

**CUIDANDO DO BEBÊ
NASCIDO PRÉ-TERMO:
GUIA DE ORIENTAÇÃO
INTERDISCIPLINAR PARA
A FAMÍLIA**



ACRIAR
Ambulatório da
Criança de Risco

INFORMAÇÕES TÉCNICAS

Organização:

Suelen Rosa de Oliveira (Escola de Enfermagem da UFMG)

Autores:

Maria Cândida Ferrarez Bouzada Viana

Márcia Gomes Penido Machado

Marina Servilha

Alunos de graduação em Enfermagem (projeto de extensão):

Clarissa Costa Antunes

Gabriel Pereira de Souza

Kathleen Campos Matias

Luísa Reis Zagnoli

Stéfanie Morais Santos

Pamela Sprovierie dos Santos





OL48c Oliveira, Suelen Rosa de.
Cuidando do bebê nascido pré-termo [recursos eletrônicos]: guia de orientação interdisciplinar para a família. / [organizado por] Suelen Rosa de Oliveira; [autores] Maria Cândida Ferrarez Bouzada Viana; Márcia Gomes Penido Machado; Marina Servilha; [colaboradores] Clarissa Costa Antunes; Gabriel Pereira de Souza; Kathleen Campos Matias; Luisa Reis Zagnoli; Stéfanie Morais Santos; Pamela Sproverie dos Santos. - 1. ed. - Belo Horizonte: Escola de Enfermagem da UFMG; ACRIAR: laboratório da Criança de Risco, 2024.
26 p.: il.

Formato: PDF.

Requisitos do Sistema: Adobe Digital Editions. ISBN: 978-65-86593-32-7

1. Guia Informativo. 2. Recém-Nascido Prematuro. 3. Aleitamento Materno. 4. Banhos. 5. Saúde da Criança. 6. Desenvolvimento Infantil. I. Viana, Maria Cândida Ferrarez Bouzada. II. Machado, Márcia Gomes Penido. III. Servilha, Marina. IV. Antunes, Clarissa Costa. V. Souza, Gabriel Pereira de. VI. Matias, Kathleen Campos. VII. Zagnoli, Luisa Reis. VIII. Santos, Stéfanie Morais. IX. Santos, Pamela Sproverie dos. X. Título.
NLM: WS 410

Bibliotecário responsável: Fabian Rodrigos Santos CRB-6/2697



PREFÁCIO

Agora, você (mãe, pai, família) está com o seu bebê nascido pré-termo em casa. Um momento tão esperado e de muita alegria! Nesse período de adaptação em casa, após a alta hospitalar, é comum que muitas dúvidas apareçam...

- Estou oferecendo o melhor cuidado para o bebê?
- Como posso incentivar o seu desenvolvimento?
- Como mantê-lo seguro e saudável?



Esse guia foi elaborado, com muito carinho, pela equipe de profissionais de saúde do ACRIAR (Ambulatório da Criança de Risco), com o objetivo de trazer informações úteis, seguras e confiáveis para te auxiliar nos cuidados com o seu bebê nascido pré-termo nos primeiros meses após a alta hospitalar. E lembre-se, em caso de dúvidas, conte conosco!

