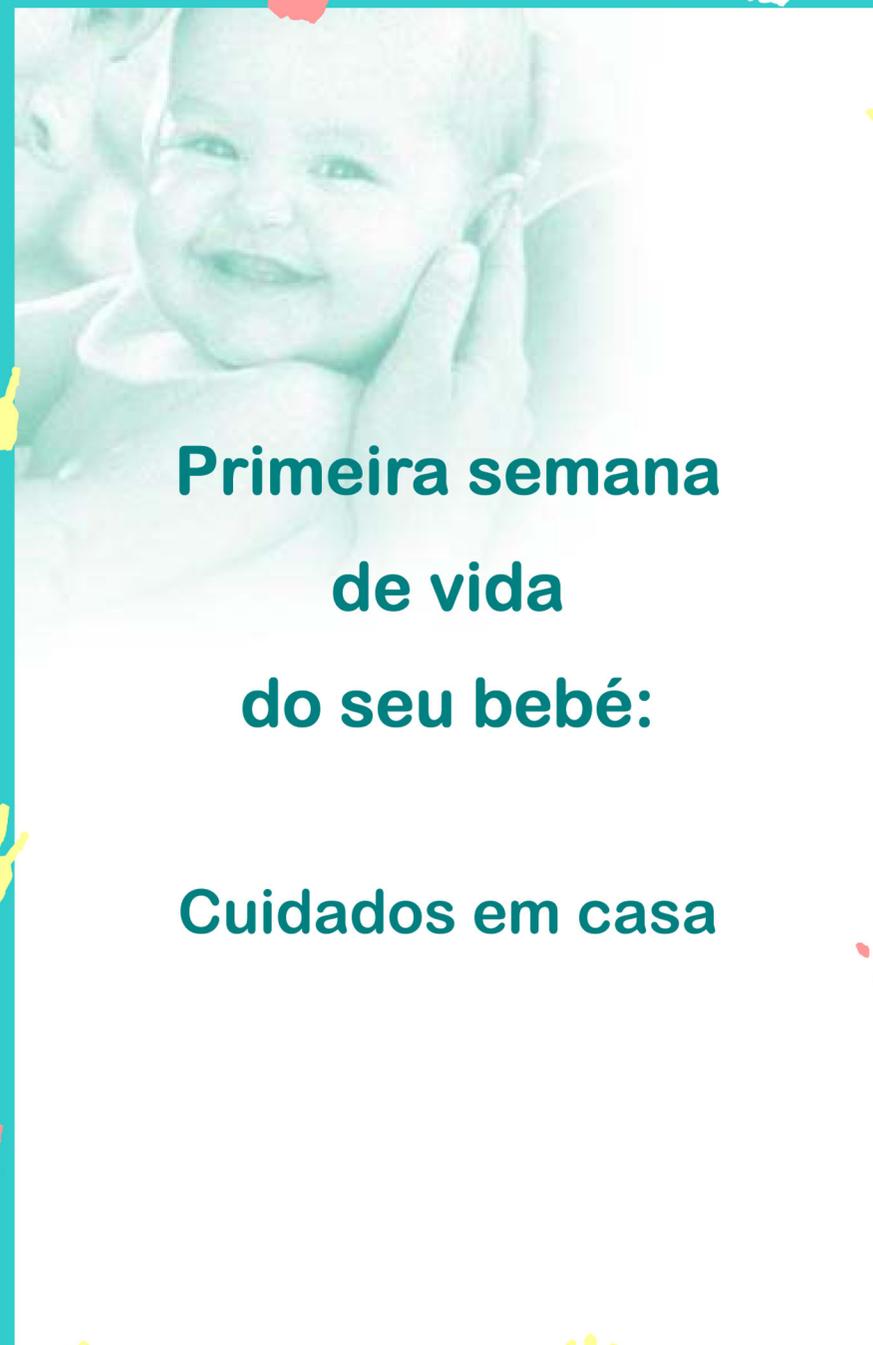
É normal um recém-nascido apresentar uma série de alterações que provocam alguma ansiedade nos pais:

