

Cartilha de cuidados com o **Recém-Nascido Prematuro**

Desmistificando o cuidar no domicílio



Ficha Catalográfica
Preparada pela Faculdade Pernambucana de Saúde

S465c Selfes, Claudia Roberta

Cartilha de cuidados com o recém-nascido prematuro: desmistificando o cuidar no domicílio. / Claudia Roberta Selfes, Carmina Silva dos Santos. – Recife: Do Autor, 2022.

14 f.

Cartilha.

ISBN: 978-65-84502-63-5

1. Prematuro. 2. Cartilha educacional. 3. Enfermagem neonatal. 4. Bem-estar familiar. 5. Estudo de validação. I. Santos, Carmina Silva dos, orientadora. II. Título.

CDU 616-083:618.2

Autoras

Cláudia Roberta Selfes de Mendonça

Graduação em Enfermagem pela Faculdade Nossa Senhora das Graças - FENSG
Especialista em Obstetrícia pela Faculdade Nossa Senhora das Graças- FENSG
Docente da Graduação em Enfermagem da Faculdade Pernambucana de Saúde.
Enfermeira assistencial da Unidade Neonatal do Instituto Medicina Integral Professor Fernando.

Carmina Silva dos Santos

Enfermeira. Doutora em Nutrição pela Universidade Federal de Pernambuco
Docente Permanente do Mestrado Profissional em Educação para o Ensino na Área de Saúde da Faculdade Pernambucana de Saúde.
Docente da Graduação em Enfermagem da Faculdade Pernambucana de Saúde.

Olá, Pais.

Essa é uma cartilha educativa, produto de um projeto do Mestrado da Faculdade Pernambucana de Saúde. Essa cartilha tem como objetivo te ajudar a ter mais segurança na hora de cuidar do seu bebê que nasceu prematuro, te mostrando que é possível fazer todos os cuidados que ele precisa, sem medo ou angústias.

Os estudos apontam que dúvidas e sentimentos que preocupam os pais, principalmente a mãe após a alta hospitalar do recém-nascido prematuro, podem afetar diretamente no desempenho do papel materno no que diz respeito a execução do cuidado a esse recém-nascido no domicílio.

Os pais permanecendo na segunda etapa do canguru, garante todos os processos iniciados dos cuidados ao bebe prematuro, permanecendo de maneira continua com sua mãe e a posição canguru será realizado pelo maior tempo possível. A presença e a participação dos pais nos cuidados devem ser estimuladas.

Com a elaboração dessa cartilha, esperamos contribuir com informações úteis, científicas e de qualidade para que o seu bebê possa ter um desenvolvimento pleno e saudável, em um ambiente repleto de alegria, carinho e amor!

Sumário

| | |
|---|----|
| Conhecendo o bebê prematuro | 04 |
| A importância da amamentação | 06 |
| Posições para amamentar | 07 |
| Posição pós amamentação | 08 |
| Curiosidades sobre a amamentação | 10 |
| Estreitando laços afetivos | 16 |
| Cuidar do ambiente também é cuidar da saúde do bebê | 18 |
| Todo apoio é bem-vindo! | 19 |
| Hora do banho | 20 |
| Referências | 26 |



Vamos lembrar!



Você sabe como é um bebê prematuro?

O bebê prematuro é um bebê que nasceu depois da 20ª semana e antes de completar 37 semanas de gestação, e por isso, ele apresenta alguns sistemas do corpo ainda imaturos, que precisam de cuidados especiais para que ele possa crescer e se desenvolver da melhor maneira possível!

Devido a essa imaturidade, ele pode necessitar de alguns tratamentos específicos ainda no hospital, como por exemplo:

- Ficar internado na UTIN por alguns dias;
- Utilizar o oxigênio para respirar melhor;
- Utilizar sonda para sua alimentação;
- Ficar na incubadora ou berço aquecido para manter a temperatura do corpinho e na posição canguru (em contato pele a pele) o maior tempo possível;
- E algumas medidas de prevenção para evitar infecções.

Por isso, é importante entender a fragilidade de um bebê prematuro, para que os cuidados em casa possam ajudar ainda mais em seu desenvolvimento saudável!



