



Cuidados Posturais e Estimulação do Desenvolvimento Motor em domicílio para bebês e crianças com atraso do desenvolvimento neuropsicomotor

Apoio aos bebês portadores de microcefalia pelo Zika vírus

Realização:



POLICLÍNICA
Piquet Carneiro
UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO





§

Esta cartilha de orientações tem como objetivo auxiliar profissionais da saúde, pais e/ou cuidadores de BEBÊS COM RISCOS PARA O ATRASO DO DESENVOLVIMENTO NEUROPSICOMOTOR, com destaque a portadoras de microcefalia, de 0 a 12 meses de idade na orientação para a estimulação do desenvolvimento motor e os cuidados posturais em domicílio, prevenindo desta forma os vícios posturais, o atraso neuropsicomotor e promovendo o desenvolvimento motor.

Você sabe o que é microcefalia?

É quando os bebês nascem com perímetro cefálico (PC) ou o perímetro da cabeça menor que o normal, **ressaltando** que o **PC normal** é entre 33 a 38 cm.

É uma malformação congênita que tem relação com diferentes causas e origens, como substâncias químicas, agentes biológicos (infecciosos), bactérias e vírus, além de radiação.

O que é postura viciosa?

Postura viciosa ou vícios posturais é uma posição que o bebê adota, fazendo a manutenção de uma postura inadequada por um tempo prolongado, muitas vezes independente da sua vontade, podendo causar dor, irritabilidade, encurtamento muscular e atraso no seu desenvolvimento.



Por que acontece a postura viciosa?

A postura viciosa pode acontecer no período de internação hospitalar devido a necessidade do bebê ficar em uma mesma posição durante um período longo devido as condições clínicas e os recursos utilizados (acessos venosos, tubo traqueal, cuidados com a dieta e etc). A postura viciosa pode se instalar também após a alta hospitalar, quando

a criança já está em casa com seus pais e cuidadores, devido a manutenção de uma mesma postura durante o sono à noite ou durante todo o dia. Ou ainda, permanecer com a criança na mesma posição no colo durante muito tempo; e mantendo o bebê virado para o mesmo lado, pois julgam que a criança gosta sempre da mesma posição.



Quais os prejuízos que a postura viciosa pode causar ao bebê?

Dificuldade para o estímulo visual (orientação) e auditivo, dificuldade para a orientação mão/boca e linha média, alterações no formato da cabeça (assimetria craniana) e da orelha, alterações musculoesqueléticas (encurtamento muscular, contraturas, bloqueios articulares), padrões posturais anormais, dor muscular, irritabilidade e atraso no seu desenvolvimento motor.

Como prevenir a postura viciosa em domicílio?

Sempre que possível mude o bebê de posição, revezando os lados e a posição de barriga para cima. Evitar deixar o bebê muito tempo em uma mesma posição.



O que é Desenvolvimento Motor?

É um processo multidimensional e integral, que se inicia com a concepção e que engloba o crescimento físico, a maturação neurológica, o desenvolvimento comportamental, sensorial, cognitivo e de linguagem, assim como as relações socioafetivas.

O que é estimulação precoce?

Pode ser definida como um programa de acompanhamento e intervenção clínico-terapêutica multiprofissional com bebês de alto risco e com crianças pequenas acometidas por patologias orgânicas, entre as quais a microcefalia, buscando o melhor desenvolvimento possível, por meio da redução de sequelas do desenvolvimento neuropsicomotor, bem como de efeitos na aquisição da linguagem, na socialização e na estruturação subjetiva, podendo contribuir, inclusive, na estruturação do vínculo mãe/bebê e na compreensão e no acolhimento familiar dessas crianças.

(Ministério da saúde, secretaria de atenção à saúde)



Conhecendo Zika vírus:

O Zika vírus (ZIKV) é um vírus arbovírus (do gênero flavivírus), o mesmo da dengue e da febre amarela. Ele é responsável por uma doença chamada Febre Zika, que apresenta sinais e sintomas similares aos da dengue.

(Fonte: 2016 Portal da Saúde – Ministério da Saúde – www.saude.gov.br)

O que é zika?

É uma doença viral aguda, transmitida principalmente por mosquitos, tais como *Aedes aegypti*.



alterne os lados
direto/esquerdo



barriga para cima



Orientações para os Cuidados Posturais

Sempre que possível mudar o bebê de posição, revezando os lados durante o dia e a noite.

Evite que o bebê fique na mesma posição e no mesmo lado por mais de 3 horas.



Atenção: evite acidentes,
não durma com o
bebê na cama

Evite deixar o bebê dormindo durante a noite na mesma cama dos pais e/ou cuidadores para evitar acidentes.

Observação importante!