SUMÁRIO



CONHECENDO O ACRUAR.....5

POR QUE É TÃO IMPORTANTE QUE O BEBÊ PRÉ TERMO TENHA ACOMPANHAMENTO REGULAR DE SAÚDE?.....8

MEU BEBÊ PODE RECEBER VISITAS?.....9

O ALEITAMENTO MATERNO TRAZ INÚMERAS VANTAGENS PARA MÃE E BEBÊ. VAMOS DESCOBRIR QUAIS SÃO ELAS?.....10

A ALIMENTAÇÃO DO BEBÊ.....11

É HORA DO BANHO!.....12

TÉCNICA DO BANHO DE FRALDA.....15

HIGIENE ORAL DO BEBÊ.....17

TROCA DE FRALDAS.....18

SONO.....19

VACINAS.....20

SINAIS DE ALERTA.....22

CUIDADOS COM O AMBIENTE.....23

INCENTIVANDO O DESENVOLVIMENTO SAUDÁVEL DO BEBÊ PREMATURO.....24

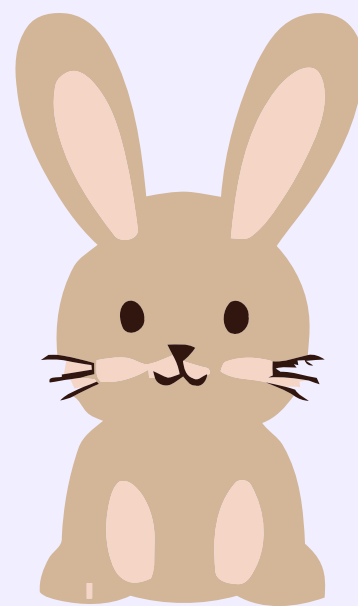
VOCÊ NÃO ESTÁ SOZINHO(A)...25

REFERÊNCIAS.....26

CONHECENDO O ACRIAR

Seja bem-vindo(a) ao ACRIAR, o Ambulatório da Criança de Risco do Hospital das Clínicas da Universidade Federal de Minas Gerais (HC-UFMG).

O ACRIAR é um ambulatório que se destina ao acompanhamento das crianças que nascem prematuramente somente na maternidade do HC-UFMG. Aqui, crianças nascidas com menos de 34 semanas de idade gestacional e/ou com peso menor que 1500 gramas são acompanhadas, por uma equipe multidisciplinar, desde a alta hospitalar até os 7 anos de idade.



No ACRIAR, o atendimento é multiprofissional e a primeira consulta com o Pediatra já é marcada assim que o bebê recebe alta da Unidade Neonatal do HC/UFMG. Aqui, seu bebê receberá atendimento por diversos profissionais de saúde até os 7 anos de idade e é fundamental que ele frequente todas as consultas e atendimentos agendados. Ao faltar em uma consulta sem aviso prévio, um outro paciente fica sem atendimento.

CONHECENDO O ACRIAR

O ACRIAR funciona todas as quartas-feiras, de 13:30h às 17:30h, no Ambulatório Bias Fortes. Aqui, seu bebê receberá atendimento de diversos profissionais como:

Enfermagem

Atendimento direcionado a orientações sobre os cuidados gerais com o bebê, como banho, alimentação, sono, higiene, vacinação, prevenção de acidentes, uso correto de medicamentos e prevenção de doenças. Você também poderá tirar suas dúvidas e conversar sobre dificuldades que esteja vivenciando no cuidado do bebê em casa.

Pediatria

Seguimento do bebê para avaliação de crescimento, desenvolvimento neuropsicomotor, vacinação, prevenção de acidentes e orientação alimentar. O objetivo principal é a prevenção de problemas em médio e longo prazo relacionados à prematuridade.



CONHECENDO O ACRIAR

Fonoaudiologia

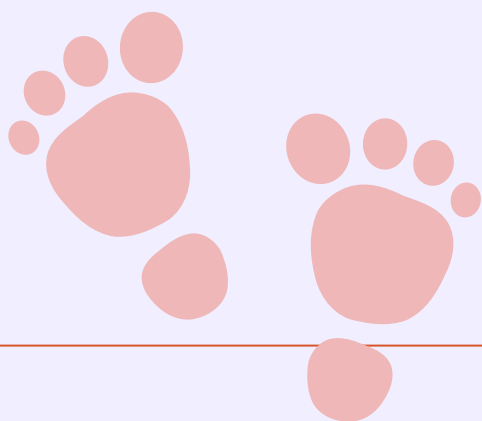
Esse profissional busca identificar desvios do desenvolvimento da linguagem ou habilidades auditivas. Também realiza orientação aos pais quanto aos aspectos da amamentação/alimentação, uso de chupetas e mamadeiras, estratégias para ajudar no desenvolvimento da linguagem oral e indicação de tratamentos especializados, quando necessário.

