



Comportamento normal do recém-nascido

Os recém-nascidos parecem e agem de forma diferente dos outros bebês mais velhos e das outras crianças, pois ainda estão se adaptando à vida fora do útero. Este folheto é para lhe ajudar a descobrir o que é normal e o que fazer se surgirem sinais que possam indicar uma doença.

O que esperar nos primeiros dias

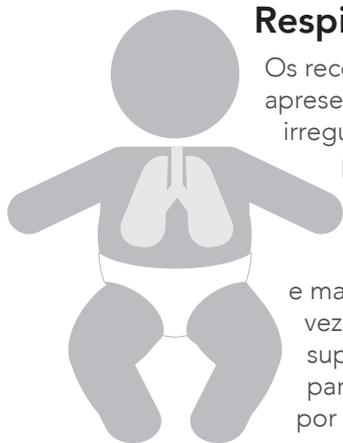
Respiração	<ul style="list-style-type: none">• O seu bebê pode respirar em ciclos irregulares - pode haver momentos em que a respiração do bebê parece superficial e rápida.• Outras vezes, a respiração do bebê pode parecer profunda e lenta. A respiração do seu bebê pode ser irregular.
Cor	<p>O seu bebê pode ter:</p> <ul style="list-style-type: none">• pés e mãos azuis/roxos nas primeiras 24 horas.• manchado e vermelho quando com frio ou chorando.• icterícia leve (face amarelada) após 24 horas.
Temperatura	Faixa de temperatura normal: Axila 36,5 ° C a 37,5 ° C (97,7 ° F a 99,5 ° F)
Alimentação	<ul style="list-style-type: none">• Após as primeiras 24 horas, o seu bebê deve comer a cada duas a quatro horas, oito a 12 vezes por dia.• Geralmente o seu bebê irá se alimentar no mínimo durante 20 minutos, embora mais tempo seja muito comum. Um bebê satisfeito desprende-se do mamilo após terminar a mamada.• O seu bebê pode aglomerar a alimentação (alimentar-se várias vezes seguidas) e, em seguida, ter um período de tempo mais longo sem mamar.
Fraldas	<ul style="list-style-type: none">• Dia 1 = 1 fralda molhada• Dia 2 = 2 fraldas molhadas• Dia 3 = 3 fraldas molhadas• Your baby's stool will appear black-greenish (meconium) for the first couple of days. As fezes do bebê têm um aspecto preto-esverdeado (mecônio) nos primeiros dois dias, até que o colostro (primeiro leite espesso, pegajoso e amarelado) faça a transição para o leite maduro.• Quando o leite maduro chegar (entre o terceiro e o quinto dia), espere entre seis a oito fraldas molhadas por dia e duas ou mais de fezes líquidas que são amarelas, verdes ou castanhas. Fezes que parecem 'gominhos' são normais.

É importante observar o seu recém-nascido para identificar qualquer comportamento anormal durante as primeiras horas e dias de vida. Em circunstâncias muito raras, os bebês podem desenvolver uma infecção por bactérias como a do estreptococo do grupo B (também chamado GBS), que pode causar doenças graves. Os sinais da doença do GBS são mais prováveis de ocorrer nas primeiras 24 horas, mas às vezes ocorrem mais tarde. É importante que todos os pais saibam o que está dentro dos limites do comportamento normal do recém-nascido e quando você deve entrar em contato com sua parteira ou ligar para o 911.

Este documento oferece informações de forma compreensível ao cliente e com base na Diretriz de Prática Clínica nº 16 da Association of Ontario Midwives: Grupo B Streptococcus: Gestão pós-parto do recém-nascido. Foi desenvolvido para ajudá-la a entender melhor algumas das considerações e escolhas que você pode enfrentar enquanto recebe cuidados da sua parteira. Não se destina a substituir as conversas de escolha informadas que você e a sua parteira terão. Se você tiver alguma dúvida, preocupação ou idéia depois de ler este documento, por favor compartilhe-os com a sua parteira.