Não amamente o bebê deitado na cama para evitar acidentes como engasgos, vômitos e broncoaspirações.

Não colocar o bebê para dormir na postura prona (de barriga para baixo) ou de lado até os 4 meses de vida devido o risco de acidentes e dentre estes a morte súbita.

(Academia Americana de Pediatria (AAP) e pelo Ministério da Saúde brasileiro).



Amamentação

Procurar sempre está sentada na hora de amamentar (aleitamento materno ou mamadeira) e mantenha o bebê bem posicionado e ambos confortáveis.

Cuidados com o bebê no colo

Cuidado com a postura do bebê no colo, procurando mantê-lo bem apoiado. Ao colocar seu bebê no colo procure revezar os lados, evitando pegá-lo sempre do mesmo lado para evitar as posturas viciosas.





Cuidados ao retirar o bebê do berço, carrinho ou cama. Procurando sempre apoiá-lo por trás dos ombros e apoiando a cabeça. Evite puxar (tracionar) o bebê pelos braços.



Estimulação do Desenvolvimento Motor

Realizar a estimulação visual, auditiva e tátil com auxílio de brinquedos interativos (sonoros suaves e coloridos).



Olhos nos olhos

Procure sempre o contato visual com o bebê e converse com ele.

Sempre que possível durante a estimulação, converse com a criança e explique o que está fazendo, podendo também cantar canções suaves e delicadas.

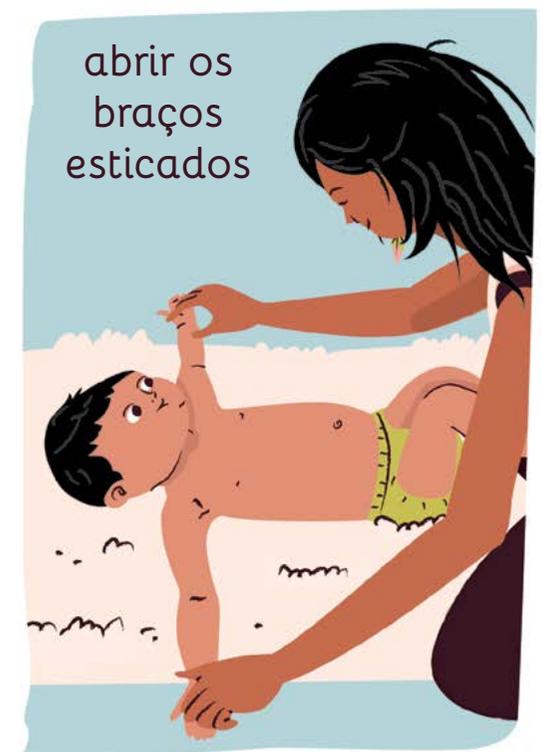


Estimulação Visual, Auditiva e da Linha Média

Realizar a estimulação visual, auditiva e da linha média com auxílio de brinquedo sonoro suave e colorido. Movimente o objeto de um lado para o outro, aproxime o objeto até as mãos do bebê e o auxilie para que consiga tocar no objeto e senti-lo.

A estimulação do desenvolvimento neuropsicomotor deve ser realizado no chão com auxílio de um colchonete, espuma, tapete emborrachado ou colchão.

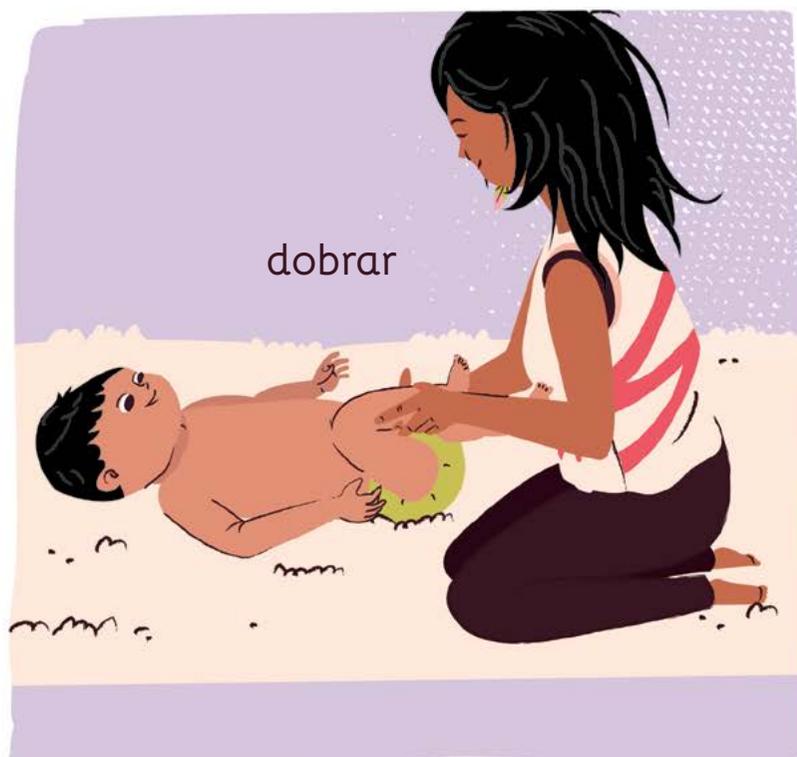
Alongamento e movimentação dos membros superiores



