

SEJAM BEM -VINDOS!

CUIDADOS COM O BEBÊ



- MANUAL DA GESTANTE -

Primeiros Cuidados

Mesmo que a mãe se sinta insegura e um pouco cansada após o parto, cabem a ela os primeiros cuidados com o bebê, numa relação de afeto, delicadeza e respeito pelo filho.

Muitas opiniões e conselhos serão dados por amigos e familiares. Caberá aos pais saber o que será melhor para seu bebê, usando o bom senso e acreditando que são capazes de conduzir as situações e os cuidados ao seu bebê, da melhor forma possível.

Principais Características do Recém- Nascido

Nascimento: O bebê é totalmente dependente de nossos cuidados. Ao nascer já enfrenta vários desafios como respirar pelos pulmões, sair do seu “ambiente” de conforto e segurança do útero materno, adaptar-se à luz, sons, mudanças de temperatura, ao ambiente seco, entre outros.

Ele precisa sugar para ser alimentado. Chorar e fazer caretas são seus únicos meios de comunicação. As duas primeiras semanas de vida são as mais “críticas”, ou seja, é o período de adaptação às mudanças, em que bebê e pais precisam de maior atenção.

As principais características do recém-nascido são: nasce com edema nas pálpebras (inchaço nos olhos), pode ter suas unhas compridas já ao nascimento. Mantém suas mãos mais fechadas do que abertas e os braços e pernas se movimentam para cima.

O choro pode demonstrar fome, irritação por estresse ou por estar sujo, dor ou apenas quando quiser colo. Este é seu meio de comunicação e cabe à mãe saber diferenciar as situações e entender o que significa.

Pele: Sua pele é muito delicada, geralmente descasca nas duas primeiras semanas de vida. É uma adaptação do bebê ao meio seco (no útero ele estava em meio líquido).

Alguns bebês podem apresentar pequenas vesículas de sebo, parecidas com minúsculas espinhas, geralmente localizadas no nariz e bochechas, o que é perfeitamente normal. Não tente retirá-las ou espremê-las, pois com o tempo o corpo do bebê irá se adaptar e absorvê-las naturalmente.

É normal que se perceba também algumas rachaduras (fissuras) na pele, principalmente nos tornozelos e punhos. A pele fica ressecada. Aplique um hidratante sem perfume ou um óleo natural para hidratar o local.

Peso: O bebê recém-nascido pode perder até 10 % de seu peso nos primeiros dias de vida, pois ele perde energia ao respirar e mamar e também porque o mecônio (primeiras fezes do bebê, de aspecto pegajoso e coloração verde musgo) ao ser eliminado diminui seu peso corporal.

O colostro tem propriedades laxativas e ajuda o organismo do bebê a eliminar essas fezes, então quanto mais colostro o bebê mamar, melhor para eliminar o mecônio, que após o segundo ou terceiro dia já começa a apresentar variação na cor, ficando mais amareladas que é a cor normal das fezes do bebê que mama no peito. Se a perda for maior que 10% , é necessário se investigar como está a amamentação. Geralmente ele ganha por dia até 30 gramas se estiver mamando bem, ou até mais do que isso, varia de bebê para bebê.

É importante ficar claro que se a criança não está ganhando peso, o problema não é que o leite materno é fraco, alguma coisa não está correta em relação ao aleitamento e precisa ser corrigida.

Umbigo: De 7 a 15 dias após o nascimento, o “coto” umbilical seca e cai espontaneamente. É importante mantê-lo limpo, aplicando, duas vezes ao dia, álcool 70% ou merthiolate incolor, **merthiolate colorido ou mercúrio cromo são desaconselháveis**. A mãe deve usar um cotonete e, após a queda, continuar mantendo a mesma higiene do local. Um leve sangramento é normal.

Hoje em dia podemos encontrar fraldas especiais para este período, elas contêm um orifício onde fica posicionado o umbigo do bebê. Caso não seja possível encontrá-las, pode-se dobrar a aba superior da fralda para que não tenha contato com o coto umbilical. **As faixas e ataduras que eram usadas antigamente são absolutamente desaconselháveis, pois não se deve comprimir o umbigo do bebê.**

Nariz: Espirros ocasionais não devem afligir a mãe, pois são normais em recém-nascidos e não significam gripe ou alergia, mas sim que seu nariz super sensível teve contato com partículas de poeira ou tecido e ele reage com o espirro. Caso perceba que o narizinho do bebê está entupido, deve utilizar soro fisiológico, em temperatura ambiente, se possível, sem conservantes. Pingue uma gota em cada narina e limpe com cotonete. É recomendável ter o produto sempre em casa, pois descongestionantes comuns são perigosos para o bebê.

