



## Higiene do Bebê

### BANHO

#### Quando deve ser dado o primeiro banho?

O primeiro banho deve ser o mais adiado possível, pois o bebê nasce com uma camada protetora chamada vernix que vai sendo absorvida ao longo do tempo. O vernix protege a pele e previne a saída de calor.

À nascença não se deve dar banho ao recém-nascido para não retirar essa camada protetora e porque a prioridade é realizar contacto pele a pele com a mãe. Este primeiro contacto é fundamental para manter a temperatura do bebê e promover o início da amamentação.

#### Em que situações é necessário dar banho à nascença?

- Mães com HIV positivo ou hepatite
- Quando o bebê vem impregnado em mecónio (o primeiro cocó do bebê)

Contudo, na maternidade deverá ser dado pelo menos uma vez, para os pais poderem estar um pouco mais à vontade com esta rotina quando forem para casa.

#### Devemos dar o banho com que regularidade e em que altura do dia?

O banho pode ser dado dia sim, dia não, ou até mesmo de 2 em 2 dias.

Não é necessário ser todos os dias, até porque pode não ser benéfico para a pele do bebe (que ainda não tem mau odor como nos adultos).

A altura do dia é variável conforme a rotina da família e o impacto que o banho tem no bebê.

Existem bebês que após o banho ficam muito calmos, logo é uma boa opção dar o banho ao fim do dia.

Outros bebês ficam muito excitados e cheios de energia, pelo que faz sentido ser antecipado para mais cedo, adequando sempre à rotina familiar.

#### De que material necessito?

- Gel de banho (serve para o cabelo e para o corpo)
- Loção corporal hidratante (para aplicar após o banho)
- Toalha
- Roupas e gorro
- Fralda
- Soro fisiológico e compressas esterilizadas (para a limpeza dos olhos)

**Tome nota:** Opte por uma gama neutra com pH adequado à pele do bebê e sem cheiro - o bebê necessita de usar os sentidos para descobrir o mundo e perceber o cheiro da mãe e do pai.

# Dicas Mitosyl

## DICAS:

- 1 - Escolha todos os produtos da mesma gama, se o bebé fizer alergia já sabe a gama a evitar!
- 2 - Escolha um espaço calmo e com todo o material previamente disponível e junto de si.
- 3 - A duração do banho deve ser curta durante o primeiro mês de vida, servirá para higiene e relaxamento. As brincadeiras virão mais tarde e devem ser feitas com segurança supervisionadas sempre!
- 4 - A temperatura da água deve rondar os 37 graus – pode conferir com termómetro ou simplesmente com as costas da sua mão ou cotovelo.
- 5 - Não coloque creme nas mãos do bebé pois ele terá tendência a levar à boca e engolir.

## CUIDADOS COM A PELE DO RABINHO

A pele do rabinho por ser sensível e estar constantemente exposta a fezes, urina, fechada num espaço quente e de plástico (na maioria dos casos), torna-se uma zona onde a regeneração da pele fica mais difícil de acontecer, pois está constantemente a ser agredida.

Logo, cuidado redobrado! Na muda da fralda deve limpar com compressas e água morna (ou toalhetas caso esteja fora de casa e não tenha acesso a este tipo de material) e, após secar bem a zona, colocar um bom creme protetor.

Os cremes que regeneram a pele do rabinho devem ser compostos por óxido de zinco, um excelente reparador.

Na muda diária pode colocar uma camada fina da Pomada Protetora na zona do rabinho APENAS, nunca nos órgãos genitais.

**DICA:** O seu leite materno é muito reparador quer para os mamilos quer para o resto da pele. Caso se tenha esquecido do creme pode colocar umas gotas do seu leite no rabinho do bebé ou lanolina (creme dos mamilos) e deixar secar!

## O que são as assaduras do rabinho?

As assaduras são resultado da agressão da pele por estar exposta aos agentes acima referidos. A pele fica muito vermelha e o bebé sente muito desconforto naquela zona.

## Como tratar?

Mantendo a higiene apenas com água e compressas (mínimo de toalhetas possível), mudar a fralda assim que o bebé tiver cocó, e aplicar à noite 1 a 2 vezes a Pasta de Lassar.

Esta Pasta de Lassar tem uma grande concentração de óxido de zinco e substâncias que formam uma barreira contra os xixis e cocós que durante a noite possam passar despercebidos.

Visite o site [mitosyl.pt](http://mitosyl.pt) para ver com mais detalhes estes produtos!

