

# Atenção e carinho salvam prematuros

O bebê prematuro é aquele que nasce antes dos nove meses, ou seja, antes de completar 37 semanas de gestação. Dependendo do tempo em que foi gestado, terá um aspecto físico variável, um maior ou menor risco de sofrer complicações e uma diferente probabilidade de sobreviver.

No mundo nascem anualmente 20 milhões de bebês prematuros e com baixo peso, segundo dados da Organização Mundial da Saúde e do Unicef, organismos das Nações Unidas (ONU).

Os prematuros em geral são

mais frágeis do que os nascidos no tempo certo porque não completaram seu desenvolvimento orgânico, necessitando, muitas vezes, de cuidados especiais como aquecimento (não conseguem manter a temperatura do corpo); alimentação por sonda (não sabem engolir e podem engasgar); auxílio para respirar (seus pulmões são imaturos e precisam de mais oxigênio); e medidas rigorosas de higiene (para prevenir infecções).

Para ter essa assistência, ao nascer os prematuros devem receber atenção de equipe espe-

cializada 24 horas por dia. No entanto, nada substitui o carinho, a atenção e a presença da mãe junto ao bebê. A voz e o calor da pele dela são essenciais para que o prematuro se desenvolva e ela precisa visitá-lo no hospital o mais que puder.

Apesar das limitações, os médicos afirmam que os prematuros demonstram uma incrível vontade de viver e de superar as dificuldades. Com a assistência adequada, a maioria consegue não só sobreviver como atingir o desenvolvimento dos bebês nascidos no tempo certo.

## Cuidados em casa garantem saúde

Uma criança prematura requer uma série de cuidados especiais. Veja abaixo dicas para proporcionar ao bebê as melhores condições para desenvolver-se normalmente. Lembrando que o acompanhamento do médico é sempre importante para orientar os pais em cada decisão.

### 1. Alimentação

O leite materno é o alimento completo e protege o bebê contra infecções, desnutrição, alergias e outras doenças. Além disso, aproxima o prematuro da mãe, o que é indispensável para o seu desenvolvimento físico, emocional e social.

No entanto, o bebê com menos de oito meses de gestação e peso menor que 1,7kg não consegue mamar e pode sufocar, por isso, deve ser alimentado por sonda. À medida que fica mais maduro e ganha peso, ele pode começar a ser alimentado pela boca.

O prematuro é um bebê mais sonolento e precisa ser acordado e estimulado a mamar. Quanto mais tempo ficar acordado, melhor. No início, ele poderá apenas lambe o peito, mas, com essa experiência, ele vai aprendendo a sugar. Se o bebê não tiver conseguido mamar no peito, a mãe deve ordenhar o seu leite e oferecer a ele em um copinho. Não é bom oferecer na mamadeira, pois o bebê depois pode não querer o seio.

### Frequência e quantidade

A duração da mamada depende de cada bebê. A frequência varia de 8 a 12 vezes ao dia, e ele pode mamar de 10 a 20 minutos em cada peito. Quando o bebê dorme mais de quatro horas, é necessário acordá-lo para mamar. Os sinais que indicam que o bebê está bem alimentado são:

- ▶ pode-se ouvir o ruído da criança engolindo o leite
- ▶ adormece ou larga o peito

após a mamada

- ▶ urina mais de seis vezes ao dia (amarela bem clara)
- ▶ ganha peso como esperado.

A mãe deve fazer pausas na mamada para que o bebê possa descansar e arrotar. Se o bebê parar de respirar, basta massagear as costas dele. Arrotoando ou não, deve-se deitá-lo do seu lado direito, o que evita a regurgitação.

### 2. Higiene

Até 1,5kg o bebê deve ser banhado dia sim, dia não. A partir desse peso ele deve tomar banho todos os dias. Lave as mãos e apronte tudo: toalha, sabonete, roupa, fralda e manta. Verifique se a temperatura da água está adequada. Com o bebê ainda vestido, lave suavemente seu rosto com as mãos molhadas, sem usar sabonete. Seque com a toalha. Com um pano úmido, limpe as orelhas. Tampe os ouvidos do bebê e com a outra mão lave, enxágüe e seque sua cabeça. Só então retire a roupa dele para o banho. Você pode aprender a dar o banho com a enfermagem do berçário, antes da alta.

Fale com o bebê durante o banho para ele se sentir mais seguro. Seque as dobrinhas e não use talco. Coloque roupas confortáveis, pois o bebê gosta de se movimentar.

As fraldas devem ser trocadas com frequência e é importante limpar o bumbum com água e sabonete neutro após as evacuações, mantê-lo seco e não deixar a fralda muito apertada.

Use roupas macias, de cores claras, de preferência de algodão, sem muitos elásticos, enfeites, e babados. Recomenda-se lavar as roupas do bebê com sabão de pedra, de preferência neutro. Evitar sabão em pó e amaciante e enxaguar bem. Pode-se colocar uma colher de vinagre para cada litro de água no último enxágüe, para deixar a roupa mais macia e diminuir os resíduos do sabão. É importante

passar as roupas a ferro para eliminar micróbios.

