

Orientações para as puérperas sobre os primeiros cuidados com RN no território brasileiro: uma cartilha eletrônica

Larissa da Silva Vicente¹; 0009-0007-1914-9795
Márcia Maria Bastos da Silva¹; 0123-0123-0123-0123
Renata Martins da Silva Pereira²; 0000-1111-2222-3333
Ana Lúcia Torres Devezas de Sousa¹; 4567-4567-4567-4567
Carlos Marcelo Balbino¹; 0000-0003-0763-3620
Gabrielle Gomes Silva¹; 0009-0005-9097-2659
Gabrielle Ramos Corrêa¹; 0009-0004-7295-5209
Maria Eduarda Barbier de Paula Floriano¹; 0000-0003-0329-0923

1 – UniFOA, Centro Universitário de Volta Redonda, Volta Redonda, RJ.

2 – UERJ Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, RJ.

marcia.bastos@foa.org.br

Resumo: O nascimento de um filho é visto como um marco não só para a mãe, mas para todos os envolvidos no processo, principalmente na primeira gestação. Em geral, essa experiência causa nas mulheres sentimentos ambivalentes e instabilidade emocional, tornando-as mais emocionais e sentimentais. Também podem apresentar expectativas elevadas e sentirem-se inseguras em cuidar do recém-nascido, o que os leva a buscar a rede de apoio familiar. Esse projeto tem como objetivo a instrumentalização da gestante sobre os primeiros cuidados com recém-nascido correlacionando com a indústria 4.0 e mHealth. Será desenvolvida através de uma abordagem bibliográfica, exploratória e qualitativa, analisando protocolos atualizados de cuidados neonatais. A produção de cartilhas eletrônicas voltadas para puérperas sobre os primeiros cuidados com recém-nascidos tornou-se uma ferramenta crucial na promoção da saúde materno-infantil. Essas cartilhas abrangem cuidados como o banho, a pele, o sono e a segurança do recém-nascido. uma gama de tópicos, desde a amamentação até medidas de higiene e segurança para o bebê. A cartilha visa facilitar o acesso a informações práticas e seguras, aproveitando as tecnologias digitais para melhorar a educação materna. Ao disseminar essas orientações de maneira acessível, a cartilha eletrônica pode contribuir para a redução da mortalidade infantil, a desinformação e a promoção da saúde neonatal no Brasil, empoderando gestantes e cuidadores com informações essenciais para os primeiros cuidados com o recém-nascido.

Palavras-chave: Recém-Nascido; Cuidado Pós-Natal; Atenção Primária; Indústria 4.0.

1. INTRODUÇÃO

Atualmente, no Brasil, reconhece-se a importância do pré-natal integral, que inclui não apenas as questões biológicas, mas também outros aspectos relacionados ao desenvolvimento infantil, como saúde e bem-estar. O pré-natal deve começar assim que a mulher descobre que está grávida. A partir deste ponto, o Ministério da Saúde recomenda pelo menos seis consultas (uma no primeiro trimestre da gravidez, duas no segundo trimestre e três no terceiro). (PRÉ-NATAL, 2019)

Considerando este cenário, estabelecer medidas para melhorar a saúde das gestantes e recém-nascidos é um grande desafio para reduzir a mortalidade infantil e melhorar a qualidade de vida no País. É necessária a adaptação das redes de cuidados perinatais, que são contramedidas eficazes. O cuidado com a saúde do recém-nascido (RN) tem importância fundamental para a redução da mortalidade infantil, ainda elevada no Brasil, assim como a promoção de melhor qualidade de vida e a diminuição das desigualdades em saúde. (BRASIL, 2014). Nesse sentido, a adaptação das redes de cuidados perinatais e o uso de novas tecnologias têm se mostrado eficazes.

Com a evolução digital proveniente da Quarta Revolução Industrial, temos alguns conceitos tecnológicos, tais como: Tecnologia da Informação e Comunicação (TIC) e Internet das coisas (*Internet of Things – IoT*). E outro conceito tecnológico, envolvendo a saúde: mHealth é uma abreviatura de mobile health, Internet das Coisas Médicas (IoMT) ou Internet das Coisas da Saúde (IoHT).