A importância da amamentação

Por que devemos manter a amamentação?

“Amamentar é um ato de amor, carinho, resistência, insistência e paciência!”

(AUTOR DESCONHECIDO)

Nesse momento vamos recordar como deve ser a pega correta, posições para amamentar, como fazer a retirada manual e o armazenamento do leite materno!

Sei que vocês saíram do hospital sabendo de tudo isto, vamos rever:

- Grande parte da aréola na boca do bebê e não apenas o mamilo
- Barriga e troncos do bebê encostado na mãe (barriga com barriga)
- Boca aberta como “boquinha de peixe”
- Queixo encostado no peito
- Bochecha cheia quando suga o leite
- Lábios virados para fora
- Nariz não encosta no peito e respira livremente

Observação:

Para manter a amamentação ao chegar em casa:

- Não oferecer água ou chás;
- Evite o uso de chupeta e mamadeira;
- Se precisar sair retire o leite do peito e oriente oferecer com o copo.

Saber:

O reflexo da busca é:

- Lento e imperfeito, com 30 semanas.
- Rápido e incompleto, com 32 semanas.
- Rápido, completo e duradouro, com 34 semanas.

Posições para amamentar

Existem diferentes posições para amamentar o seu bebê procure a que fique mais confortável e observe as imagens abaixo:



Curiosidade

Uma forma muito legal de ajudar o bebê a pegar o peito é utilizar o reflexo da procura: basta encostar o peito do lado da boca do bebê e esfregar com muito carinho, logo o bebê sentirá o cheiro do leite e abrirá a boca para procurar o mamilo!

Posição pós amamentação

Também é importante lembrar-se de posicionar o bebê para arrotar após a mamada!

A melhor posição para colocar o bebê para arrotar: o bebê deve estar em pé e sua cabecinha apoiada nos ombros do cuidador ou coloca-lo em posição canguru.



Benefícios da amamentação para o bebê prematuro

- Na amamentação, o bebê recebe os anticorpos da mãe para proteção contra diarreia e diversos tipos de infecções, principalmente as respiratórias;
- O leite materno diminui as chances do bebê desenvolver alergias, colesterol alto, diabetes e obesidade;
- O aleitamento materno também ajuda a criança a desenvolver-se bem, fisicamente e emocionalmente;
- É um excelente exercício para o desenvolvimento da face e da fala;
- É importante para que a criança tenha dentes fortes e alinhados, e também para que o bebê respire melhor.





Você sabia?

Que existe uma forma de oferecer o leite materno ao bebê prematuro sem precisar utilizar bicos artificiais?!

Pode-se oferecer o leite materno no copinho, essa ferramenta simples e prática ajuda a estimular a ingestão do leite materno e evita a confusão de bico!

Quais os cuidados necessários para quando ofertar o leite materno no copinho?

- Primeiramente é importante realizar a lavagem das mãos;
- Em seguida colocar o bebê na posição semissentada;
- Conferir a temperatura do leite, que deve estar morno (lembrar de esquentá-lo em banho maria e não deixar ferver);
- Para ofertar o leite, pode-se posicionar a borda do copinho em seu lábio inferior, dessa forma o bebê suga o leite sem precisar forçá-lo, ou derramar o leite na boca com risco do leite ir para o pulmão;
- E, com paciência esperar que o bebê sugue e engula o leite, sem precisar forçá-lo.



Você sabia?

Que mamar no peito é essencial para os bebês pois, trabalha todos os músculos da face. Na mamadeira, a sucção realizada não usa de maneira correta os músculos faciais, podendo gerar no bebê problemas dentários e na fala.

Algumas consequências do uso de bicos artificiais são:

- Altera a posição dos dentes, podendo deixar a mordida aberta ou a mordida cruzada;
- A musculatura dos lábios e da língua podem ficar flácidos, o que pode dificultar na sucção no peito, na mastigação e na fala;
- Interfere na respiração;
- Há crianças que deixam de aceitar o peito, já que o bico artificial é mais fácil para sugar.