Soluço: Segundo os especialistas, o soluço é um espasmo ou uma contração do diafragma (músculo envolvido com a respiração), de origem reflexa, que provoca o fechamento momentâneo da glote (abertura da laringe, na região da entrada do ar para os pulmões), produzindo o som característico. Ele acontece devido a uma irritação do nervo frênico, que controla os movimentos do diafragma, localizado logo acima do estômago.

O soluço é muito comum nos primeiros meses de vida porque os bebês ainda não apresentam os sistemas nervoso e digestivo completamente desenvolvidos. Acredita-se, por coincidência, que o soluço esteja relacionado com o frio, ou contato com fralda molhada, ou ainda logo após as mamadas quando o bebê está com estômago muito cheio. O fato é que, na prática, trocando a fralda do bebê ou aquecendo-o ele pára de soluçar rapidamente. É pura crendice o fato de colocar papel molhado ou fitas vermelhas na testa da criança para passar o soluço.

Cólicas: Adaptação do intestino do bebê a receber um alimento novo (leite materno). Geralmente aparece à noite e pode estar relacionada ao tipo de alimento que a mãe ingeriu e ainda ao estado de ansiedade dos pais. É esperado que por volta do terceiro mês o bebê não tenha mais cólicas, mas isso varia muito. Há bebês que se adaptam a partir do segundo mês de vida.

E quanto à Icterícia?

A icterícia é uma alteração que provoca a cor amarelada na pele do bebê, por vezes até nos olhos. Isto é provocado por uma alteração no metabolismo da bilirrubina, produto final das hemácias (células do sangue). A bilirrubina é que dá a coloração amarelada às fezes e em excesso no sangue é depositada na pele. Começa sempre pelo rosto e então pode ir descendo e acometendo todo o corpo do bebê.

Causas: Na maioria dos casos a causa é fisiológica, ou seja, uma imaturidade do fígado em processar a bilirrubina. Quando aparece depois de 24 horas de vida geralmente não representa gravidade, mas pode ser necessário o banho de luz para ajudar o corpo a absorver esta substância.

Se o bebê mesmo após da alta ainda estiver um pouco amarelinho, mas nos exames laboratoriais feitos no hospital, a dosagem de bilirrubina estiver Ok, então o principal cuidado é dar o banho de sol pela manhã das 8 às 10 horas e após as 15 horas, sempre durante 15 minutos. Se estiver em casa, abra a janela e deixe os raios de sol diretamente sobre a pele do bebê. O banho de sol é fundamental para o bebê pois seus raios ativam a vitamina D, que é essencial para o crescimento e para o fortalecimento ósseo.

Cuidado com as fontanelas (moleiras): Ao nascer o bebê apresenta a cabeça muito frágil, com alguns locais muito sensíveis e, ao toque, percebemos que são bem molinhos. Essa característica é fundamental para a passagem do bebê pelo canal de parto que é muito estreito. A cabeça do bebê sofre um abaulamento para que possa nascer e, após dois dias, o formato normal do crânio é recuperado.

A fontanela anterior se fecha por volta de 9 a 15 meses, no máximo 2 anos. A posterior se fecha mais rápido, aproximadamente em 2 meses. Pelas fontanelas podemos perceber algumas coisas:

- A pulsação aumenta quando o bebê chora;
- Se a moleira estiver deprimida, ou seja, achatada ou afundadinha é sinal de desidratação.
- Se estiver abaulada para cima, com aspecto de inchada, significa aumento da pressão no crânio e o pediatra deverá ser comunicado imediatamente.

Hora do Banho: O banho é um momento especial que requer carinho e delicadeza, pois o contato com a água, mesmo que a temperatura esteja adequada, é sempre uma surpresa para o bebê e isso pode causar insegurança a ele.

No útero o bebê tinha paredes por todos os lados. Agora ele percebe que ao abrir os braços não toca mais em nada, o que o faz sentir como se estivesse caindo. Nestes momentos, segurar as mãozinhas do bebê o acalma e o ajuda a perceber que está seguro e que não irá cair.

