

GUIA DE ORIENTAÇÃO

Alta Hospitalar Segura do bebê



APRESENTAÇÃO

A chegada de um bebê é um momento único, cheio de emoções, descobertas e também de muitas dúvidas. Pensando em acolher e orientar você e sua família nessa fase tão especial, o HIFA desenvolveu este Guia de Alta Hospitalar Segura do bebê.



Este material foi preparado para apoiar os cuidados o recém-nascido após a alta hospitalar, promovendo segurança, tranquilidade e confiança no início dessa nova jornada em casa.

ORIENTAÇÕES GERAIS DE SEGURANÇA

1. Orientações Gerais de Segurança

A sua participação é fundamental para evitar erros e complicações após a saída do hospital:

- **Comunicação:** Tire todas as suas dúvidas com a equipe de saúde antes de sair.
- **Identificação:** Mantenha seus documentos e informações de saúde sempre acessíveis para atendimentos futuros.



- **Higiene das Mãos:** Esta é a medida mais importante para evitar infecções. Lave as mãos com água e sabão ou use álcool em gel antes e depois de tocar em qualquer curativo e no bebê.

HIGIENE E BANHO

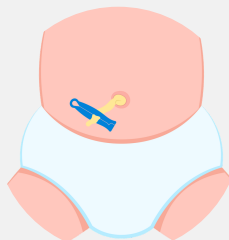
- Use sabonete neutro, sem cheiro
- Não utilize colonia, perfume, óleo ou talco
- Dê banho no bebê todos os dias, em local protegido de vento.
- Utilize água morna (aproximadamente 36 °C) e sabonete neutro.
- Use toalha macia para secar o bebê.
- Lave bem as dobras do corpo (pescoço, axilas, atrás das orelhas e virilhas) e seque cuidadosamente todas as áreas para evitar irritações.
- Troque as fraldas sempre que estiverem sujas ou molhadas, use água e algodão na higiene e evite usar lenço umedecido
- Na limpeza da região íntima, faça sempre da frente para trás, especialmente nas meninas, para evitar infecções urinárias.
- Lave bem as mãos antes e depois de cuidar do bebê.



Aponte a camera do seu celular e assista o nosso video de orientação para o banho do bebê ou acesse na internet pelo endereço hifa.org.br/portaldopaciente

CUIDADOS COM O UMBIGO

- Mantenha o local limpo e seco.
- Deixe o coto para fora da fralda, dobrando a parte superior da fralda para baixo.
- O coto geralmente cai entre o 7º e o 15º dia de vida.
- Procure um serviço de saúde se observar: mau cheiro, pus ou secreção, sangramento persistente, vermelhidão ou inchaço ao redor do umbigo.



SINAIS DE ALERTA DE INFECÇÃO NO UMBIGO

- Vermelhidão ao redor do umbigo.
- Saída de pus ou secreção com mau cheiro.
- Inchaço ou dor ao tocar.
- Febre ou bebê muito sonolento.
- Dificuldade para mamar.

AMBIENTE DO BEBÊ

- Mantenha o quarto limpo, arejado e sem fumaça de cigarro.
- Evite produtos com cheiro intenso.
- Nos primeiros dias, evite muitas visitas, especialmente de pessoas gripadas ou doentes.
- O bebê deve dormir em berço próprio, com colchão firme e lençol bem esticado, preferencialmente no mesmo quarto dos pais.
- Coloque o bebê sempre para dormir de barriga para cima.
- Não coloque no berço: travesseiros, cobertores soltos, almofadas e brinquedos.
- A temperatura corporal normal do bebê varia entre 36,5 °C e 37,4 °C.
- Vista o bebê de forma confortável, sem excesso de roupas e evite correntes de vento, friagem e mudanças bruscas de temperatura.

