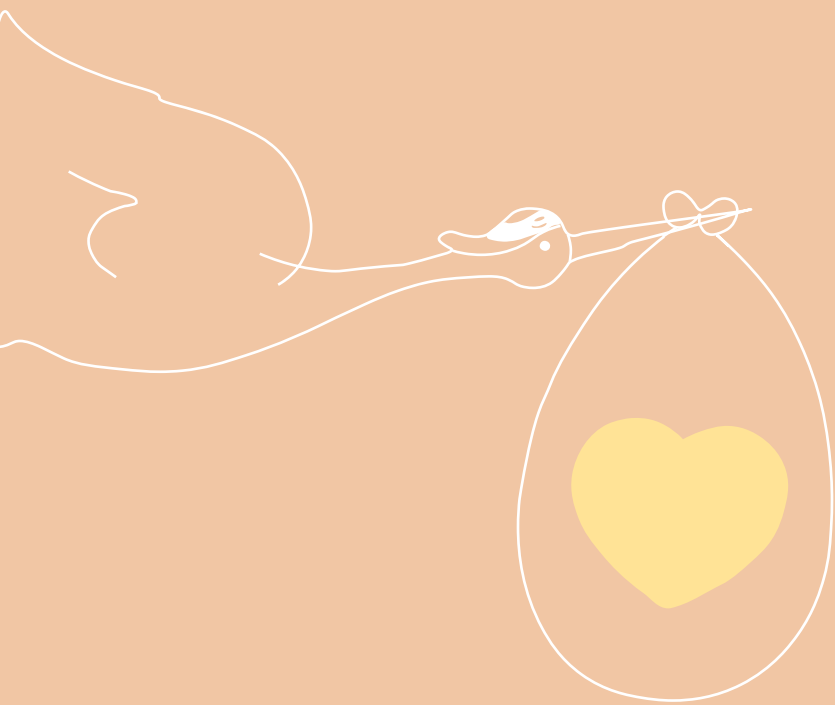


Projeto Cegonha



Primeiros banhos

CUIDADOS COM O BEBÊ PRIMEIROS BANHOS

Dar os primeiros banhos não é uma tarefa muito fácil, afinal de contas segurar um bebê escorregadio e muitas vezes agitado requer prática. Portanto papais de primeira viagem podem relaxar, pois elaboramos este guia para facilitar esta tarefa que muito em breve, você irá tirar de letra.

Importante!

Não importa a hora nem onde irá acontecer. Jamais, em hipótese alguma, deixe o bebê sozinho durante o banho.

Você sabia?

Muitas vezes o bebê chora no banho porque não está coberto o suficiente com água e acaba sentindo frio. A dica é colocar um paninho macio aquecido sobre a barriga do bebê.

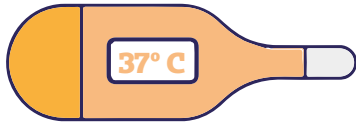
Outra dica importante é não abusar do sabonete e shampoo. Use quantidades bem pequenas e não aplique diretamente na pele no bebê, para evitar alergias ou ressecamento da pele.



No inverno e nos primeiros dias de vida do bebê, não se faz necessário dar banho todos os dias; Faça apenas uma higiene com algodão e água morna nas regiões como pescoço, axilas e períneo – seque bem e com cuidado, com um tecido macio. Caso opte por banho na banheira: escolha os horários mais quentes do dia”.

O ritual inicia antes mesmo do contato com a água. Prepare o espaço onde o banho irá acontecer: mantenha-o aquecido com luz solar ou aquecedor (desligar na hora do banho), coloque uma música agradável e procure acalmar o bebê.

- Prepare a água na temperatura do nosso corpo: 37° C;
- Coloque cerca de 4 a 5 centímetros de água no recipiente;
- Utilize sabonete glicerinado (em barra ou líquido).



TEMPERATURA IDEAL

1º passo: Lavar a cabeça

- Enrole o bebê em um fraldão para que os bracinhos fiquem grudados ao corpo. Isso dará a ele maior sensação de segurança
- Passe a mão molhada no rostinho do bebê, sem necessidade de usar sabonete;
- Segure-o com firmeza, lavando primeiro a cabeça. Muito cuidado para não molhar os ouvidos;
- Seque a cabeça, cabelos e rostinho.