O que é importante na higiene do bumbum do bebê prematuro

O bebê prematuro tem a pele muito fina e sensível, sendo mais fácil adquirir assaduras. Portanto, deve ser trocada a fralda com mais frequência. A assadura não pode ser menosprezada, pelo incômodo e sofrimentos causados à criança, com possibilidades de complicações locais, como infecções.

Para prevenir assaduras é importante limpar o bumbum com água e sabonete neutro, após as evacuações, e mantê-lo seco. Às vezes pode acontecer do bebê fazer xixi em plena troca de fraldas. Aí é aquele aguaceiro...

Observação:

Evitar a elevação das pernas e a troca de fralda após a amamentação.



Importante!

Se for menino, atenção com o pintinho; ao limpá-lo não retraia com força a pele da ponta, pois pode ferir.

Ao fazer a limpeza genital numa menina, a mãe deve abrir delicadamente os grandes lábios para retirar os resíduos de fezes e urina que se acumulam, e sempre limpar no sentido da frente para trás.

Menina ou menino, é importante secar bem a região e ajustar a fralda de forma que não fique muito apertada, pois pode incomodar o bebê, podendo levar a regurgitação.



Que cuidados devem ter com as roupas do bebê?

Recomenda-se lavar as roupas do bebê com sabão de pedra, neutro, de preferência, o de coco que tem menos química. Não usar amaciante. Esses produtos têm muita química que adere nas fibras das roupas e que, no contato com a pele do bebê, causam alergias. Enxaguar muito bem a roupa do bebê.

É importante que as roupas sejam secadas ao sol e sempre passadas a ferro para eliminar possíveis micróbios que ali estavam.



Informações importantes quanto à saúde do seu bebê

Os bebês prematuros possuem a capacidade de perder calor com mais facilidade. Dessa forma, é importante ficar de olho na quantidade de vestimentas de acordo com a temperatura do local, pois, excesso de vestimentas pode fazer com que ele perca calor e conseqüentemente perder peso também.

O bebê prematuro também se resfria com muita facilidade, e o frio pode gerar no bebê alguns problemas como:

- Dificuldade de respirar;
- Problemas graves nos rins;
- Dificuldade de ganhar peso ou mesmo perder peso;
- Inflamação no intestino;



IMPORTANTE:

Uma boa medida para manter a temperatura do bebê de forma adequada é colocá-lo na posição canguru principalmente à noite quando a temperatura cai.

Estreitando os laços afetivos

O que podemos fazer para criar e fortalecer os laços afetivos com o bebê? Podemos investir no toque, durante a amamentação, durante o banho, na troca de fraldas, colocando o bebe em contato com a pele na posição canguru o maior tempo possível.

O que podemos fazer então para promover esses laços?

Conversar com o seu bebê, durante os cuidados diários, como no banho, troca de fralda e durante a amamentação. Mamãe evite ficar no celular enquanto estiver amamentado. Este momento é para olhar, tocar, acariciar o seu bebe.

Um olhar prolongado para o seu bebê, sorrir, acariciar, aconchegar, o abraçar e o beijar, são comportamentos que certificam a existência desse afeto.

E então, quais os benefícios de construir e estreitar laços afetivos? Vamos lá...

Você conhecerá o seu filho, sendo capaz de identificar suas necessidades e cuidar melhor dele. E irá estimular o crescimento e desenvolvimento.



Cuidar do ambiente também é cuidar da saúde do bebê!

Agora vamos falar agora sobre pequenas ações que vão ajudar na saúde do bebê, sem que ele fique privado de tudo!

- Cuidado ao receber visitas. Limitar o número de pessoas a 1 por vez, verificando se a visita tem algum sinal de doenças respiratórias (coriza, tosse);
- Manter sempre a casa arejada e limpa, procurar limpar com produtos neutros e não deixar mofo nem umidade;
- Lavagem das mãos antes de pegar, cuidar e alimentar o bebê;
- Evitar ambiente com muitas pessoas;
- Manter as vacinas todas em dia.



Todo apoio é bem-vindo.

Nesse momento tão difícil da vida dos pais, contar com ajuda é fundamental... Vamos falar então sobre a importância da rede de apoio!

Rede de apoio são pessoas próximas (parentes e amigos) que podem ajudar nas tarefas de casa para você ter mais tempo para cuidar do bebê. Você sabia que a rede de apoio tem muitos benefícios para o bebê prematuro e para a família durante esse momento?