Fisioterapia e Terapia Ocupacional

Trabalham em um único setor para avaliar e acompanhar o desenvolvimento global do bebê e, se necessário, encaminhar para intervenção o mais cedo possível. Você também receberá orientações de atividades simples para incentivar o desenvolvimento do bebê em casa.

Neurologia

O atendimento do neurologista busca detectar precocemente os desvios no desenvolvimento da criança e propor intervenções e tratamentos precocemente.



POR QUE É TÃO IMPORTANTE QUE O BEBÊ NASCIDO PRÉ-TERMO TENHA ACOMPANHAMENTO REGULAR DE SAÚDE?

O bebê nascido prematuramente é aquele que nasceu antes de completar 37 semanas de gestação. Por isso, ele apresenta alguns órgãos e sistemas do corpo ainda imaturos e precisa de cuidados especiais para que ele possa crescer e se desenvolver da melhor maneira possível.

Por isso é tão importante que ele receba atendimento dos diferentes profissionais, que irão acompanhar o seu crescimento, desenvolvimento e condição geral de saúde.

Assim, caso ele tenha alguma necessidade específica, esta poderá ser identificada o mais cedo possível, permitindo uma intervenção oportuna.

E outra informação muito **importante**: além do atendimento no ACRUAR, **seu filho deverá ser acompanhado com os profissionais do seu Centro de Saúde de referência**!



MEU BEBÊ PODE RECEBER VISITAS?

- ◆ Deve-se limitar as visitas ao círculo íntimo da família (exemplo: tios e avós) logo quando o bebê nascido pré-termo vai para casa, porque ele tem mais risco de contrair infecções.

★ Limitar o tempo e o número das visitas para evitar risco de infecções e não alterar muito a rotina do bebê.

▲ As visitas não devem pegar o bebê no colo. Em caso de necessidade, devem sempre lavar as mãos com água e sabão ou higienizá-las com álcool 70% antes de entrar em contato com o bebê.

● O bebê não deve ter contato com pessoas resfriadas.

▲ **NUNCA** beijar o rosto e as mãos do bebê!



O ALEITAMENTO MATERNO TRAZ INÚMERAS VANTAGENS PARA MÃE E BEBÊ. VAMOS DESCOBRIR QUAIS SÃO ELAS?

O leite da mãe do bebê nascido pré-termo é adaptado às suas necessidades, contendo mais calorias, proteínas e gorduras do que o leite da mãe de um bebê a termo.

Além disso, outros benefícios são:

- **Fortalece os laços entre mãe e bebê**
- **Faz o bebê se sentir querido e seguro**
- **Menor risco de diarreia, pneumonia e alergias**
- **Menos internações nos primeiros anos de vida**
- **Melhora o desenvolvimento cerebral e visual do bebê**



A ALIMENTAÇÃO DO BEBÊ

- O ideal é que **até os 6 meses de vida** seu bebê seja amamentado **somente com o leite materno**. Sabemos que nem sempre isso é possível. Caso seja necessário incluir outro tipo de leite na dieta do bebê você deve sempre procurar primeiro a orientação do pediatra.
- As **mamadas** devem ser frequentes e em livre demanda, ou seja, **de acordo com a vontade do bebê**.
- Bebês dão sinais de que estão com fome como: chorar, sugar as mãos e fazer movimentos em busca da mama.



Caso o bebê seja muito sonolento nos primeiros dias, pode ser necessário que o acorde para que ele possa mamar. Converse mais sobre isso com nossa Equipe Médica e de Enfermagem.

É HORA DO BANHO!

Além de ser a principal prática para manter a higiene do bebê, o banho permite um fortalecimento dos laços, favorecendo uma maior interação e agradáveis momentos entre o cuidador e a criança.

É importante lembrarmos que a pele das crianças possui características diferentes dos adultos, e possui o seu desenvolvimento completo apenas a partir de 1 ano de vida.