A sensação de não ter mais nada o cercando causa medo. Ao banhar seu bebê, ao trocá-lo e ao colocá-lo para dormir no berço, tome o cuidado de sempre deixá-lo segurar com suas mãozinhas os dedos da mãe, ou seu braço para que sinta segurança. No berço pode ser colocado um paninho nas mãozinhas dele para que não se assuste ao acordar de repente sem nada por perto.

Recomendações à mãe:

1 - Prepare o local do banho. Providencie, com antecedência, sabão neutro, toalha macia e roupinhas limpas.

2 - A banheirinha infantil deve estar bem lavada e a temperatura da água, agradável ao toque (mais ou menos 34 graus).

3 - Para testar a temperatura da água mergulhe seu antebraço ou seu cotovelo nela.

4 - Enrole o bebê em uma toalha e o segure de modo que sua cabecinha fique dentro da banheira. Lave, primeiro, o rostinho (sem sabonete) e, em seguida, a cabeça.

5 - Desembrulhe o bebê e o coloque com cuidado, na água. O seu braço deve servir de apoio para a cabecinha, de modo a deixar sua mão livre para segurar, firmemente o bracinho. Use a outra mão para lavá-lo. Ao retirá-lo da água, envolva-o em uma toalha macia. Providencie para que o trocador fique perto do local do banho a fim de que a criança não receba correntes de ar.



6 - Seque cuidadosamente, as dobrinhas e o umbigo. Não use talco. Consulte o pediatra no caso de assaduras, mas para preveni-las use o creme anti-assaduras de sua preferência.

7 - Vista o bebê com roupas macias, folgadas e confortáveis.

Trocando as Fraldas



(1)



(2)



(3)



(4)

A troca de fraldas deve ser feita sempre que o bebê eliminar fezes ou quando urinar. Geralmente com as fraldas que têm gel esta troca pode ser feita a cada dois episódios de urina. Vale o bom senso e a observação.

Para a troca:

- Necessário uma garrafinha térmica com água morna,
- Algodão em bola para limpar o bumbum do bebê,
- Umedecer as bolinhas de algodão com água morna e passar na pele do bebê até que fique bem limpa.

Tipos de choro:

- ☞ Choro contínuo, que não passa, abdômen cheio de gases, significa cólica,
- ☞ Choro tímido não agudo que acaba assim que pega o bebê no colo, significa que quer apenas atenção,
- ☞ Choro agudo, alto, que não passa, significa dor,
- ☞ Choro agudo, acompanhado de muita movimentação da cabeça e mãos pode demonstrar irritação, inquietação por estresse (muita gente pegando o bebê, muitas vozes desconhecidas) ou desconforto por estar com a fralda suja.

Cada bebê tem sua personalidade. Esses são traços gerais. Cabe aos pais saber reconhecer o choro de seu bebê. Este é um processo natural de adaptação de pais e filho, mas não se preocupe que, em poucos dias, tanto o pai quanto a mãe serão capazes de entender muito bem o que seu bebê quer dizer com cada barulhinho emitido.

Alguns Cuidados Indispensáveis

- As mãos precisam estar sempre limpas para pegar o bebê.
- Evitar as roupas de lã e poliéster. Dê preferência ao algodão que é mais macio e não causa alergia. Caso prefira outro tipo de tecido, opte por usar sempre uma roupinha de algodão por baixo.
- O recém-nascido sente muito frio, mas o excesso de roupa também faz mal. Se a cabeça estiver transpirando, principalmente perto das orelhas e pescoço, significa que ele está com excesso de roupa. Se perceber os pézinhos e as mãozinhas frios, deverá aquecer o bebê.
- A fralda deve ser trocada com frequência, em média de 5 a 6 vezes por dia.

- Evitar sair com o bebê em lugares com ar-condicionado ou que tenha contato com pessoas gripadas ou com amigdalite.

- Se muitas pessoas pegam o bebê no colo ele pode ao final do dia estar extremamente irritado. Neste momento é importante o colo da mãe, em um lugar com luz fraca, uma música tranquila baixinho, para que ele recupere a tranquilidade.

O que fazer quando o bebê tem cólicas?

- Colocar calor local, esfregar as mãos para aquecê-las e aplicar na barriguinha do bebê, bolsinhas com água morna, ou fralda morna (passar com ferro deixando-a morninha).

- Massagens do tipo Shantala (massagem em bebês) no abdômen, pernas e pés, dobrar e esticar as perninhas do bebê também pode ajudar.

- Colocar o bebê deitado com a barriga em contato com a barriga da mãe. O aconchego do colo e o calor da mãe podem acalmá-lo.

