



Dr. José Roberto Stefani

Pediatra e Neonatologista

Professor de Pediatria · Centro Universitário Max Planck

CRM/SP 43.076

Cuidando do Recém-Nascido: Orientações para Pais

A chegada de um recém-nascido traz muitas alegrias e também dúvidas. Este guia prático foi elaborado para auxiliar nos cuidados diários com seu bebê, garantindo saúde, segurança e tranquilidade para toda a família.

O Banho do Bebê

O banho deve ser um momento de relaxamento. A temperatura ideal da água é morna (cerca de 36 a 37°C). Utilize sabonete líquido neutro, específico para recém-nascidos, em pequena quantidade. Não é necessário dar banho todos os dias, especialmente nos primeiros meses; a limpeza com algodão umedecido nas áreas de dobras e na troca de fraldas pode ser suficiente em dias alternados.

Cuidados com o Cordão Umbilical

O coto umbilical deve ser mantido limpo e seco. A limpeza deve ser feita com hastes flexíveis (cotonetes) embebidas em álcool a 70%, na base do coto, a cada troca de fralda. Não tenha medo de limpar, pois a região não possui terminações nervosas e não dói. O coto costuma cair entre o 7º e o 15º dia de vida.

Corte de Unhas

As unhas do recém-nascido crescem rápido e podem causar arranhões. Utilize tesourinhas com pontas arredondadas ou lixas próprias para bebês. O melhor momento para cortar as unhas é quando o bebê estiver dormindo profundamente ou muito relaxado após a mamada.

Hidratação da Pele

A pele do recém-nascido é sensível e pode apresentar descamação fisiológica nos primeiros dias. O uso de hidratantes não é estritamente necessário na maioria dos casos, mas se a pele estiver muito ressecada, opte por cremes ou loções hipoalergênicas, sem perfume, específicas para a faixa etária.

Troca de Fraldas e Prevenção de Assaduras

A troca frequente de fraldas é a melhor forma de prevenir assaduras. Limpe a região genital sempre de frente para trás (especialmente em meninas) usando algodão umedecido em água



Dr. José Roberto Stefani

Pediatra e Neonatologista

Professor de Pediatria · Centro Universitário Max Planck

CRM/SP 43.076

morna. O uso de pomadas preventivas deve ser feito em camada fina, apenas para criar uma barreira protetora.

Higiene de Orelhas e Cabelos

Limpe apenas a parte externa das orelhas com a ponta da toalha. Nunca introduza hastes flexíveis no canal auditivo. Para os cabelos, lave-os com shampoo neutro infantil, massageando suavemente o couro cabeludo, incluindo a região da moleira (fontanela), que não é tão frágil quanto parece.