Por isso, precisamos ter alguns cuidados especiais na hora do banho, principalmente com as crianças nascidas prematuras, que têm a pele ainda mais sensível:

1. A frequência e duração do banho varia com a rotina de cada família, mas é recomendado que o banho em crianças menores dure de 5 a 10 minutos. Já em crianças maiores pode ser mais longo, pois passa a ser também um momento de brincadeira.



É HORA DO BANHO!

2. O banho deve ser dado em um local seguro e sempre supervisionado por um adulto, para que a criança não corra risco de acidentes, como queda da banheira ou afogamento.
3. A água deve estar próxima a temperatura corporal do bebê, entre $36,5^{\circ}$ e $37,5^{\circ}$.
4. A profundidade da água não deve ultrapassar a altura do quadril da criança sentada, que em geral é de 5 cm.
5. Devem ser usados sabonetes sem perfumes e que tenham sido testados para uso em crianças. Deve-se dar preferência para sabonetes neutros, pois mantém o pH normal da pele, ajudando na sua proteção. Sabonete em barra neutro é permitido, desde que ele seja usado somente pelo bebê.
6. Não é recomendado o uso de shampoos em recém-nascidos.



É HORA DO BANHO!

7. Prefira dar banho nos horários mais quentes do dia, ou seja, perto da hora do almoço. Feche as janelas e portas para evitar correntes de ar e prepare todo o material necessário (incluindo fralda e roupinhas), antes de iniciar o banho.

8. Após o banho ou mamadas é muito importante colocar o bebê no contato pele a pele com a mãe ou o pai, pois vai aumentar o apego com os pais, a produção de leite, proteger contra infecções e temperaturas baixas.

9. A exposição ao sol pode prejudicar a pele, não sendo recomendada a exposição solar de maneira direta em crianças com menos de 6 meses.

Você sabia?

Bebês muito pequenos não precisam de banhos diários.

Por isso, nos dias frios, apenas a higiene na região das fraldas pode ser suficiente.



TÉCNICA DO BANHO DE FRALDA

1. Envolver o bebê em uma toalha macia ou fralda de pano, deixando somente a cabecinha descoberta.



2. Iniciar o banho pelo rosto, sem sabão.

3. Seque o rostinho e passe para a lavagem dos cabelos. Importante tapar as orelhas do bebê com os dedos das mãos. Seque com movimentos leves sem friccionar o couro cabeludo.



4. A seguir, coloque o corpo do bebê na água, ainda enroladinho.



TÉCNICA DO BANHO DE FRALDA

5. Vá descobrindo cada parte do corpo que será lavada, uma de cada vez.



6. Vire o bebê para lavar as costas. Cuidado para que o rosto não toque a água.

7. Finalizado o banho, envolva o bebê em toalha seca, seque-o e vista rapidamente, para evitar que ele esfrie.



Fonte: Portal de Boas Práticas em Saúde da Mulher, da Criança e do Adolescente.
<https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/atencao-recem-nascido/o-banho-do-recem-nascido-pre-termo/>

HIGIENE ORAL DO BEBÊ

- A escovação deve começar assim que nascer o primeiro dentinho, 2 vezes ao dia.
- Use escova com cerdas macias, cabeça pequena e pasta de dente com pelo menos 1000ppm de flúor.
- Quantidade: 1 grão de arroz cru, bem pouquinho!

**É muito importante
que a escovação seja
feita sempre com
supervisão dos pais ou
dos cuidadores.**



TROCA DE FRALDAS

- A fralda do bebê deve ser conferida a cada 2 a 3 horas e trocada sempre que necessário.
- Sempre que possível, prefira o uso de algodão e água morna. Lenços umedecidos devem ser usados somente quando sair de casa. Escolha lenços com menor quantidade de produtos químicos e sem perfume, para evitar alergias.
- É importante não levantar o bebê nascido pré-termo pelas pernas, na troca de fralda. É recomendado colocar ele de lado para fazer a higiene e trocar a fralda.