- Ajuda no equilíbrio das emoções, diminuindo o medo e a ansiedade;
- Aumenta a autoconfiança na hora de realizar os cuidados domiciliares e assim ajuda e diminuir a insegurança;
- É um grande aliado para adaptação dos pais diante da nova realidade e ajuda na dinâmica familiar: levar o outro filho para a escola, cozinhar, lavar roupa, enquanto a mãe se dedica aos cuidados do bebê e a ficar com ele na posição canguru, proporcionando um melhor desenvolvimento e mantendo o aleitamento materno.



Hora do banho!

A hora do banho é um momento bem importante para o bebê prematuro, porque além de deixá-lo limpinho, é um momento propício para estreitar os laços afetivos através de conversas, olhares, carinho e muito amor!

Esse momento pode gerar insegurança para os cuidadores, por achar que o bebê é frágil, pequeno e sensível. Mas é possível vivenciar esse momento da melhor maneira!



Passos para ajudar no banho do seu bebê

1 O primeiro passo para o banho é a separação do material que você irá utilizar



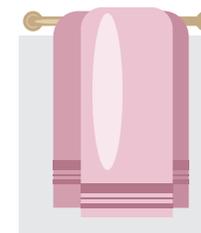
Sabonete neutro



Água morna



Álcool 70°



Toalha

2 O segundo passo para o banho é a conferência da temperatura da água:

- A temperatura adequada da água é entre 36,5° e 37°C e pode ser medida com termômetro.
- Caso a família não tenha termômetro, basta colocar a região interna no braço na água (região do pulso), se estiver agradável para você, também estará para o bebê.
- O local para o banho deve estar fechado e sem a circulação de vento (fechar todas as janelas e portas).

3

O banho do bebê tem uma ordem específica a ser seguida, mas tem um exemplo que possa ajudar nesse momento tão especial na vida do bebê:

- A) Coloque a água na banheira suficiente para cobrir o corpo do bebê;
- B) Lembrar-se de remover a fralda, retirar o excesso de fezes com algodão úmido, fazer higiene perineal. Com a ajuda de uma fralda de pano ou de toalha-fralda, proceder o enrolamento da criança, proporcionando segurança no contato com a água. Inicie o banho pelo rosto, sem sabão: limpar os olhos utilizando uma bola de algodão para cada olho, limpar as narinas e orelhas, quando necessário com fusos de algodão;
- C) Ensaboar o pescoço, os membros superiores, tórax anterior, costas e membros inferiores sucessivamente, lembrando-se de ir retirando o enrolamento com o pano aos poucos;
- D) Retirar os resíduos do sabonete com a espuma;
- E) Ensaboar a região genital e bumbum, removendo o sabão com algodão;
- F) Retirar o bebê da banheira, enrolando em toalha ou pano macio, secando a pele com movimentos compressivos e suaves sem friccioná-la;
- G) Colocar a fralda e, em seguida, colocá-la em contato pele a pele;
- H) O tempo de banho deve ser de cinco a dez minutos.

Dicas importantes para ajudar no banho do seu bebê

Feche as janelas e portas para evitar correntes de ar e deixe tudo o que for usar em local de fácil acesso. E procure um local familiar para dar banho no bebê, pode ser no seu quarto ou no banheiro mesmo!

Higienize a banheira com água e sabão antes e depois do banho. A água deve ocupar cerca de metade do volume da banheira.

Nos primeiros meses, o shampoo é dispensável, já que os bebês costumam ter pouco cabelo. Mas, depois opte por escolher um produto de preferência sem perfume.

Prefira banhar o bebê no horário mais quente do dia, ou seja, perto da hora do almoço. Após secar o bebê, coloque-o imediatamente em contato pele a pele na posição canguru para aquecê-lo.



E lembre-se:

a confiança e a segurança virão com o tempo!





Você sabia?

Que os recém-nascidos prematuros emitem sinais de alerta, e quando emitidos é preciso buscar ajuda no pronto atendimento mais próximo?

