

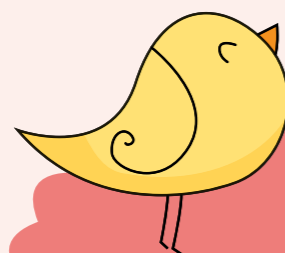
**Bial**

Keeping life  
in mind.



Curso Online

Preparação para o  
parto e parentalidade



**AULA 12**

Enf<sup>a</sup>. Célia Serra

# **CUIDADOS COM O BEBÊ II**

▶ **Banho**

# Cuidados prévios com o banho<sup>1,22</sup>

Dar banho ao bebé deverá ser um momento de prazer, cumplicidade e de brincadeira. É habitualmente um dos momentos mais apreciados pelo bebé.

## Hora do banho e frequência<sup>1,22</sup>

- ▶ A hora do banho depende da rotina dos pais e do efeito que o banho exerce sobre o bebé. Pretende-se que o bebé relaxe o mais possível, no entanto recomenda-se que as necessidades mais básicas (fome) estão saciadas independentemente do horário escolhido (dia ou noite).
- ▶ Quanto à frequência, mais uma vez é opção dos pais, no entanto, nos primeiros tempos e também devido à dificuldade do recém-nascido em manter a temperatura corporal, poderá optar por dar banho em dias alternados.



# Cuidados prévios com o banho<sup>1,22</sup>

## Duração e ambiente<sup>1,22</sup>

- ▶ A duração dos primeiros banhos deverá ser o mais curta possível para evitar a perda de calor e estimulação excessiva do bebé. Com o crescimento do bebé, os banhos poderão ser mais longos, para que o bebé usufrua desse momento.
- ▶ O ambiente deve ser calmo e aquecido (entre 23 a 25°C), sem correntes de ar e a temperatura da água deverá rondar os 37°C.



# Cuidados prévios com o banho<sup>1,22</sup>

## Produtos de higiene<sup>1,22</sup>

- ▶ Devem ser escolhidos produtos neutros, específicos para bebés, todos da mesma gama para identificar possíveis alergias. Os produtos essenciais são: creme “lavante”, creme hidratante, creme barreira e a pomada para irritações nas áreas genitais.
- ▶ Sabonetes e barras não são recomendados visto que constituem um excelente meio de cultura para bactérias e fungos.



# Cuidados prévios com o banho<sup>1,22</sup>

## Material necessário para o banho<sup>1,22</sup>

- ▶ Roupa preparada por camadas;
- ▶ Toalha de banho;
- ▶ Produtos de higiene;
- ▶ Fralda;
- ▶ Compressas de “tecido não tecido” esterilizadas e não esterilizadas;
- ▶ Escova de pelos suaves;
- ▶ Soro fisiológico e aspirador nasal (se necessário);
- ▶ Material para cortar as unhas (se necessário).



# Cuidados prévios com o banho<sup>1,22</sup>

## Como fazer ?

1. Dispa o bebé e limpe a zona genital se esta se encontrar suja;
2. Embrulhe-o numa toalha;
3. Inicie o banho com a limpeza do rosto e dos olhos se estes não tiverem qualquer tipo de secreções, com água limpa;
4. Molhar e lavar a cabeça do bebé com movimentos circulares;
5. Colocar o bebé na banheira, segurando-o pela axila e ombro, e apoiando o dorso com o antebraço; molhar e lavar o corpo do pescoço para baixo;



# Cuidados prévios com o banho<sup>1,22</sup>

## Como fazer ? (continuação)

6. Virar o bebê de costas e lavar o dorso;
7. Lavar os genitais e o rabinho, num sentido único de frente para trás;
8. Retirar o bebê da água, secar a pele com movimentos suaves, tendo em conta as pregas cutâneas;
9. Aplicar o creme hidratante corporal e o creme barreira (muda fraldas);
10. Colocar a fralda verificando que o coto umbilical fica de fora;
11. Vestir e pentear o bebê.