2º passo: lavar o corpo

- Ainda enrolado com o fraldão, coloque o bebê lentamente na água para que ele se acostume com a temperatura;
- Passe a mão no peito e nas costas;
- Não largue o bebê em momento algum;
- Limpe com sabonete as partes menos contaminadas: braços, tronco, pernas, pés e mãos;
- Limpe bem as genitais. Esta é uma medida importante para manutenção da saúde do bebê.

Dica: para as meninas, com delicadeza ponha o dedo na parte interior da vulva e limpe bem tirando restinhos de pomada.

- Lave o bumbum;
- Vire o bebê com cuidado para que ele não escorregue.
- Limpe as costas e enxágue bem o bumbum;
- Vire-o de volta e retire-o da banheira.
- Durante o banho é normal que o fraldão vá se desenrolando.

Retire o bebê da banheira sem o fraldão.



3º passo: secar o bebê

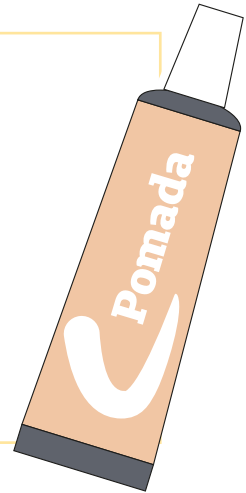
- Seque bem as dobrinhas com a toalha;
- Passe álcool 70% no coto umbilical e mantenha-o livre.

Dica: se o bebê estiver chorando muito neste momento, coloque-o de lado em uma superfície e envolva-o na toalha, de modo que se sinta seguro. Balance um pouco fazendo sons com “shhh...”.

4º passo – Se necessário, aplique a pomada

São muitas as opções de pomadas disponíveis no mercado, e todas prometem a melhor proteção para a pele delicada do bebê. Confira alguns fatores importantes que devem ser levados em conta no momento da escolha:

- É importante que a pomada possua, entre seus ingredientes, óxido de zinco. Esse composto químico tem propriedades adstringentes com ação antisséptica, secativa e anti-inflamatória;
- Existem dois tipos de pomadas: prevenção de assaduras (quando não há assaduras) e tratamento para assaduras (quando o bumbum, genitais ou virilha já estiverem com assadura).



- Coloque a fralda e cuide para que o coto umbilical não fique pressionado contra a fralda;
- Vista o bebê.

5º passo – higiene oral, nasal e auricular (orelhinha)

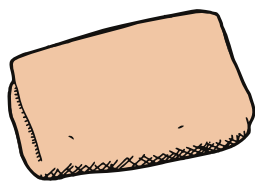
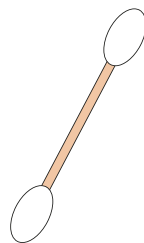
Assim como na vida adulta, a higiene oral deve ser feita nos bebês diariamente. Mesmo que ele ainda não possua dentes, ele se alimenta com leite.

- Utilize água morna e gase ou paninho de boca;
- Envolve o dedo na gase ou paninho e molhe com água;
- Insira o dedo na boca do bebê com firmeza e passe nas gengivas (superior e inferior), parte interna das bochechas, palato duro (céu da boca) e, por fim, a língua.

É comum o bebê apresentar náusea nesse momento, pois ainda não está habituado.

Lembre-se: crianças que são higienizadas desde recém-nascidas são aquelas que desenvolvem mais facilmente o hábito de escovar os dentes

Para higienizar o pavilhão auricular (orelhinha) do seu bebê, você deverá utilizar hastes flexíveis somente na parte externa da orelha. Nunca colocar dentro da orelhinha! E não esqueça de secar bem atrás das orelhas!



Já o narizinho do bebê deverá ser inspecionado após o banho para retirar qualquer sujeira. Você poderá utilizar aparelho específico ou paninho de boca. Para isto, pressione levemente e puxe, retirando a sujeira do nariz.

Importante!

Mantenha uma toalhinha de boca limpa sempre junto do bebê.

Pronto! Seu bebê está limpinho!



ESPAÇO VIVER BEM

unimedlitoral.com.br/viverbem

Rua Luci Canziani, 395.
Praia Brava, Itajaí/SC
47 3247-6900

MATERNIDADE SANTA LUÍZA

maternidade.unimedlitoral.com.br

Rua Rouxinol, 99 – Bairro Ariribá
Balneário Camboriú/SC
47 3263-7000