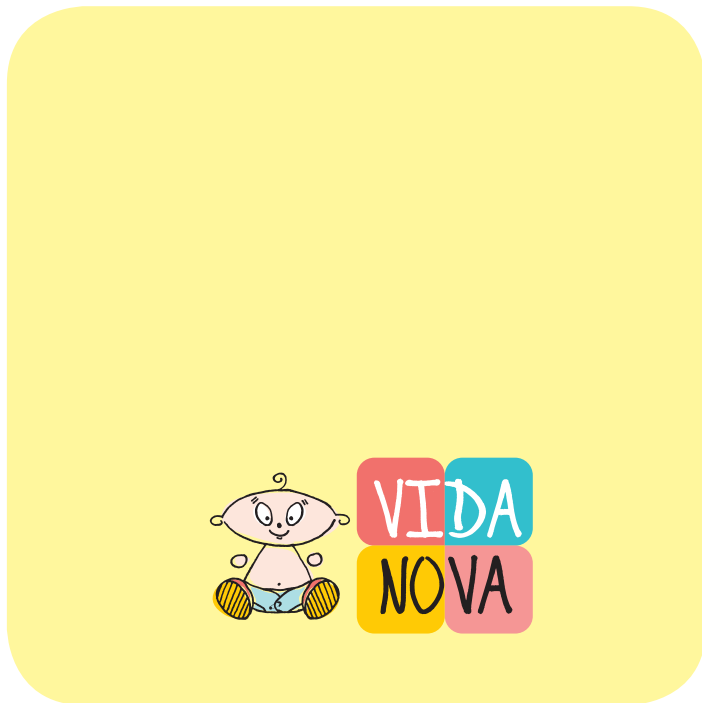




Seu bebê chegou,  
conte com a gente.  
1º mês de vida do recém-nascido.



VIDA  
NOVA

A Fundação Fiat, por meio do **Programa Vida Nova**, elaborou este material com o intuito de relembrar para as mães e papais as informações repassadas nas palestras do Programa Vida Nova.

Qualquer dúvida, procure a nossa equipe nos Núcleos de Saúde e Bem-Estar. Estamos à disposição para atender vocês.



## Dicas de cuidado e carinho com o seu bebê.



### 1. Vacinas

As primeiras vacinas, BCG (contra tuberculose) e Hepatite B, deverão ser aplicadas logo após o nascimento do bebê. Essas vacinas estão disponíveis nos Núcleos de Saúde e Bem-Estar da Fundação Fiats (Belo Horizonte, Betim e Contagem) e nos Postos de Saúde da sua cidade.

### 2. Teste do olhinho

O exame do reflexo vermelho (teste do olhinho) é muito importante para detectar problemas oftalmológicos congênitos. Ele é realizado na própria maternidade ou na primeira consulta do bebê ao pediatra.

### 3. Teste da orelhinha (triagem auditiva)

É um exame feito para detectar problemas auditivos, e deve ser realizado o quanto antes. De preferência, ainda no 1º mês de vida da criança. O pedido médico é feito na primeira visita do bebê ao pediatra.

### 4. Acompanhamento médico e exames periódicos

Faça o controle periódico do seu filho com o pediatra. Nessas consultas, o médico avaliará o crescimento e o desenvolvimento da criança e, quando necessário, solicitará a realização de exames médicos.

### 5. Alimentação

O leite materno é o melhor alimento para o recém-nascido. Ele atende a todas as suas necessidades nutritivas, digestivas, imunológicas e emocionais. O ideal é que seja o único alimento do bebê nos seus primeiros seis meses de vida.

O colostro, às vezes em pequeno volume nos primeiros dias, é muito importante e satisfaz plenamente as necessidades do seu filho, tanto a fome quanto a sede. Amamente-o em ambiente tranquilo, com atenção voltada para ele, em posição confortável. Deixe que o bebê esvazie completamente uma mama, para depois oferecer a outra. Muitas vezes, ele ficará saciado com uma mama só.

**Em caso de dúvidas, procure a equipe de enfermagem nos Núcleos de Saúde e Bem-estar da Fundação Fiats.**



## 6. Icterícia

Trata-se de uma alteração frequente na cor da pele do bebê, que muda de rosa para amarelada. Ela se inicia por volta do 2º dia de vida e aumenta até o 7º dia.

**Caso perceba esta mudança, procure os Núcleos de Saúde ou a maternidade onde seu filho nasceu.**

## 7. Banho e troca de fraldas

Desde o primeiro dia de vida, o recém-nascido já pode tomar banho com água morna e sabonete neutro. Lembre-se de trocar a fralda sempre que a criança urinar ou evacuar.

**Faça a limpeza com algodão molhado em água morna. Nas meninas, sempre na direção da vagina para o ânus.**



## 8. Cuidados com o umbigo

O coto umbilical cairá, geralmente, entre 5 a 14 dias após o parto. Até a queda, coloque um novo curativo a cada troca de fraldas.