Em poucas palavras, a Internet das Coisas (IoT) é apenas uma extensão da atual Internet, fornecendo objetos do cotidiano (quaisquer que sejam), mas com capacidades de computação e comunicação, conectando-se à Internet. Conectar-se à rede mundial de computadores permitirá, em primeiro lugar, controlar objetos remotamente e em segundo lugar, acessar os próprios objetos como um provedor de serviços. Estas novas competências, baseadas em disciplinas comuns, criam muitas oportunidades tanto no setor acadêmico quanto na industrial. (Santos *et al*, 2016).

A justificativa desse trabalho se faz por muitos profissionais da saúde ainda enfrentam dificuldades em acompanhar essas evoluções tecnológicas, o que resulta

em uma fragmentação da educação e limita a transferência de informações atualizadas para as gestantes. Isso gera uma lacuna no processo de educação materna, especialmente em relação aos cuidados com o recém-nascido.

Refletindo sobre os processos e os novos modelos de processos, tendo em vista cada vez mais a disponibilidade dos serviços de saúde digital, torna-se necessário e relevante este estudo. Contribuindo assim, para mais publicações e divulgações sobre os conceitos da Indústria 4.0, juntamente com informações seguras e atualizadas sobre os cuidados com recém-nascidos para as gestantes.

Tendo como objetivo geral: Criar uma cartilha eletrônica, para orientação da gestante, sobre os primeiros cuidados com o recém-nascido, no território brasileiro. Sendo os objetivos específicos: identificar o que há nos artigos científicos sobre as orientações sobre os primeiros cuidados com o recém-nascido, no território brasileiro e criar uma cartilha eletrônica relacionada com a indústria 4.0, sobre o assunto acima.

2. DESENVOLVIMENTO

O estudo realizado consiste em uma abordagem bibliográfica, exploratória, descritiva, com um enfoque qualitativa. "Segundo Prodanov e Freitas (2013), a pesquisa exploratória busca proporcionar maior familiaridade com o problema, enquanto a abordagem qualitativa aprofunda a compreensão dos fenômenos."

O levantamento de informações foi realizado através da análise de protocolos atualizados sobre cuidados neonatais e práticas recomendadas. A etapa de seleção dos estudos envolveu a leitura crítica e atenta dos protocolos, e logo em seguida foi realizada uma leitura analítica dos estudos, realizando a interpretação dos dados, visando captar protocolos de saúde atuais e relevantes.

Vale ressaltar que o período de publicação não teve limitação de temporalidade, a coleta de dados deu-se no período do mês de agosto de 2024.

Contribuindo assim, para a elaboração de uma cartilha eletrônica destinada às gestantes, com base nos avanços tecnológicos da Indústria 4.0 e mHealth.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O cuidado com o recém-nascido é um aspecto essencial para garantir uma boa saúde, prevenir complicações e promover o bem-estar desde os primeiros dias de vida. Essas recomendações visam fornecer informações práticas e acessíveis, que possam ser aplicadas no dia a dia das famílias, contribuindo para a redução de riscos e a promoção da saúde infantil.

3.1 Banho no Recém-Nascido

Nota-se a importância da higiene na prevenção de infecções cutâneas uma vez que a manutenção da limpeza e das boas condições da pele diminui o risco de infecção.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (2017), o primeiro banho deve ser realizado após 24 horas do nascimento, a fim de promover a estabilidade térmica e cardiorrespiratória desse neonato.

Além disso, a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) (2021), ressalta como recomendações durante o banho:

A temperatura da água deve estar entre 37°C e 37,5°C, sendo sempre cuidadosamente medida;	A temperatura do ambiente onde o banho será dado deve ser controlada. Em locais frios, aquecedores são recomendados;
Denominado banho humanizado, manter o RN enrolado em uma fralda de pano durante a imersão na água, desenrolando-o lentamente para realizar a higiene, é uma opção agradável, que reduz o possível estresse do momento;	Os produtos de uso infantil devem limpar sem agredir a pele, dessa forma, deverão ser isentos de substâncias cáusticas e irritantes, com pH similar ao pH cutâneo, entre 4,5 e 6,5;
A limpeza deve ser suave, sem esfregar a pele com panos ou toalhas que podem ter potencial irritante para a pele frágil do RN;	O cuidado com couro cabeludo e com os cabelos dos recém-nascidos segue os mesmos princípios de cuidado com a pele, podendo ser utilizado o mesmo produto;
Deixar o vernix o mais intacto possível, a fim que se desprenda naturalmente;	O banho deve ser diário, mas pode ser espaçado (3 a 4 dias) desde que se realize a higiene das pregas, cordão e área de fraldas;

3.2 A Pele

Segundo a Sociedade Brasileira de Pediatria (2015) a pele do recém-nascido é o maior órgão do corpo, sendo responsável por várias funções, como proteção mecânica, termorregulação, vigilância imunológica e prevenção da perda insensível de fluidos corporais. A camada superior, o estrato córneo, é aproximadamente 30% mais fina do que no adulto, tornando a pele infantil mais susceptível à penetração de irritantes, alérgenos e infecções.