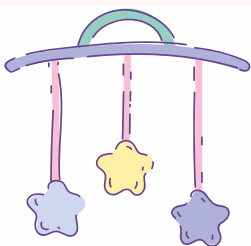


SONO

Falando do berço, menos é mais!

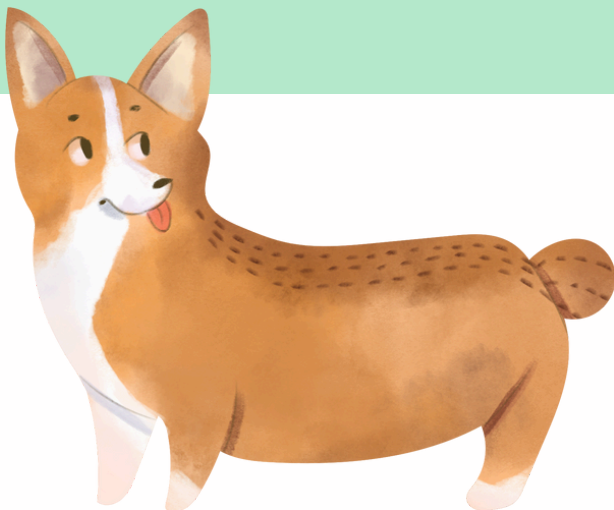


- Os bebês devem ser colocados para dormir com a barriga para cima até 1 ano de idade.
- A superfície do berço deve ser firme e não deve conter cobertores, almofadas, brinquedos ou travesseiros, pois podem sufocar o bebê. Evite cobri-lo, é mais indicado usar roupas em camadas (mais ou menos agasalhadas, dependendo da temperatura ambiente) em vez de cobertas.
- A inclinação da cama não precisa ser maior do que 5%.
- É recomendado que as crianças até um ano durmam no quarto dos pais, próximo à cama dos pais, mas em superfícies separadas. O bebê não deve dormir na mesma cama que os pais para evitar acidentes.



VACINAS

- Os bebês nascidos prematuramente apresentam um maior risco de ter infecções, pois possuem seu sistema de defesa (chamado de sistema imunológico) ainda em desenvolvimento.
- As vacinas são um dos principais meios de proteção contra muitas doenças infecciosas, sendo muito importante para a saúde do bebê. Assim, não deixe de vacinar sua criança nas datas marcadas em seu cartão de vacinação!
- Além disso, é importante que os pais e familiares próximos do recém-nascido mantenham as suas vacinas também atualizadas, para evitar que possam transmitir doenças a essas crianças.





VACINAS

O calendário vacinal do recém-nascido pré-termo é diferente?

- Com exceção da vacina BCG, que deve ser aplicada somente quando a criança atingir o peso mínimo de 2000g, o calendário vacinal deve ser seguido de acordo com a idade cronológica da criança, e não na idade corrigida.
- As doses da vacina devem ser dadas de modo habitual a todos os bebês! Não se deve dividir a dose, mesmo sendo crianças nascidas prematuramente, pois isto pode prejudicar na eficácia da vacina.
- Durante a vacinação e consultas com profissionais de saúde é essencial que os responsáveis levem o cartão de vacina da criança, para que possa ser feito um acompanhamento constante do estado vacinal. Por isso, sempre traga o cartão de vacina quando vier ao ACRIAR!



SINAIS DE ALERTA

Quando cuidamos de um bebê nascido pré-termo devemos ficar **atentos** para alguns sinais de alerta como:

- Bebê muito sonolento e com pouca resposta aos estímulos
- Pele roxinha ou muito pálida
- Xixi de cor escura e poucas vezes ao dia
- Convulsões
- Vômitos frequentes
- Apresentar extremos de temperatura: febre (acima de $37,5^{\circ}\text{C}$) ou hipotermia (menos de $36,5^{\circ}\text{C}$)
- Barriguinha aumentada e endurecida
- Inchaço na região genital



**Caso perceba algum desses sinais,
procure imediatamente um serviço
de saúde!**

CUIDADOS COM O AMBIENTE: AMBIENTE SAUDÁVEL, BEBÊ SAUDÁVEL...