- Evite remédios antigases .A maioria destes remédios acalmam a criança por um tempo, mas fermentam no estômago do bebê - o que depois de algumas horas provocará cólicas, ainda piores.

Não use medicação sem prescrição médica.

Lembre-se o banho e as massagens ainda são os melhores remédios.

Amamentando: A mãe deve amamentar seu bebê, no mínimo, até seis meses, quando será introduzida, aos poucos, uma dieta especial, com pequenas porções de frutas e, mais tarde, sopinhas. O pediatra saberá orientá-la sobre as vantagens do aleitamento materno e esclarecerá todas as suas dúvidas.

Dicas importantes:

a) Inicie a amamentação o mais rápido possível, assim que a criança estiver bem acordada, pois neste momento o instinto de sugar será muito forte. Mesmo que você ainda não esteja produzindo leite, suas mamas contêm o colostro, um líquido fino que possui anticorpos.

b) Posicione seu bebê corretamente. A boca dele deverá estar bem aberta e o mamilo (bico do seio) introduzido nela o mais profundamente possível. Isto diminui o desconforto para a mãe e para a criança.

c) Amamente sempre que seu bebê solicitar, recém-nascidos mamam com uma frequência de pelo menos 2 em 2 horas, por isso não imponha nenhum esquema restritivo de horários.

d) **Sem Suplementos** Bebês amamentados não precisam de chás ou suplementos. Isso pode diminuir a vontade de mamar e causar uma diminuição na produção de leite. Quanto mais o bebê mamar, mais leite será produzido. Retarde a utilização de bicos artificiais: aconselhável não oferecer chupetas, mas caso isso não seja possível, esperar pelo menos duas semanas para fazê-lo o que evitará que a criança fique confusa.

e) No início do período pós-parto ou até que os mamilos fiquem mais resistentes, você deve deixar que eles sequem naturalmente após cada mamada. Isso previne a ocorrência de fissuras ou rachaduras que podem levar a infecções.

f) O inchaço nas mamas é comum. Quando você perceber seu seio muito cheio e endurecido, comprima o seio apertando a área de 3 dedos acima do mamilo, onde ficam os seios lactíferos e portanto, o leite. Após retirar o excesso e deixar a mama mais flexível, coloque o bebê para mamar.

g) Alimente-se bem e descanse. Para produzir boa quantidade de leite, você necessita de uma dieta balanceada que inclui 500 calorias extras por dia e de seis a oito copos de líquidos. Descansar também ajuda a prevenir infecções das mamas, que podem ser agravadas pelo cansaço.

h) Ele já nasce sabendo mamar mas não custa nada você ajudar. Coloque-o em uma posição confortável e inicie o aleitamento pelo seio em que a criança mamou por último. Isso permite que os dois seios sejam esvaziados por igual, recebam a mesma quantidade de estímulos e tenham uma produção regular de leite. Não puxe o bico do seio da boca do bebê. Introduza seu dedinho no cantinho da boca do bebê para que ele solte o seio, antes de retirá-lo. Faça o bebê arrotar após cada mamada. Ao terminar de mamar o bebê deve ser levantado. Encoste sua barriguinha em seu peitoral e aguarde. Se o ar tiver sido ingerido junto com o leite, seu bebê arrotará.

Visitas e Passeios: Visitas de parentes e amigos devem acontecer somente uns cinco dias após o nascimento, a fim de que haja tempo para que o bebê adquira anticorpos e a mãe se recupere.

Passeios ao ar livre devem ser matinais (entre nove e dez horas), de modo que o bebê aproveite para tomar sol. Parques e ruas pouco movimentadas são melhores para passeios, pois são mais tranquilas, com menos barulho e menos gente transitando, o que também lhes dará maior facilidade de locomoção.

Hora de dormir: Os pais desejam que suas crianças vão para cama sem resistência e durmam durante toda a noite e também desejam ansiosamente dormir 7 ou 8 horas ininterruptas de sono.

Recém-nascidos, entretanto, têm um limite de algumas horas que toleram sem se alimentar. Usualmente são 4 ou 5 horas. Perto de 2 meses de idade, cerca de 50% dos bebês que tomam mamadeira dormem durante toda a noite. Os bebês que mamam no peito adquirem esta capacidade aos 5 meses de idade.

É importante lembrar que os problemas de sono são mais fáceis de serem tratados antes dos 6 meses.