Nesse viés, observa-se que cuidados especiais devem ser dispensados na conservação da pele, com o objetivo de prevenir agressões físicas, mecânicas, químicas e infecções, tais como:

A limpeza da área das fraldas pode ser feita com água morna e algodão associada a um limpador suave com enxágue abundante na presença de fezes, ou com lenços umedecidos próprios para recém-nascidos sem perfume e sem álcool. Evitar a fricção no momento da limpeza;	Já os cremes contendo medicamentos como nistatina, corticosteróides e antibacterianos não devem ser usados de rotina, mas apenas quando houver evidência de infecção ou inflamação, preferencialmente evitando-se os produtos com associações;
A aplicação dos cremes de barreira (geralmente à base de óxido de zinco) devem ser utilizados sempre de forma a prevenir a dermatite de fraldas e não apenas quando já houver sinais de irritação local;	Quando necessário, os hidratantes podem ser utilizados, de preferência após o banho, diariamente ou pelo menos três vezes na semana. A aplicação deve ser cuidadosa, evitando o acúmulo do produto nas dobras, o que poderia dificultar a transpiração e levar à colonização bacteriana;
Alguns óleos naturais possuem potencial calmante, atividade antimicrobiana, anti-inflamatória, hidratam, suavizam e diminuem irritações cutâneas, entretanto, é necessário cautela em seu uso, uma vez que são quimicamente heterogêneos e ainda pouco estudados;	Evitar a exposição direta ao sol em crianças abaixo de 6 meses, devendo utilizar protetores mecânicos como sombrinhas, guarda-sóis, bonés e roupas de proteção;
A função de barreira da pele do recém-nascido pré-termo (premature) está significativamente comprometida, o que demanda cuidados específicos.	As unhas devem ser mantidas limpas e curtas, a fim de evitar possíveis escoriações e o corte feito em linha reta;
Atenção à possibilidade de absorção percutânea dos produtos de uso tópico, com riscos de toxicidade;	Troca frequente das fraldas, de 5 a 6 vezes ao dia;

3.3 Sono

Segundo a Associação do Sono (2023) para que o sono seja saudável, faz-se necessário a duração adequada, com boa qualidade, regularidade e ausência de distúrbios ou transtornos do sono. O recém-nascido dorme em média 16 a 20 horas por dia e apresenta ritmo de sono ultradiano, não diferencia dia e noite, além de ciclos de sono que duram 40-50 minutos com múltiplos breves episódios de sono.

Devem dormir em posição supina (barriga para cima) numa superfície firme;	Expor a criança à luz durante o dia e a ambientes com baixa luminosidade durante a noite pode ajudar nesse processo de diferenciação;
Elevação da superfície de dormir deve ser inferior a 10 graus; as grades devem ter uma distância máxima de 7cm, para evitar que a cabecinha do bebê ou outra parte de seu corpo passe por ela e fique presa;	Nunca coloque o bebê para dormir no sofá, cama de adulto ou poltrona; O berço deve estar em local ventilado, com altura das grades superior ao tamanho do bebê em pé até as axilas.
Sempre deixe o berço livre de cobertores, travesseiros e brinquedos;	Evitar superaquecimento, não cobrir a cabeça com gorros.