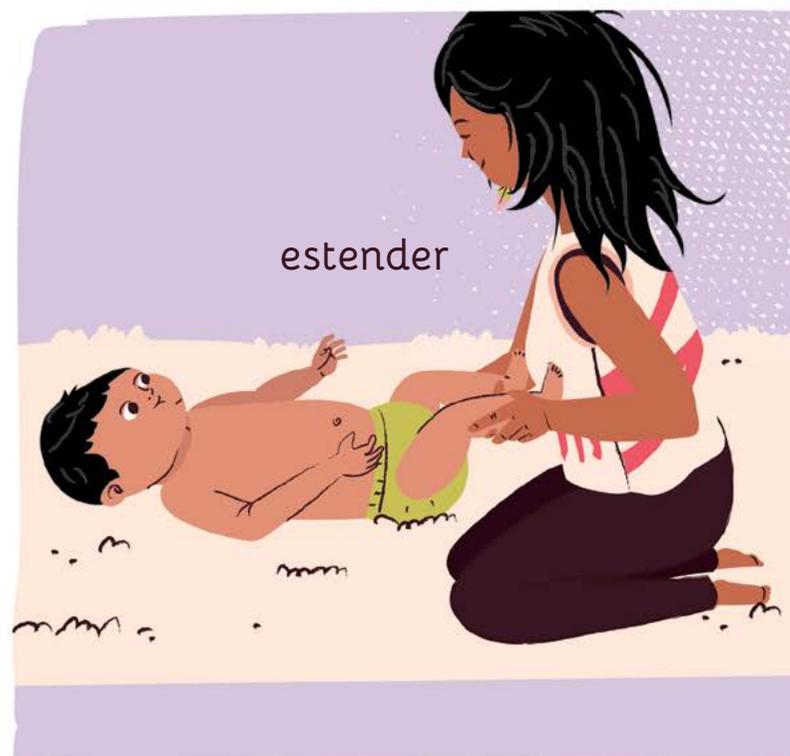
Com o objetivo de estimular a linha média, mobilização (movimentação) e alongamento dos membros superiores (braços). Segure suavemente em ambos os antebraços da criança e estenda-os levemente para frente em direção a um objeto (brinquedo pendurado). Depois estendê-lo lateralmente a altura dos ombros.

Alongamento e movimentação dos membros inferiores

Flexionar e estender os joelhos da criança de forma suave.



Primeiro de forma alternada.



E depois simultaneamente.

Alongamento e movimentação dos membros inferiores

Com as mãos apoiadas embaixo da articulação dos joelhos, observando se os membros inferiores (pernas) estão relaxados.



Realizar a abertura (abdução) e fechamento (adução) dos membros inferiores (pernas) suavemente. Com as mãos apoiando a articulação de joelho de ambos os membros inferiores (pernas), tendo sempre o cuidado para não forçar os movimentos.



Estimulação para rolar

Movimente os objetos (brinquedos) de um lado para o outro para que o bebê inicialmente tente acompanhar o objeto e depois tente pega-lo, se deslocando lateralmente. Indicado para bebês a partir de 4 meses.

Estimulação para aquisição do controle cervical

Indicado para bebês a partir de 3 meses.



Deitar a criança de prono (bruços) sobre um rolinho com os braços por cima e a frente ao rolo. E colocar um objeto sonoro ou luminoso a frente e na altura da face do bebê para que ele procure e eleve a cabeça.