Prevenção de Problemas do Sono do Bebê

Recém-nascidos

1. Coloque o bebê no berço enquanto estiver sonolento, mas acordado. Este passo é muito importante. Sem isto, as outras medidas de prevenção falharão. A última lembrança do despertar do bebê deve ser o berço, não sua ou de ser alimentado. Ele deve aprender a dormir sozinho. Não espere que ele durma tão logo você o deite. Com frequência leva 20 minutos até que adormeça. Se ele estiver chorando, balance-o e o acaricie, mas quando acalmar-se, tente colocá-lo no berço antes que ele adormeça. Assim a criança aprenderá a dormir sozinha após um despertar normal. Não ajude sua criança quando ela não precisar.

2. Segure o bebê quando estiver chorando muito, nos primeiros 3 meses. Todos os bebês pequenos choram bastante durante o dia e à noite. Se o bebê chorar excessivamente, a causa provável é cólica. Sempre atenda um bebê chorando. Suaves movimentos e carícias podem ajudar. Bebês não devem ser mimados durante os 3 ou 4 meses de vida, mas precisam receber carinho e atenção.

3. Carregue seu filho por pelo menos 3 horas por dia enquanto não estiver chorando. Desta forma ele saberá que não é o choro que leva você a pegá-lo.

4. Não o deixe dormir por mais de 3 horas consecutivas durante o dia. Tente acordá-lo gentilmente e o distraia. Deste modo, o tempo que estará dormindo durante a noite será maior.

5. Não deixe que a amamentação se torne uma chupeta para seu bebê. Para cada vez que amamentar seu bebê, aconchegue-o 4 ou 5 vezes em seus braços sem amamentá-lo. Desta forma ele não criará o péssimo hábito de querer ser alimentado toda vez que você o segura.

6. Faça alimentações breves no meio da noite. Passe a idéia de que a noite é especial para dormir. Quando ele acordar no meio da noite para se alimentar, não ligue a luz do quarto, deixe em penumbra. Alimente-o silenciosamente e não fique brincando e fazendo-o rir, para que ele entenda que este horário é apenas para mamar e voltar a dormir.

7. Não acorde o bebê para trocar fralda durante a noite. As exceções para esta regra são fraldas sujas de fezes ou quando estiverem muito molhadas, ou em tratamento por assaduras ou alergias. Nestes casos use o mínimo de luz possível faça o maior silêncio possível, evitando que ele desperte e fique agitado. Caso contrário troque-o apenas quando acordar.

8. Não deixe o bebê dormir na sua cama. Uma vez que o bebê esteja acostumado a dormir com você, uma mudança para sua própria cama seria extremamente difícil. A mãe também não terá uma noite de sono tranqüila já que terá a preocupação de rolar por cima do bebê ou deixá-lo cair. Então porque não ensinar o bebê a querer sua própria cama? Aos 2 ou 3 meses, você pode mantê-lo no berço perto de sua cama. Depois do 4º mês ele já poderá ser colocado em seu próprio quarto.

9. Dê a última alimentação na hora de você dormir (22 ou 23 horas) assim ele irá mamar e dormir ao mesmo tempo que você, tendo assim mais tempo para descansar.

10. Ao colocar o bebê para dormir, coloque-o deitado do lado direito primeiro para facilitar a descida do leite para o intestino. Após algumas horas vire o bebê. Nesta posição também evita que o bebê possa engasgar caso haja retorno do leite. Pode ser colocado um travesseiro especial para bebês, anti-sufocante.

A partir dos seis meses de idade:

1. Providencie um brinquedo macio e atraente para que a criança o segure no berço. Na idade dos seis meses a criança começa a sentir a separação dos pais. Um brinquedo, uma boneca ou um cobertor podem oferecer conforto à criança quando ela acordar o meio da noite.

2. Deixe a porta do quarto do bebê aberta. Crianças podem se tornar assustadas quando estão em um espaço fechado e não estão certas de que seus pais estão por perto.

3. Durante o dia, responda aos medos da separação segurando e acalmando seu bebê. Isto diminui o medo da noite e é especialmente importante para mães que trabalham fora de casa. Para os temores no meio da noite, faça contatos rápidos e tranquilizantes. Quando perceber que a criança chora por medo, fique no quarto até que se acalme e o deixe dormir novamente em seu bercinho.

É importante que evite tirá-lo do berço, mantenha a luz desligada e não fale muito. No mais, permaneça próxima do berço acariciando seu bebê com as mãos.