Alguns sinais de alerta são:

- Excesso de sonolência e baixa resposta aos estímulos;
- Xixi de coloração escura e poucas vezes ao dia;
- Pele roxinha ou muito pálida;
- Convulsões;
- Vômitos frequentes;
- Apresentar extremos de temperatura: febre (acima de 37,8°C) ou hipotermia (menos de 36,5°C);
- Barriguinha aumentada e endurecida.
- Recusar a alimentação, sugar pouco ou fracamente (sugar com pouca força).



Informação importante!

Aqui abaixo deixei um recadinho super especial pra vocês! Leiam com carinho e atenção!

Queridos familiares,

Eu estou muito feliz em poder participar dessa jornada de aprendizado com vocês, e poder contribuir com informações que os ajudarão no cuidado com o bebê prematuro.

Mas, preciso lembrá-los que essa cartilha não contém todas as respostas para as questões que surgirão no dia a dia, por isso, é de extrema importância comparecer às consultas marcadas na maternidade e no posto de saúde, para que dessa forma, o seu bebê se desenvolva da melhor maneira possível!

Com carinho!



Referências

AGOSTINHO, C; FRIAS, A. Ocitocina, uma hormona amiga da amamentação. 2018.

ALMEIDA, L.I.V; RAMOS, S.B; FIGUEIREDO, G.LA. Apoio e rede social no contexto urbano: percepções de mães de crianças prematuras. Aletheia, v. 52, n. 1, 2019.

BRASIL, Ministerio da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Atenção Humanizada ao Recem nascido: Método Canguru: Manual Técnico/ Ministerio da Saude, Secretaria de Atenção a saúde-3 ed.- Brasília: Ministério da Saúde, 2017.340p.:il.

BOTÊLHO, S.M et al. O cuidar materno diante do filho prematuro:um estudo das representações sociais. Revista da Escola de Enfermagem da USP, v. 46, n. 4, p.929-934, 2012.

DA SILVA, J.M.F. Prematuridade na gravidez gemelar. 2018.FONSECA, L.M.M; SCOCHI, C.G.S. Cuidados com o bebê prematuro: orientações para a família. FIERP/EERPUSP,2009.Disponívelem:http://bvsmis.saude.gov.br/bvsmis/publicacoes/cuidados_bebê_prematuro_3ed.pdf

LIMA, R.O et al. Intervenção de enfermagem-primeiro banho do recém-nascido: estudo randomizado sobre o comportamento neonatal. Acta Paulista de Enfermagem, v. 33, 2020.

MEDEIROS, C.C. Conhecimento e cuidado parental na promoção do desenvolvimento da criança nascida prematura. 2018.

MÉIO, M.D.B.B et al. Amamentação em lactentes nascidos pré-termo após alta hospitalar: acompanhamento durante o primeiro ano de vida. Ciência & Saúde Coletiva, v. 23, p. 2403-2412, 2018.

MOITA, C.E et al. O enfermeiro no acolhimento aos pais de recém nascido prematuro na unidade de terapia intensiva neonatal. Revista de Trabalhos Acadêmicos-universo Salvador, v. 1, n. 6, 2018.

NASCIMENTO, A.C.S.T et al. Redes Sociais de Apoio as famílias de prematuros que vivenciam a hospitalização: Um estudo Transcultural. Revista Eletrônica Acervo Saúde, n. 37, p. e1986-e1986,2019

ROCHA, G.M.N et al. Dúvidas maternas na alta hospitalar do recém nascido. Revista Univap, v. 25, n. 49, p. 93-103, 2019.

SALES, I.M.M et al. Contribuições da equipe enfermagem na segunda etapa do Método Canguru: Implicações para a alta hospitalar do recém-nascido. Escola Anna Nery, v. 22, n. 4, 2018. SBP, Sociedade Brasileira de Pediatria.Guia de Fotoproteção na Criança e Adolescente.1ª edição.Rio de Janeiro.2017.

SILVA, E.B; SILVA, M.S. Dificuldades enfrentadas pelas mães na amamentação do recém-nascido pré-termo em UTI's neonatal. 2019.

SILVA, F.B et al. Complicações materno-fetais de gestações gemelares. Cadernos da Medicina-UNIFESO, v. 2, n. 1, 2019.