- O bebé pode apresentar soluços e espirros, sendo que estes últimos não significam constipação.
- As glândulas mamárias, em ambos os sexos, podem estar aumentadas de volume. Nas meninas, pode ocorrer um ligeiro corrimento vulvar, por vezes sanguinolento. A urina pode ser alaranjada ou rosada, sem significado de doença.
- Os recém-nascidos, sobretudo se alimentados ao peito, podem ter várias dejeções por dia, de fezes moles ou mesmo líquidas, sem significar diarreia. Também podem estar 48 horas sem evacuar, sem significado patológico. A cor das fezes é muito variável, amarela ou verde, por vezes granulosa. Desde que não tenham sangue e não sejam totalmente brancas, não são, geralmente, motivo de preocupação.
- O eritema tóxico, vulgarmente conhecido como “flor-do-parto”, é frequente e caracteriza-se por manchas vermelhas com ponto branco ao centro. Desaparece rapidamente na 1.ª semana de vida.
- A icterícia, tom amarelado da pele, pode surgir ao 3.º ou 4.º dias de vida e desaparece gradualmente. Se persistir para além dos 14 dias de vida, deve consultar o seu médico.
- As cólicas podem surgir na primeira semana de vida e resultam em choro forte, inexplicável, sendo que nos intervalos o bebé está bem. Regra geral, desaparecem ao 3.º mês de vida. A técnica de massagem pode aliviá-las (informe-se no Centro de Saúde).
- Se o bebé apresentar febre (temperatura axilar superior a 38°C), antes dos 2 meses de vida, deve ser observado por um médico.

SRAS
Secretaria Regional em Assuntos Sociais

Instituto de Administração da Saúde
e Assuntos Sociais, IP-RAM
Departamento de Promoção e Protecção da Saúde

SESARAM
EPE
Serviço de Saúde da RAM EPE
Hospital Central do Funchal
Serviço de Pediatria



Primeira semana de vida do seu bebé:

Cuidados em casa

Aleitamento materno

O leite materno é um alimento rico, saudável e natural. Apresenta vantagens para o desenvolvimento do bebé, previne infecções e alergias e é um importante meio de vinculação entre mãe e filho. Oferece, igualmente, vantagens maternas. Deve iniciar-se na primeira meia hora de vida, ter horário livre, duração e periodicidade variáveis. A boa progressão de peso é o melhor indicador de sucesso do aleitamento materno. No entanto, é frequente e normal o recém-nascido perder peso nos primeiros dias de vida.



Quarto do bebé

O quarto deve proporcionar, ao recém-nascido, um ambiente de aconchego e segurança.

Na decoração devem ser excluídos todos os elementos que possam provocar acidentes nas várias idades (objectos pesados, pontiagudos ou quebráveis; fios; peças pequenas; brinquedos tóxicos). A cama do bebé deve respeitar as normas de segurança (grades arredondadas com altura mínima de 60 cm e distância de 6 cm). A cabeceira da cama deve ser elevada de modo a ficar ligeiramente inclinada.



Nas primeiras semanas, o bebé pode dormir no quarto dos pais, desde que no berço ou alcofa dura. Os lençóis devem ser bem presos e não devem cobrir acima do peito. Deve-se deitar o bebé de barriga para cima, excluindo almofadas, peluches ou fraldas.

Transporte em segurança

De acordo com as normas de segurança, o bebé deve ser SEMPRE transportado em cadeira própria (tamanho 0+), no banco traseiro, virado para trás. A cadeira deve ser sempre presa pelo cinto de segurança. Após alta da Maternidade, é obrigatório transportar o bebé nesta mesma cadeira.



Higiene do bebé

Antes de pegar no seu bebé, lave sempre as suas mãos. O banho do bebé deve ser diário, com os seguintes cuidados: o quarto deve estar aquecido (22° a 25°C); deve preparar antecipadamente o material necessário (sabão, toalha,...); encha a banheira com água fria, em primeiro lugar e só depois a quente; a água da banheira não deve ultrapassar os 10 cm de profundidade; usar um termómetro de água e a parte interna do punho para verificar a temperatura da água, ideal a 37°C.

O uso de cadeiras acessórias é desaconselhado, pois pode transmitir falsa sensação de segurança. Familiarize-se com a técnica do banho durante a estadia na maternidade. Não abuse dos toalhetes de limpeza uma vez que são irritantes para a pele do bebé.

Cordão umbilical

Após o banho deve limpar e secar suavemente o coto umbilical. Ao colocar a fralda, deve dobrar a parte superior de forma a não fazer pressão.



Rastreios e vacinas

Entre o 3.º e o 6.º dias de vida, marque o rastreio de doenças metabólicas “teste do pezinho”, no Centro de Saúde da sua área de residência. Fará também as vacinas anti-tuberculose (BCG) e anti-hepatite B (1.ª dose).