Desenvolvimento no Primeiro Ano de Vida

1 mês de vida

No seu primeiro mês de vida o bebê reconhece a voz e o cheiro da mãe.

- A maioria dos bebês dorme o dia todo, porém trocam o dia pela noite.
- O bebê sente atração por objetos brilhantes, contudo seu maior interesse é pela fisionomia humana.
- Protesta, chora devido à dor ou ao desconforto.
- Comanda o próprio pescoço, preferindo a cabeça de lado.

2 mês de vida

O bebê adora ouvir a voz materna e paterna. Cantem, conversem com seu bebê. Ele vai ficar muito feliz!

- Mantém sua cabeça constantemente para trás. Levanta o queixo por alguns segundos.
- Movimenta as pernas como se estivesse pedalando.
- Vira a cabeça para escutar algum tipo de ruído, acompanha com os olhos algum objeto.
- Vocaliza alguns sons (ah..eh..uh...)

3 mês de vida

Sustentar a cabeça aos três meses é a melhor prova de que o desenvolvimento psicomotor do bebê está perfeito.

- Fixa o olhar determinando preferências.
- Sorri quando é agradado por adultos
- Adora objetos coloridos e sonoros. Aceita alimentos mais engrossados.
- O bebê se mostra simpático e sorridente ou então mostra uma fisionomia séria.

4 meses

Muitos movimentos.

- Aprova objetos que brilham e fazem barulho. Estica as mãos para segurá-los.
- Continua colocando tudo na boca.
- Fica sentado no carrinho. Assim, coordena melhor seus movimentos.
- Adora espelhos, argolas, bichos de borracha.

5 meses

O pai é ainda mais importante para brincar e conversar com o bebê nesta fase.

- Quando virado de bruços, rola na cama.
- Dá gargalhadas. Já percebe mudanças de ambiente. Olha espantado quando muda de local, por exemplo, de quarto ou outro cômodo da casa.

6 meses

Gosta de ficar sentado quando apoiado

- Reconhece pessoas da família
- Começa a manifestar desagrado. Usa as mãos para poder pegar algo, bater e apertar.

7 meses

O espelho é um grande divertimento. Eles fazem a festa com a sua imagem e reconhecem a dos pais.

- Se senta com maior facilidade, sozinho.
- Chora alto. Grita.
- Põe os dedos dos pés na boca
- Seu interesse e preferência são bichinhos de pano, de borracha ou de plástico.

8 meses

Fase de maior marco para o bebê. Começa a engatinhar e ficar de pé.

- Consegue se levantar com a ajuda de suas mãos, não pára de brincar.
- Puxa os próprios cabelos, transfere brinquedos de mão. Pratica as consoantes B e P.

9 meses

Todo cuidado é pouco nesta fase em que o bebê já se locomove e fica em pé apoiado, querendo pegar tudo.

- Prefere engatinhar e é capaz de rolar e sentar sozinho.
- Aprecia companhias. Já segura a mamadeira e consegue levá-la à boca.

10 meses

Começa a balbuciar as primeiras palavras.

- Fica de pé no berço. Demonstra desagrado quando privado da companhia de pessoas amigas.
- Já diz papá, mamã, dá.

11 meses

Formação da personalidade mais desenvolvida

- Senta para apanhar uma bola. Dá uns passos, levado pela mão.
- Obedece a algumas ordens simples - entende o não.
- Segura o copinho para beber.

12 meses

Começa a dar os primeiros passos

- Fica encabulado na presença de estranhos
- Consegue encaixar blocos.
- Articula bem pelo menos 4 palavras e ensaia várias outras.

É fundamental lembrar que em todas as fases a presença e carinho dos pais é que determinará o desenvolvimento psicomotor e psicossocial da criança. Temos crianças em níveis diferentes de desenvolvimento na mesma faixa etária, porque as famílias as estimulam de forma diferente.

Este manual de cuidados visa elucidar algumas dúvidas e assim diminuir a sensação de insegurança e medo, principalmente para as mães e papais de primeira viagem.

Nosso maior conselho é: Sigam seus instintos, respeitem suas opiniões e aprendam no dia a dia com quem é agora o alvo de suas atenções, o seu bebê. Ele ensinará tudo que vocês devem saber!

Elaboração do manual: enfermeiras obstetrias : Kátia Zenny Assumpção

Patrícia Romão Borges

Projetos Preventivos Cooperativa Médica: Enfermeira Aretha Santos