

# O que observar se meu bebê não está bem?



Temperatura baixa (menor que **36°C**) e alta (mais que **37,5°C** = febre).



Mudança da respiração.



Falta de apetite acentuada.



Tremores



Choro fraco e gemência.



Sonolência com baixa resposta a estímulos.



Convulsões.



Vômitos frequentes.



Distensão abdominal (barriga aumentada e dura)



Urina com menos frequência e cor mais escura.



Pele pálida, roxinha ou surgimento de icterícia (pele muito amarelada).

## Manobra de Heimlich em bebês

**1** Coloque o bebê de bruços apoiado no antebraço e com a cabeça virada para baixo;

**2** Então, dê cinco tapas no meio das costas e entre os ombros, não muito fortes;



**3** Se o engasgo persistir o bebê deve ser virado de barriga para cima, sob o outro antebraço, pressionando cinco vezes com os dois dedos indicadores no meio do peito do bebê, entre os dois mamilos.



**4** Caso chore, vomite ou tussa é sinal que conseguiu desengasgar. Se continuar engasgado, repetir o procedimento até que o bebê desengasgue.

# Orientações de alta e cuidados com seu bebê



**HA**  
Hospital  
AUXILIADORA



# Com que frequência e quantidade alimentar meu bebê?

- Se seu bebê for prematuro, devemos lembrar que ele tem maior necessidade calórica, pois apresenta grande crescimento e desenvolvimento nos primeiros meses de vida.
- A duração da mamada depende de cada bebê se saciado, ele mesmo soltará o peito.
- A frequência depende de quantas vezes ele vai pedir o peito, variando entre 8 a 12 vezes (entre dia e noite), livre demanda.
- Se o bebê dorme muito (períodos maiores de quatro horas), é necessário acordá-lo.

À medida que crescem, eles se acomodam em um ritmo próprio de frequência e duração das mamadas. Dê pausas para o bebê poder respirar e descansar. Se na mamada ele ficar

"roxinho" e parar de respirar, massageie as costas para que ele lembre de respirar e avise o pediatra! Após a mamada, colocá-lo para arrotar e deitá-lo do lado direito, a evitar regurgitação.

- Sinais que indicam bebê satisfeito: ouvir o bebê deglutir; larga o peito/adormece espontaneamente após a mamada; urina amarela clara eliminada várias vezes ao dia (+ de 6 vezes!) e ganho de peso dentro do esperado.
- É sempre necessário o esvaziamento (ordenha) da mama a fim de ser mantida a produção de leite, a cada 2-3 horas, no mínimo 6 vezes ao dia.
- Lave as mãos, despreze o primeiro jato e guarde o leite ordenhado em um frasco fervido (por 15 minutos), com tampa. Faça massagens suaves para estimular a decida do leite, em movimento circular, de cima para baixo. Após armazenar, congele no frasco, com validade.
  - 12 horas na geladeira no fundo da prateleira fundo d -15 dias no congelador ou freezer.

*Identifique o frasco com data e hora da coleta.*



## Higiene



### Para o banho:

- Lave as mãos e deixe tudo pronto (toalha, sabonete, roupa, fralda e manta).
- Teste a temperatura da água com seus punhos.
- Ainda vestido, lave o rosto do bebê suavemente, sem sabonete. Em seguida, coloque o RN na banheira delicadamente (conforme demonstrado na UTI Neonatal). Se o bebê tiver com cocô na fralda, limpe antes de colocá-lo na banheira;
- O banho é um momento de interação entre você e a criança e deve ser prazeroso para ambas.
- Não utilize talcos para não ter risco de alergia e evite lenços umedecidos (podem desencadear assaduras). Realize limpeza do coto umbilical com álcool 70%. Tal limpeza não dói! O bebê se incomoda pelo líquido ser geladinho!
- O banho de sol no bumbum ajuda a pele do bebê a ficar mais resistente e trata a assadura devido à ação cicatrizante.

### Roupinhas - Como vestir o bebê de acordo com o clima

- Lave-as com sabão neutro (de preferência o de coco por ter menos química).
- Evite o uso excessivo de amaciantes e sabão em pó, pois, devido a química, podem causar alergias.

## Cuidados Diários

O choro é uma forma de comunicação do bebê, a apresentarem vários tipos por vários motivos diferentes. As causas mais comuns de choro do bebê podem ser:

- Fome;
- Inquietude (mal acomodado... roupas molhadas ou apertadas...);
- Frio ou calor;
- Posição no berço;
- Sono;
- Nariz entupido;
- Muita estimulação (deixam os bebês irritados);
- Dente;
- Dor, em especial as cólicas;
- Dor por algum problema de saúde;
- Refluxo.

### O que fazer?

- 1 Assegurar que o bebê não está com fome, molhado ou incomodado;
- 2 Assegurar que não esteja doente (febre, diarreia, hipotermia, diminuição acentuada da atividade, recusa alimentar ou vômitos);
- 3 Envolvê-lo com manta;
- 4 Abraçá-lo;
- 5 Caminhar com o bebê;
- 6 Deixar a cabeça do bebê mais alta que o resto do corpo durante amamentação e após, ajudá-lo a arrotar em posição elevada;
- 7 Banhá-lo.