



O que é Puericultura?



Puericultura é a arte de promover e proteger a saúde das crianças, através de uma atenção integral, compreendendo a criança como um ser em desenvolvimento com suas particularidades. É uma especialidade médica contida na Pediatria que leva em conta a criança, sua família e o entorno, analisando o conjunto bio-psico-sócio-cultural.

Nas consultas periódicas, o pediatra observa a criança, indaga aos pais sobre as atividades do filho, reações frente a estímulos e realiza o exame clínico. Quanto mais nova a criança, mais frágil e vulnerável, daí a necessidade de consultas mais frequentes. Em cada consulta o pediatra vai pedir informações de como a criança se alimenta, se as vacinas estão em dia, como ela brinca, condições de higiene, seu cotidiano. O acompanhamento do crescimento, através da aferição periódica do peso, da altura e do perímetro cefálico e sua análise em gráficos, são indicadores das condições de saúde das crianças. Sempre, a cada consulta, bebês, pré-escolares, escolares e jovens devem ter seu crescimento e seu desenvolvimento avaliados. Crescimento é o ganho de peso e altura, um fenômeno quantitativo, que termina ao final da adolescência. Por outro lado, o desenvolvimento é qualitativo, significa aprender a fazer coisas, evoluir, tornar-se independente e geralmente é um processo contínuo.

O pediatra é a pessoa mais indicada para orientar os pais em relação à saúde de seus filhos, no sentido amplo da palavra saúde, ou seja, no seu contexto bio-psico-sócio-cultural, sempre levando em conta todos esses aspectos. Por isso, é importante também o pediatra conhecer o seu filho. É muito importante que os pais possam estabelecer uma relação de mútua cooperação com o seu pediatra, tendo alguém de confiança a quem recorrer nos casos de dúvidas, para o seguimento preventivo do crescimento e do desenvolvimento de seu filho e nos casos de doença, alguém habilitado para ajudar a cuidar adequadamente de seu filho.

A Puericultura é algo de antigamente, mas que está cada dia mais contemporânea, modernizando-se com o estilo de vida atual.

Vamos, então, a algumas dicas de Puericultura:

- Escolha o seu pediatra antes do bebê nascer! Faça uma consulta pré-natal, para conhecê-lo e peça uma visita dele ainda na maternidade, para que possa orientar a amamentação, tirar suas dúvidas iniciais e já conhecer a família.
- Quando tudo na maternidade ocorreu dentro do esperado e não houve nenhuma outra orientação à alta hospitalar, o recém-nascido deve ir ao pediatra até os 7 dias de vida, para que seja avaliado como está indo o aleitamento materno (que deve ter sido orientado desde a maternidade), o ganho de peso, o crescimento, entre outras coisas. Se tudo estiver dentro do esperado, com 1 mês deve-se ter a segunda consulta. A partir daí, sugerimos que as consultas para acompanhamento normal da criança sejam mensais até 1 ano. No início da vida, as consultas devem ser frequentes, pois nessa fase de adaptação mãe-filho, pai-filho, é fundamental uma supervisão próxima, tanto para tirar dúvidas, como para orientações e um acompanhamento que garanta um desenvolvimento e crescimento saudáveis da criança. De 1 a 2 anos, em geral, as consultas são bimestrais no primeiro semestre e trimestrais no segundo. Dos 2 aos 4 anos, consultas semestrais e acima de 4 anos as consultas podem ser anuais, se tudo estiver dentro do esperado e a criança saudável, até a fase de iniciar a adolescência, quando sugerimos novamente estreitar a observação clínica a cada 6 meses.
- Estas recomendações são válidas para o acompanhamento da criança saudável, ou seja, sem nenhum agravo, seja este físico, psíquico, alimentar, ou de qualquer outra natureza. Assim sendo, se no acompanhamento da criança acontece qualquer alteração, doença ou situação em que ela precise ser mais avaliada ou supervisionada, o pediatra pode precisar agendar consultas e/ou retornos mais próximos ou frequentes.
- Sempre esclareça suas dúvidas com o pediatra! Não fique com dúvidas.
- Hábitos saudáveis geram cidadãos saudáveis. É importante estimular a alimentação saudável, a atividade física e a prática de esportes desde a infância.
- As leituras também devem ser estimuladas, pois são uma ótima forma de aprender e um hábito que traz cultura!
- **Atenção:** bebês de até 3 meses de idade não regulam bem sua temperatura corporal. Se estiver muito calor e eles estiverem muito agasalhados, podem ficar "febris", mas conseguiremos saber se isso é febre mesmo, desagasalhando o bebê. Se ao desagasalharmos a temperatura cair é sinal de que não era febre e sim, uma hipertermia. Se, por outro lado, o desagasalharmos e ele continuar com a temperatura igual ou maior a 37,8° C (e, em geral, também mais "caidinho", ou não mamando bem), isso pode indicar uma infecção e, neste caso, a orientação é de procurar seu pediatra imediatamente. Ou um pronto-socorro para que o bebê seja avaliado rapidamente, pois nessa faixa etária, uma infecção pode ser potencialmente grave. As crianças maiores estão "autorizadas" a terem uma febre de vez em quando, sem isso necessariamente indicar uma infecção!