**Use álcool a 70% (ou absoluto) e gaze.**

**Não use pomadas ou outros produtos sem orientação médica.**

## 9. Evacuações e micções

As primeiras fezes do bebê (mecônio) têm cor verde escura, aspecto pegajoso, consistente e com pouco cheiro. Este padrão se altera após 2 ou 3 dias após o nascimento. Ele ocorre, geralmente, durante ou após a amamentação e até 12 vezes por dia. A urina em geral é transparente e verde cítrico. Às vezes, pode até manchar a fralda de alaranjado ou avermelhado, o que é normal e não deve ser confundido com sangue.

**Após as evacuações e micções, limpe a área da fralda com algodão embebido em água morna.**

## Ingurgitamento mamário no bebê

O crescimento das mamas do recém-nascido, nas primeiras semanas, é normal. Não faça massagem nem esprema as mamas. Nas meninas, pode ocorrer corrimento vaginal mucoso (branco-perolado) ou, até mesmo, coberto de sangue. Mas não se preocupe. São reações normais que acontecem pela passagem do hormônio materno para o bebê. E, em algumas semanas, elas vão embora. **Lembre-se, a secreção vaginal deve ser sempre limpa com algodão e água.**

## 10. Soluços e espirros

Os soluços são frequentes na hora do banho, quando a criança está descoberta, e após as mamadas. Não provocam nenhum mal e nem necessitam de tratamento. Espirros esporádicos nos recém-nascidos ocorrem normalmente e não devem ser atribuídos a resfriados.

## 11. Enxoval

Procure usar roupas de algodão que não irrite a pele. O ideal é que elas sejam folgadas, de simples confecção e não tenham botões. É desnecessário o uso de faixas. Em dias quentes, evite o excesso de agasalho.



## 12. Sono e irritabilidade

Nas primeiras semanas, a criança irá dormir de 15 a 20 horas por dia. O resto do tempo é com a sua higiene e alimentação. Entretanto, muitas crianças não dormem todo o tempo entre as mamadas. Algumas ficam acordadas várias horas.

**Geralmente, a criança terá um ou dois períodos por dia em que ficará irritada e inquieta, normalmente entre as 18 e 22 horas ou pela manhã. Se seu filho se comportar assim, aproveite este período para entretê-lo e brincar com ele. Ficando acordado este tempo, ele dormirá melhor durante a noite.**

## 13. Quarto, berço e posição para dormir

O quarto do bebê deve ser claro e bem arejado. Prefira um berço que seja fácil de mexer, de limpar, e que ofereça boa comodidade e proteção ao bebê. Use um colchão firme. Se possível, com a cabeceira um pouco elevada. Já o tipo de coberta dependerá da temperatura ambiente.

**O bebê não deve ser colocado para dormir de bruços (de barriga para baixo).**

## 14. Medicamentos

Não dê medicamentos ao seu filho, seguindo conselhos de pessoas leigas. TODO medicamento deve ser indicado por um médico. Siga sempre as orientações médicas.

## 15. Vida social

Não leve ao quarto do bebê visitas que estejam tossindo, espirrando, com infecções de pele ou outras doenças. Durante o primeiro mês, evite sair de casa com o bebê sem necessidade.

## 16. As causas mais comuns do choro.

### Fome e sede

Às vezes o bebê necessita mamar em intervalos mais curtos. Siga seu ritmo de fome. Com o passar do tempo, os intervalos entre as mamadas aumentarão. Normalmente eles mamam a cada 2 ou 3 horas.

### Fraldas molhadas

Fezes e urina retidas pela fralda afligem muito a criança.

### Calor e frio

Use o bom senso na proteção do seu bebê. Nos dias quentes, quartos mal ventilados, janelas fechadas, roupas apertadas e grossas são motivo de choro. Crianças mal agasalhadas, em dias frios e úmidos, também reclamam.

### Posição

Uma posição inadequada ou prolongada pode se tornar cansativa e provocar o choro.

### Irritação da pele

É causada principalmente por assaduras, que acontecem se a higiene for inadequada.

### Dor

É pouco provável que um recém-nascido normal chore por dor, especialmente se for alimentando exclusivamente com leite materno. O comportamento de se contorcer, ficando vermelho e gemendo, especialmente às evacuações, deve-se mais à imaturidade digestiva própria dos primeiros meses. Caso haja suspeita de dor, o pediatra deverá ser consultado.

### Adaptação

O bebê está conhecendo o mundo agora e isso pode ocasionar momentos em que estranhe o ambiente ou se sinta sô.



**Aproveite bem esse momento e nunca se esqueça: amor e paciência são o primeiro e maior presente que você pode dar ao seu filho.**

[www.fundacaofiat.com.br](http://www.fundacaofiat.com.br)

ANS Nº 36787-7

solution

