

VACINAS E TESTES DO PEZINHO

Você deve levar o bebê para vacinar, fazer o teste do pezinho na unidade de saúde, nos primeiros sete dias de vida. Leve consigo o cartão de alta do berçário, o cartão da criança (cartão de vacina) e caderneta da criança, pois neles serão anotados os dados mais importantes sobre a saúde do seu bebê.

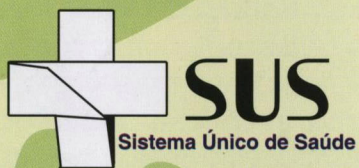
OUTROS CUIDADOS

Coloque o bebê para dormir de lado ou de barriga para cima. Soluços, espirros e golfadas de vez em quando, são normais.

É bom que você saiba que o bebê que mama no peito pode fazer cocô várias vezes ao dia com fezes amolecidas ou líquidas, esverdeadas ou amareladas sem que isso seja diarreia. Não se preocupe, isso é normal, pois o bebê está mamando bem, ganhando peso e fazendo bastante xixi. O bebê que mama no peito também pode ficar até uma semana sem fazer cocô. Isso é normal. Não é intestino preso. Não dê nenhum medicamento ou alimentos para soltar o intestino, isso atrapalha a amamentação.

É fundamental o acompanhamento do bebê no primeiro ano de vida, não deixe de levá-lo mesmo que não esteja doente. Se ele apresentar algum problema de saúde antes da consulta marcada, leve-o imediatamente à unidade de saúde.

**INDO À UNIDADE DE SAÚDE, NÃO ESQUEÇA
DE LEVAR O CARTÃO DA CRIANÇA.**



Cuidados com o bebê que acabou de nascer





Cuidados com o bebê que acabou de nascer

Você é capaz de cuidar de seu bebê. Nos momentos de dúvida, mantenha a calma para que este cuidado não seja prejudicado e procure ajuda na unidade de saúde mais próxima.

AMAMENTAÇÃO

O melhor alimento para o bebê é o leite materno. Bebê que mama só no peito até o sexto mês, cresce forte e saudável e fica protegido contra a diarreia e a desnutrição. O leite materno já tem tudo o que o bebê precisa, mata a fome e a sede.

Portanto, não dê chá, água, suco ou qualquer outro alimento ao bebê.

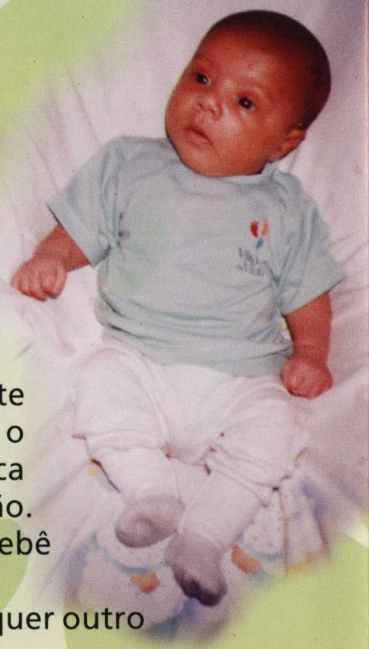
O chá tira o ferro do leite e pode causar anemia no bebê. Mesmo nos dias quentes o leite materno fornece a água que o bebê precisa, basta observar se ele faz xixi várias vezes ao dia.

Pergunte ao profissional de saúde se o bebê está pegando o peito de maneira correta, só assim ele estará retirando o leite que precisa e evitando rachaduras no bico do peito.

LAVE SEMPRE AS MÃOS, COM ÁGUA E SABÃO, ANTES DE AMAMENTAR OU CUIDAR DO BEBÊ.

BANHO

O bebê deve tomar banho todos os dias, e nos dias mais quentes você pode dar mais de um banho. A água deve ser limpa, estar morna, quase fria. Lave primeiro o rosto e cabeça do bebê para depois lavar o resto do corpo. Evite que ele beba a água do banho. Use sabão neutro ou de coco. Lave bem as dobras, debaixo do pescoço, entre os dedos. Não deixe de lavar bem a genitália. Seque bem com uma toalha ou fralda macia. As dobras molhadas facilitam assaduras. Não use talco, perfume, xampu ou loção, pois isso pode causar irritação na pele do bebê. As unhas precisam estar sempre limpas e aparadas. Troque as fraldas sempre que estiverem molhadas ou sujas e limpe a região apenas com água limpa. Não use lenço umedecido ou qualquer outro produto que possa irritar a pele do bebê. Lave as mãos após as trocas de fraldas. As fraldas de pano e as roupas do bebê



devem ser lavadas com sabão de coco, secas ao sol e passadas com ferro quente. Evite usar sabão em pó ou amaciante. Para enxaguar as fraldas você pode usar um pouco de vinagre, isso deixa a fralda mais macia e evita sapinho. Não agasalhe demais o bebê, use roupas leves e limpas.

UMBIGO

Não tenha medo de molhar o umbigo na hora do banho. Use apenas álcool até que o umbigo caia, não precisa envolvê-lo em gaze ou qualquer outro curativo. Não use outros produtos ou remédios caseiros no umbigo. Isso pode colocar em risco a vida do bebê. Não use faixas ou cinteiros, isso dificulta a respiração do bebê. Faixas e moedas não evitam que o umbigo fique para fora (hérnia umbilical) e ainda pode juntar sujeira no umbigo e causar irritação.

BOCA DO BEBÊ

Após cada mamada fazer a limpeza de gengiva e língua com a ponta de uma fralda limpa molhada em água filtrada. Isso vai ajudar a evitar cárie dentária e sapinho. Caso o bebê apresente sapinho, procure a unidade de saúde para orientação médica. Não use chupeta ou outro bico qualquer, chupetas juntam micróbios que podem levar à diarreia no bebê, além de atrapalhar a amamentação e a dentição.

BANHO DE SOL

O banho de sol é importante para fortalecer os ossos do bebê. Faça isso diariamente, durante uns quinze minutos antes das 10 horas da manhã ou após as 16 horas. Não há necessidade de retirar toda a roupa do bebê.

CÓLICAS

É comum cólica e gases no bebê nos três primeiros meses de vida. Se ele fica nervoso as cólicas podem aumentar. Quando a mãe fica calma e o ambiente da casa é tranquilo o bebê tem menos cólica. Se ele não pega direito no peito, engole muito ar e tem mais gases. Remédios e chás não ajudam e podem até piorar as cólicas. O melhor a fazer é manter a calma, massagear suavemente a barriga, movimentar as perninhas com se estivesse andando de bicicleta. Colocar o bebê de bruços no seu colo ou sobre sua barriga também alivia as cólicas.