# Bibliografia

1. Orientação da Direção Geral de Saúde. A Gravidez na Adolescente. Lisboa. 2005. ISBN 972 675 113 6. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
2. Orientação da Direção Geral de Saúde. Programa Nacional para a vigilância da Gravidez de Baixo Risco. Lisboa. 2016. ISBN 978 972 675 233 2. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
3. The American College of Obstetricians and Gynecologists. Patient education. Exámenes de rutina durante el embarazo. 2016. El embarazo SP133. ISSN 1074-8601.
4. <http://www.ariosadx.com/expecting-parents/faqs/>
5. Técnicas invasivas de diagnóstico e terapêutica fetal. Centro de Diagnóstico Pré-natal da Maternidade Dr. Alfredo da Costa. Acedido pelo site da Associação Portuguesa de Diagnóstico Pré-Natal.
6. Orientação da Direção Geral de Saúde nº016/2016 de 16/12/2016. Programa Nacional de Vacinação 2017. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
7. Direcció General de Salut Pública. Generalitat de Catalunya. Guia para embarazadas. 2009. Disponível em [http://www.capsbe.cat/media/upload/pdf/guiaembarassades\\_editora\\_6\\_31\\_1.pdf](http://www.capsbe.cat/media/upload/pdf/guiaembarassades_editora_6_31_1.pdf)
8. Departamento de Sanidad del Gobierno Vasco. Vas a ser madre. 2007. Osakidetza. Disponível em [http://www.osakidetza.euskadi.eus/contenidos/informacion/embarazo\\_parto\\_posparto/es\\_mujer/adjuntos/vas\\_ser\\_madre.pdf](http://www.osakidetza.euskadi.eus/contenidos/informacion/embarazo_parto_posparto/es_mujer/adjuntos/vas_ser_madre.pdf).
9. Orientação da Direção Geral de Saúde. Programa da Saúde Mental na Gravidez e Primeira Infância. Lisboa. 2005. ISBN 972 675 121 7. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
10. Sociedad Española de Ginecología y obstetricia. Control prenatal del embarazo normal. Protocolo actualizado en julio de 2010. ProSEGO.
11. Orientação da Direção Geral de Saúde. Alimentação e Nutrição Saudável na Gravidez. Lisboa. 2014. ISBN 978 972 675 221 9. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
12. Organização Mundial de Saúde. Diretriz: Suplementação diária de ferro e ácido fólico em gestantes. Genebra. 2013. ISBN 978 92 4 850199 9.
13. Orientação da Direção Geral de Saúde nº030/2013 de 31/12/2013. Abordagem, Diagnóstico e Tratamento da Ferropénia no Adulto. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
14. Orientação da Direção Geral de Saúde nº011/2013 de 26/08/2013. Aporte de iodo e mulheres na preceção, gravidez e amamentação. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
15. <https://hmsportugal.wordpress.com/2012/01/21/atividade-fisica-durante-a-gravidez-recomenda-se/>
16. Relatório de Consenso sobre a Diabetes e Gravidez. Janeiro 2011. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
17. <https://www.germanodesousa.com/page/doencas/article/perguntas-e-respostas-sobre-preeclampsia/>
18. <http://portal-chsj.min-saude.pt/pages/425>.
19. Martinez Bueno C, Villar Varela MT. Como superar el puerperio y no rendirse en el intento. Federación de asociaciones de matronas de España (FAME). Barcelona, 2014.
20. Guías de salud infantil. De 0-6 meses. Departamento de Salud. Osakidetza. Administración de la Comunidad Autónoma de Euskadi. Diciembre 2013. Depósito Legal: VI 868-2013.
21. <http://saudereprodutiva.dgs.pt>.
22. Cuidados de las criaturas en los primeros meses de vida. Federación de asociaciones de matronas de España (FAME). Barcelona, 2015. Depósito legal: B 13178-2015.
23. 14. Levy L, Bértolo H. Manual de Aleitamento Materno. Comité Português para a Unicef. 2012. ISBN 978 972 96436 1 3.
24. Associação Portuguesa dos Nutricionistas. Aleitamento Materno: Promover Saúde! Porto. 2010. ISBN 978 989 96506 3 3
25. Organização Mundial da Saúde em colaboração com a Organização das Nações Unidas para a Agricultura e Alimentação. Preparação, manipulação e conservação de fórmulas desidratadas para lactentes. Lisboa. 2015. ISBN 978-989-8794-06-2. Depósito Legal n.º 390791/15.
26. <http://www.guiadelnino.com/salud/datos-y-curiosidades/que-sabes-sobre-vacunas>.
27. [http://portal-chsj.min-saude.pt/uploads/writer\\_file/document/193/Vigilancia\\_do\\_RN.pdf](http://portal-chsj.min-saude.pt/uploads/writer_file/document/193/Vigilancia_do_RN.pdf)
28. Cardoso de Menezes, H, Edanius, K, Cordeiro, M. Evitar os acidentes no primeiro ano de vida. Vale a pena crescer em segurança. Lisboa. Agosto 2003. ISBN 972-95995-2-1. Depósito Legal 143774/99.
29. [http://www.mdb.pt/sites/default/files/mb\\_3517\\_13.pdf](http://www.mdb.pt/sites/default/files/mb_3517_13.pdf)
30. [http://www.seg-social.pt/documents/10152/23362/subsidio\\_parental/0bd0fafb-9e8d-4613-8bb4-e9bf3ac7e5f1?version=1.12](http://www.seg-social.pt/documents/10152/23362/subsidio_parental/0bd0fafb-9e8d-4613-8bb4-e9bf3ac7e5f1?version=1.12).
31. [http://www.irn.mj.pt/sections/irn/a\\_registral/registo-civil/docs-do-civil/nascer-cidadao/](http://www.irn.mj.pt/sections/irn/a_registral/registo-civil/docs-do-civil/nascer-cidadao/)

Os dados, opiniões, e conclusões expressos nesta publicação não refletem necessariamente os pontos de vista de Bial, mas apenas os dos autores. Bial não se responsabiliza pela atualidade da informação, por quaisquer erros, omissões ou imprecisões.

Material elaborado pela equipa médica da EP Health Marketing, SL.  
© 2018 EP Health Marketing, SL.