Comportamento

O seu bebê passará os seus primeiros dias e semanas por fases diferentes: sono profundo, sono leve, sonolento, alerta quieto, alerta ativo, chorando (irritado/desconfortável). Embora os recém-nascidos dormem cerca de 16 horas por dia, os seus padrões de sono são imprevisíveis; eles podem dormir por alguns minutos ou por algumas horas de cada vez. Os bebês devem sempre dormir de costas. Como o estômago do seu bebê é muito pequeno nessa idade, ele precisa acordar para se alimentar com frequência. Nos primeiros dias e semanas, o seu bebê deve dormir por períodos não superiores de quatro a seis horas (num período de 24 horas) sem acordar para se alimentar. Se o seu bebê estiver dormindo durante um período longo demais, acorde-o e tente alimentá-lo. Alguns bebês são difíceis de acordar; se eles não acordarem na sua primeira tentativa, tente novamente em meia hora. Uma maneira eficaz de acordar o seu bebê é tirar a sua roupa, trocar a fralda e conversar com ele ou ela. É normal que demore um pouco para os bebês conseguirem pegar a mama. Seja paciente! Se o seu bebê parecer estar sonolento e desinteressado ao acordar para se alimentar, tente novamente dentro de 30 minutos ou limpe o rosto do seu bebê com um pano frio para ajudá-lo a acordar.



Respiração

Os recém-nascidos geralmente apresentam padrões respiratórios irregulares. A respiração deles não parece nem soa como a de um adulto. Às vezes, os bebês recém-nascidos respiram progressivamente mais rápido e mais profundamente, e outras vezes a respiração é mais lenta e superficial. É normal que os bebês parem de respirar ocasionalmente por 10 segundos e, em seguida, começam com uma respiração

profunda. Não é normal que um bebê fique ofegante ou mantenha uma respiração rápida durante 10 ou mais minutos. Os bebês emitem muitos sons diferentes e fazem caras estranhas, e pode ser difícil saber o que é charmoso e normal e o que deveria ser preocupante. É normal que os recém-nascidos soam como um gato tossindo uma bola de pelos quando tentam expelir catarro (muco); eles também podem ter bolhas na boca.

Entre em contato com a sua parteira se você notar algum destes sinais de que o seu bebê está tendo dificuldades em respirar:

- **As narinas do seu bebê se alargam quando ele ou ela respira (batimento das asas nasais) por mais de alguns minutos.**
- **O seu bebê emite uns grunhidos a cada respiração; isso dura mais do que alguns minutos.**
- **A pele ao redor das costelas do seu bebê ou na base do pescoço puxa bruscamente a cada respiração.**
- **Se a respiração do seu bebê parar por mais de 10 segundos.**

Cor

Um peito e rosto rosados mostram que o seu bebê está recebendo oxigênio suficiente. As mãos e os pés do seu bebê podem estar azuis, roxos ou cinza e frios ao toque nos primeiros dias - isso é normal. A pele do seu bebê pode ficar manchada e vermelha após chorar ou quando está frio.

Se a pele do rosto ou do peito do seu bebê ficar azul ou cinza, por favor ligue para o 911 e entre imediatamente em contato com sua parteira.



Temperatura

Um recém-nascido deve estar vestido com uma camada a mais de roupa do que aquela que você precisa para se sentir confortável. Colocar o seu bebê pele com pele (segurar o bebê pelado em direto contato com a pele do seu peito ou estômago), coberto por um cobertor leve, ajudará a regular a temperatura. Se você quiser saber se o bebê está com muito calor ou muito frio, sentir o peito ou a parte de trás do pescoço dele dará uma idéia mais precisa da temperatura dele do que tocar as mãos ou pés do bebê. É normal que as mãos e os pés de um bebê estejam frios durante os primeiros dias. A melhor maneira de medir a temperatura do bebê é em baixo da axila (também conhecida como temperatura axilar). Os termômetros auriculares (de ouvido) não são precisos para os recém-nascidos e não são recomendados. A temperatura normal da axila é de 36,5 ° C a 37,5 ° C (97,7 ° F a 99,5 ° F).



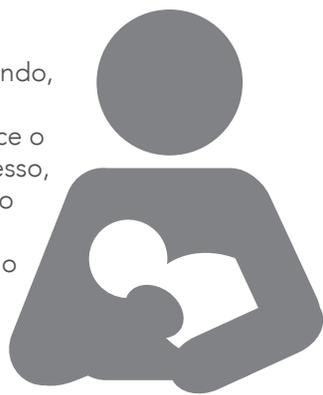
Temperatura normal em °C

- Se a temperatura do seu bebê estiver acima de 38,0 ° C, entre em contato com a sua parteira.
- Se a temperatura do seu bebê estiver acima de 37,5 ° C, remova uma camada de roupa e volte a medir a temperatura dele após 30 minutos.
- Se a temperatura do seu bebê continuar acima de 37,5 ° C depois de você ter tomado as ações acima, entre em contato com a sua parteira.
- Se o seu bebê parecer frio ou se a temperatura dele ou dela estiver abaixo de 36,5 ° C, coloque-o junto a você, pele com pele, e cubra você e o seu bebê com um cobertor. Verifique a temperatura novamente após 30 minutos.