3.4 Segurança do RN

Segundo a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), em 2023, mais de 33 mil crianças menores de 10 anos foram internadas em razão de acidentes envolvendo quedas. A SBP possui uma série de orientações que devem ser adotadas pelos adultos para prevenir acidentes indesejáveis, tais como:

No carro, o bebê sempre deve estar na cadeirinha apropriada à sua idade e peso, fixada no banco de trás;	Apoie-se sempre no corrimão quando estiver carregando o bebê ao colo, nas escadas e degraus. Evite pisos lisos, molhados ou escorregadios;
Nunca deixe uma criança cuidando de outra criança;	Nunca deixe o bebê sozinho no trocador ou em locais altos, como na cama;
Quando o bebê é trazido para a cama dos pais, no meio da noite, para alimentação ou outros cuidados, deve ser recolocado no berço assim que possível, para evitar que o cuidador adormeça com a criança na cama;	Andador não deve ser usado, nunca, em nenhuma idade. Tanto ele prejudica o desenvolvimento e o andar da criança, como tem sido causa de graves acidentes com traumatismos cranianos significativos;

3.5 ACESSE A CARTILHA

<https://myqrcode.com/en/qr/7ac141c3>



4. CONCLUSÕES

A elaboração de uma cartilha eletrônica baseada nos conceitos das tecnologias como a mHealth e nas recomendações atualizadas dos cuidados neonatais representa um avanço na promoção da saúde do recém-nascido e no empoderamento das gestantes no Brasil. Essa iniciativa possibilita a disseminação de informações seguras de maneira acessível e prática, o que pode contribuir significativamente para a redução da mortalidade infantil, da desinformação e a melhoria da qualidade de vida no país. A adoção de práticas preventivas e de cuidados adequados, deve ser amplamente divulgada para garantir um início de vida saudável aos recém-nascidos, deixando os pais e a rede de apoio mais seguros nesses cuidados.

5. AGRADECIMENTOS

Agradecemos o apoio financeiro do PIC/FOA.

6. REFERÊNCIAS

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Atenção à saúde do recém-nascido: guia para os profissionais de saúde** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. – 2. ed. atual. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

Conselho de Psicologia do Sono. Associação Brasileira do Sono (ABS). **O Sono da Criança e do Adolescente: Um Guia Para Pais E Cuidadores**. Fevereiro, 2023. Disponível em: <https://absono.com.br/wp-content/uploads/2024/01/abs-cartilha-sonocrianca-adolescente-DEZ2023.pdf>. Acesso em 13 ago. 2024.

Pré-Natal - Secretaria da Saúde. Go.gov.br. 2019 Disponível em: <https://www.saude.gov.br/biblioteca/7637-pr%C3%A9-natal#:~:text=>

No%20Brasil%2C%20a%20partir%20desse,semana%2C%20sejam%20realizadas%20consultas%20mensais.>. Acesso em: 07 de dezembro de 2023.

Prodanov, C. C., & Freitas, E. C. (2013). **Metodologia do trabalho científico: Métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico (2nd ed.)**. Novo Hamburgo: Feevale.

SANTOS, Bruno P.; et al. **Internet das Coisas: da Teoria à Prática**. In: Frank Augusto Siqueira; Lau Cheuk Lung; Fabíola Gonçalves Pereira Greve; Allan Edgard Silva Freitas. (Org.). Livro de Minicursos SBRC 2016. 34ed.Porto Alegre RS: Sociedade Brasileira de Computação (SBC), 2016, v. XXXIV, p. 1-50.

Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP). **Atualização sobre os Cuidados com a Pele do Recém-Nascido**. Documento Científico Departamentos Científicos de Dermatologia e Neonatologia (2019-2021), Nº11, maio de 2021. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/22978cDocCientAtualiz_sobre_Cuidados_Pele_do_RN.pdf. Acesso em 13 ago. 2024.

Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP). **Consenso de cuidado com a pele do Recém-nascido**, 2015. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/flipping-book/consenso-cuidados-pele/cuidados-com-apele/assets/downloads/publication.pdf. Acesso em 09 jun. 2024.

Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP). **Higiene do Sono – Atualização 2021**. Documento Científico Departamento Científico do Sono (2019 - 2021), Nº 5, novembro de 2021. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/23196cDC_Higiene_do_Sono_Atualizacao_2021.pdf. Acesso em 13 ago. 2024.

Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP). **Os acidentes são evitáveis e na maioria das vezes, o perigo está dentro de casa**. Nº4, abril de 2023. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/_22337cManOrient__Os_Acidentes_Sao_Evitaveis__1_.pdf. Acesso em 13 ago. 2024.

WHO. World Health Organization. **WHO Recommendations on Newborn Health: Guidelines Approved by the WHO Guidelines Review Committee**. 2017. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/259269>. Acesso em 09 jun. 2024.