ALIMENTAÇÃO E AMAMENTAÇÃO

- O ideal é oferecer leite materno exclusivo até os 6 meses de vida, não é necessário dar água, chá, suco ou outros
- A amamentação deve ser em livre demanda, ou seja, sempre que o bebê quiser.
- Não ultrapasse 3 horas de intervalo entre as mamadas nos primeiros dias.
- Observe se a pega está correta:
 - . Boca bem aberta
 - . Queixo encostado na mama
 - . Parte da aréola dentro da boca
- Caso seja necessário utilizar fórmula, siga rigorosamente a orientação do pediatra e mantenha higiene adequada das mamadeiras e utensílios.



VACINAS E TESTES IMPORTANTES

- Após a alta, procure a Unidade de Saúde para continuar o calendário de vacinação.

Vacinas iniciais:

- . BCG
- . Hepatite B

Testes neonatais:

. Teste do Pezinho (a partir do 3º ao 5º dia de vida) deve ser realizado no **Centro Municipal de Saúde** (Policlínica Bolívar de Abreu), de segunda a sexta-feira, das **8h às 10h30, para moradores de Cachoeiro de Itapemirim**. Para moradores de outros municípios, o exame deve ser **realizado na Unidade Básica de Saúde (UBS) de referência**. O Teste do **Pezinho Ampliado** também pode ser feito por meio do **plano de saúde ou em laboratórios particulares**.

CÓLICAS

É comum ter cólicas a partir da terceira semana de vida.

Massagens na barriguinha, contato pele a pele, colo e aconchego podem ajudar.

EVITAR

- **USO DE CHUPETAS**

Pode trazer desmame precoce, além de problemas de mastigação, fala e respiração.

- **MAMADEIRA**

Pode causar desmame precoce e dificuldade de pega

- **AMAMENTAÇÃO CRUZADA**

Oferecer leite de outra mãe pode transmitir doenças, portanto essa prática não deve ser realizada em hipótese alguma.



LAVAGEM NASAL

1 - Posicione o bebê levemente inclinado ou sentado,

2-Enrole o bebê como um "charutinho" para deixá-lo mais calmo e confortável ou solicite a ajuda de outra pessoa para segurar o bebê de forma gentil, enquanto a outra realiza a lavagem nasal

3- Durante a lavagem nasal no bebê, a administração do soro deve ser feita de maneira lenta e contínua, posicionando o aplicador na entrada da narina observando a deglutição pelo bebê.

4-Caso seja necessário, repita o processo enquanto houver obstrução nasal, até garantir uma limpeza completa das narinas.

- O soro fisiológico deve sempre ser armazenado em geladeira por curto espaço de tempo.
- A Lavagem nasal deverá ser realizada todos os dias, pois facilita a amamentação, promove maior conforto respiratório, especialmente em períodos de resfriado ou congestão nasal, melhora a qualidade do sono e mantém a mucosa nasal hidratada, principalmente em ambientes com ar condicionado ou clima seco.

TRANSPORTE

- O bebê deve ser transportado em cadeirinha própria para idade e peso.
- Utilizar sempre cinto de segurança;
- Instale no banco traseiro, corretamente fixada.



ICTERÍCIA (AMARELÃO)

Alguns bebês podem ficar com a pele e os olhos amarelados.

Procure o pediatra se:

- A cor amarela estiver em pernas, barrigas e braços;
- As fezes estiverem claras
- Se a icterícia durar mais de 1 semana

ACOMPANHAMENTO COM O PEDIATRA

- A primeira consulta deve ocorrer de 48 a 72h após a alta.
- Continue levando o bebê às consultas de rotina para acompanhamento do crescimento e desenvolvimento.

PROCURE ATENDIMENTO SE O BEBÊ APRESENTAR:

- Febre acima de 37,5°C
- Dificuldade para mamar
- Dificuldade para respirar
- Vômitos em grande quantidade
- Diarreia
- Redução do xixi
- Sonolência excessiva ou irritação intensa
- Pele ou olhos muito amarelados (icterícia)
- Vermelhidão, secreção ou sangramento no umbigo



Em caso de dúvidas, procure orientação de um profissional de saúde.



Dúvidas?

Aponte a camera do seu celular e assista o nosso video de orientações ou acesse na internet pelo endereço hifa.org.br/portaldopaciente