### 3. Cuidados gerais

#### Por que o bebê chora?

O choro é uma forma de comunicação. Os bebês têm vários choros para coisas diferentes:

- ▶ fome, frio, calor ou sono;
  - ▶ posição incômoda, roupas molhadas ou apertadas;
  - ▶ nariz entupido;
  - ▶ muito barulho, luz ou movimento; ou
  - ▶ dor (cólica, dor de ouvido ou outro problema de saúde).
- O que fazer?**
- verificar se ele está faminto, molhado ou incomodado;
  - verificar se ele está doente (ver item anterior);
  - envolvê-lo em uma manta;
  - abraçá-lo, mantendo sua pele em contato com a dele;
  - caminhar com ele;
  - deixar a cabeça dele mais alta que o resto do corpo durante a alimentação e ajudá-lo a arrotar depois;
  - banhá-lo.

### 4. Cuidados especiais

#### Que sinais devo observar?

- ▶ temperatura baixa (menos que 36°C) ou alta (mais que 37,5°C);
- ▶ mudança na respiração;
- ▶ falta de apetite;
- ▶ tremores;
- ▶ choro fraco e gemidos;
- ▶ sonolência;
- ▶ convulsões;
- ▶ vômitos frequentes;
- ▶ barriga aumentada e dura;
- ▶ urina mais escura;
- ▶ pele pálida ou roxa; ou
- ▶ icterícia (pele amarelada).

#### E as visitas?

- ▶ evitar contato com pessoas resfriadas ou com gripe;
- ▶ limitar o tempo e o número de pessoas ao mesmo tempo;
- ▶ deixar a casa bem arejada, com portas e janelas abertas;
- ▶ pedir que as visitas lavem as mãos antes de pegar o bebê;
- ▶ impedir que se fume em casa.



EDNILSON AGUIAR/SECOM-MT

Organismos internacionais apontam o nascimento anual de 20 milhões de bebês prematuros e com baixo peso no mundo

## Informações e projetos de lei

### Informações

- ▶ Sociedade Brasileira de Pediatria – [www.sbp.com.br](http://www.sbp.com.br) (21) 2548-1999
- ▶ Universidade Federal de São Paulo – Escola Paulista de Medicina – [www.unifesp.br](http://www.unifesp.br) (11) 5576-4000
- ▶ Portal Mulher.br [www.mulher.org.br/canguru/unicef.htm](http://www.mulher.org.br/canguru/unicef.htm)
- ▶ Grupo de Apoio e Promoção ao Aleitamento Materno [www.aleitamento.org.br](http://www.aleitamento.org.br)

### Projetos de lei

- ▶ **PLS 504/03** – Proposto pelo senador Paulo Paim (PT-RS), torna obrigatória a triagem auditiva neonatal.
- ▶ **PLS 489/03** – De iniciativa da senadora Patrícia Saboya (PSB-CE), determina o registro do índice Apgar no prontuário

do recém-nascido e no cartão da criança.

- ▶ **PLS 530/99** – Do senador Tião Viana (PT-AC), dispõe sobre a assistência pré-natal às gestantes e a realização obrigatória de exames.
- ▶ **PLC 64/04** – Dispõe sobre a obrigatoriedade de realização do exame Emissões Evocadas Otoacústicas.
- ▶ **PLC 99/03** – Obriga a realização de exames para identificar hemoglobinopatias, hipotireoidismo e fenilcetonúria em recém-nascidos.

Todos os projetos sobre o assunto podem ser consultados nas páginas do Senado ([www.senado.gov.br](http://www.senado.gov.br)) e da Câmara ([www.camara.gov.br](http://www.camara.gov.br)).

### Prematuro deve tomar sol?

O sol é importante para o crescimento e para prevenir ou cicatrizar assaduras. Coloque o bebê ao sol sem roupa, protegendo seu rosto, pela manhã (até às 9h) e à tarde (a partir das 16h), aumentando o tempo até chegar a 15 minutos. Se ele ficar vermelho ou suado, diminua o tempo.

### Posso levá-lo para passear?

Evite levá-lo a locais fechados, com muita gente, como igrejas, escolas, supermercados, *shoppings*. Um bom local para passear com o bebê é uma praça que seja aberta e arejada.

### O prematuro vai se desenvolver como as outras crianças?

É necessário visitar sempre o médico e o prematuro requer um cuidado maior da mãe e da família. Para estimular seu desenvolvimento, proporcione ao bebê um ambiente colorido e alegre, converse com ele, cantarole. Superadas as dificuldades iniciais, o prematuro tende a desenvolver-se como as outras crianças.

Fontes: Clóvis Roberto Puttini, pediatra intensivista, e equipe TINP/Mater Luz – Brasília (DF).

## Por que eles nascem antes do tempo?

- Parto prematuro anterior
- Infecções, em especial nos rins, na gravidez
- Anatomia anormal do útero
- Gravidez antes dos 16 ou após os 34 anos
- Problemas com a placenta (estrutura que liga o útero ao bebê), como o descolamento
- Quantidade anormal de líquido amniótico (o líquido em que o bebê se desenvolve)
- Fibrose uterina
- Pré-eclâmpsia (causada por pressão alta)
- Rompimento prematuro de membranas
- Cirurgia abdominal
- Uso de drogas, cigarro, álcool
- Falta de cuidados preventivos no pré-natal
- Gravidezes múltiplas (gêmeos)



trilb