- Manter a casa arejada e limpa. Usar produtos de limpeza neutros e não deixar mofo nem umidade.
- Fazer varredura úmida (usar pano de chão úmido em vez de varrer com vassoura seca).
- Evitar coisas que acumulem poeira (cortinas, tapetes, pelúcias) e manter o local onde o bebê fica livre de pelos de animais de estimação.
- Evitar ambiente com muitas pessoas.
- Sempre lavar as mãos antes de pegar, cuidar e alimentar o bebê.



INCENTIVANDO O DESENVOLVIMENTO SAUDÁVEL DO BEBÊ PREMATURO, EM CASA

- Os dois primeiros anos de vida de seu bebê são decisivos no desenvolvimento cerebral, sendo caracterizado por grandes transformações no desenvolvimento do bebê. As habilidades aprendidas nesse período são a base para a aquisição de habilidades futuras.
- É importante você saber que o desenvolvimento do bebê ocorre a partir das experiências que ele vivencia em casa, no dia a dia. Elas são tão importantes para o desenvolvimento como suas características individuais (biológicas e genéticas).
- Por isso, durante as consultas no ACRIAR, você será orientada(o) sobre atividades simples, com recursos e materiais fáceis de serem encontrados em qualquer casa, que podem ajudar no desenvolvimento do bebê durante os primeiros anos de vida.



VOCÊ NÃO ESTÁ SOZINHO (A)... TODO APOIO É BEM VINDO!



A chegada do bebê muda completamente a vida da mãe e da família. Por isso, ajuda é sempre bem-vinda!

Nesse momento inicial, a mulher está desenvolvendo seu modelo de “maternar”. Está se conectando com o bebê para aprender a reconhecer suas necessidades. Para isso, ela precisa de tempo, espaço e compreensão. A tristeza, medo e o cansaço vão melhorar a medida em que a mãe se sentir segura.

Nessa fase, é muito importante que ela possa contar com uma rede apoio.

Rede de apoio são pessoas próximas que podem te ajudar a cuidar do bebê e de você, como familiares, vizinhos ou amigos.

Se você tem dúvidas sobre esse assunto, o primeiro passo é conversar com um profissional de saúde para que este possa te ajudar a identificar possíveis redes de apoio. Lembre-se, você não está sozinha, conte conosco nesse processo!



REFERÊNCIAS

1. I Painel Latino-Americano. **Cuidados com Pele Infantil**. 3ª edição. São Paulo: Limay Editora, 20p. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/pdfs/painel-JJ-Fasciculo-3.pdf
2. Sociedade Brasileira de Pediatria. **Síndrome da Morte Súbita do Lactente é tema de documento produzido pelo Departamento de Medicina do Sono da SBP**, 2018. Disponível em: <https://www.sbp.com.br/imprensa/detalhe/nid/sindrome-da-morte-subita-do-lactente-e-tema-de-documento-produzido-pelo-departamento-de-medicina-do-sono-da-sbp/>
3. Sociedade Brasileira de Pediatria. **Seguimento ambulatorial do prematuro de risco**. 1 ed. 2012. 77p. disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/pdfs/seguinto_prematuro_ok.pdf
4. WAKSMAN, RENATA. **Momento saúde: segurança no berço**. Sociedade de Pediatria de São Paulo, 2018. Disponível em: <https://www.spsp.org.br/2018/09/19/momento-saude-seguranca-no-berco/>
5. Ruas TCB, Gagliardo HGRG, Andreotti AL, Silva PMVA, Martini G, Faria L. **Desenvolvimento infantil: um guia para acompanhamento de bebês prematuros e a termo**. Ruas TCB, Gagliardo HGRG, editors. São Paulo (SP): FiloCzar; 2021.
6. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia de recomendações para o uso de fluoretos no Brasil** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília : Ministério da Saúde, 2009.