Alimentando

Se você estiver amamentando, alimentar o seu bebê frequentemente lhe fornece o valioso colostro (leite espesso, pegajoso e amarelado) rico em nutrientes, ajuda a estabelecer a sua produção de leite e ajuda você e o seu bebê a aprenderem como funciona o peito ou a amamentação. O seu bebê precisará se alimentar pelo menos a cada duas a quatro horas (e às vezes com muito mais frequência), por geralmente no mínimo durante 20 minutos de cada vez. Por vezes, pode levar um tempinho até que você e o seu bebê aprendam a lidar com a amamentação. Passar tempo junto, pele com pele, ajudará a incentivar o seu bebê a pegar a mama corretamente e amamentar. O seu bebê pode cuspir depois de comer; geralmente pequenas quantidades de leite saem e escorrem pelo queixo.

Um bom recurso on-line para o peito ou a amamentação é: <https://globalhealthmedia.org/videos/attaching-your-baby-at-the-breast/>



Fraldas

A sua parteira pode lhe pedir para manter o controle do número de fraldas molhadas e sujas que o seu bebê produz. Uma fralda descartável fica mais pesada se estiver molhada. Hoje em dia, muitas marcas de fraldas têm um indicador de urina que fica azul na presença de uma certa quantidade de urina. Mas nem todas as fraldas tem tal recurso, e alguns xixis nos primeiros dias podem ser muito pequenos para fazer esse recurso funcionar. Se você tiver problemas para saber quando uma fralda está molhada, coloque um lenço de papel no fundo da fralda limpa. Por vezes, nos primeiros dias os bebês têm o que parece “poeira de tijolo” nas suas fraldas, uma mancha rosada ou laranja. Estes são chamados de cristais de urato e são normais. Uma bebê pode ter uma pequena quantidade de secreção sanguínea da vagina, isso é uma resposta aos hormônios da mãe e é normal.

Tônus muscular

Um recém-nascido precisa ser apoiado quando segurado, mas os recém-nascidos não devem parecer completamente moles nos seus braços. Um recém-nascido deve exibir movimentos fortes e bem flexionados nos braços e pernas.

Cordão umbilical

À medida que o cordão umbilical do bebê começa a cair (a qualquer momento nos primeiros 14 dias), a região do umbigo pode começar a parecer “pegajosa” e uma pequena quantidade de sangue ou secreção pode aparecer na fralda ou na roupa do bebê. O cordão umbilical do seu bebê também pode ter um cheiro forte - isto é normal. Mas não é normal a pele ao redor da base do cordão umbilical (no estômago do bebê) ficar vermelha e com aparência de infetada. Se isso acontecer, entre em contato com a sua parteira.

Entre em contato com a sua parteira se:

- O seu bebê não está se alimentando e parece letárgico (mole demais, com problemas para acordar) e você não consegue acordá-lo para o alimentar. Uma longa dormida (4-6 horas) em cada período de 24 horas é bom.
- A temperatura da axila do bebê está acima de 37,5 ° C (99,5 ° F) ou abaixo de 36,5 ° C (97,7 ° F) e o seu bebê não está usando roupa em excesso ou muito pouca roupa.
- O seu bebê respira rapidamente (mais de 60 respirações por minuto) por mais de 10 minutos (e o seu bebê não está chorando, sendo ativo, ou vestido com roupa demais).
- O seu bebê tem dificuldade em respirar, aparentando os seguintes sinais:
 - » batimento das asas nasais e grunhidos que duram mais do que alguns minutos;
 - » a pele do seu bebê parece estar puxando bruscamente na área das costelas ou na base do pescoço quando respira.
- O seu bebê está muito irritado.
- O seu bebê está chorando quase o tempo todo e o choro é estridente.
- O seu bebê está mole e não está interagindo quando está acordado.
- O seu bebê repetiu vômitos em jato (mais fortes do que cuspir fora).
- Você vê uma cor de poeira de tijolo na fralda do seu bebê após o terceiro dia de vida.
- O seu bebê não teve uma fralda molhada num período de 24 horas.
- Você está preocupada com o seu bebê por qualquer outro motivo.

Ligue para o 911 e para a sua parteira se:

- A cor da pele do seu bebê muda para azul, cinza ou pálido (mãos e/ou pés azuis são normais nos primeiros dias).
- Se a respiração do seu bebê parar por mais de 10 segundos.

O desenvolvimento deste documento foi generosamente apoiado pelo Ministério da Saúde e Cuidados de Longo Prazo.