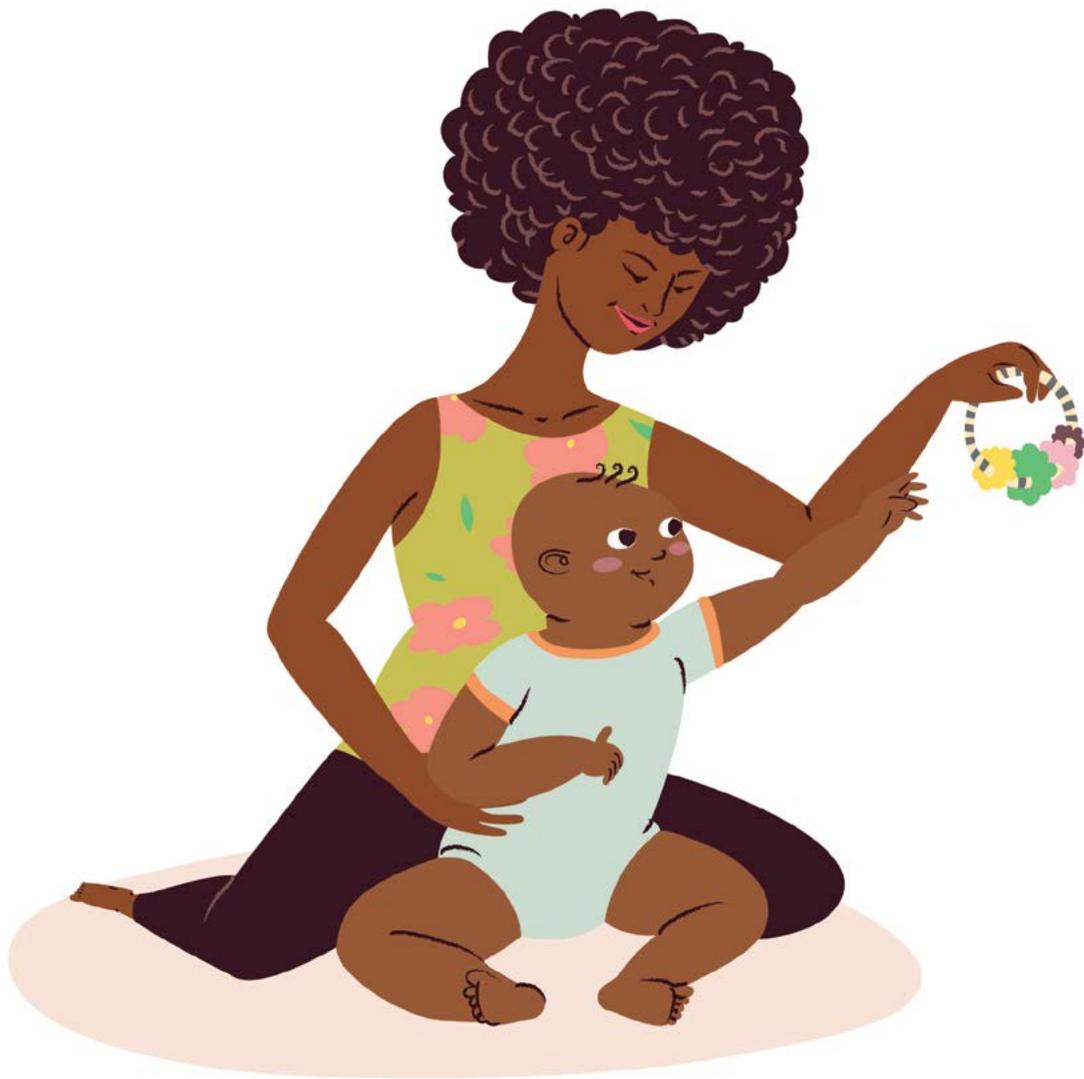
Apoiar a criança pelas mãos e estimulá-la para que erga a cabeça e o tronco superior.



Com auxílio de um rolo (de lençol, cueiro, cobertor, de espuma) e de brinquedos interativos. Posicione o brinquedo a frente e na altura da face do bebê para que ele procure e eleve a cabeça. Colocar o rolo sob o tórax do bebê e posicionando os braços para frente do rolo.

Estimular a Postura de Gatas

Apoiar os membros inferiores da criança (pernas), fazendo com o rolo se desloque para frente e para trás com movimentos suaves e a criança se desloque juntamente com o rolo, acompanhando a movimentação do rolo. Estimulando e auxiliando a criança a se apoiar alternadamente na superfície com joelhos e mãos.



Estimular a postura sentada

O cuidador deve colocar a criança sentada a sua frente no chão (tapete emborrachado, colchonete), e apoiar um dos lados do quadril da criança (por trás) para auxiliá-lo a manter o equilíbrio de tronco e mantendo-a desta forma sentado com apoio. E com auxílio de brinquedos interativos, o cuidador deve oferecer o brinquedo na altura da face da criança para que a criança acompanhe e tente pegar o brinquedo, desta forma o estimulando a manter o tronco erguido (ereto).



Estímulo para marcha com apoio

Existem várias formas de estimular a marcha com apoio e a marcha independente ou ativa na criança e é claro que esta fase do desenvolvimento é de grande importância para a criança e seus cuidadores (pais, familiares). Porém é de fundamental importância ressaltar que para a criança alcançar esta fase ela precisa ganhar aquisições fundamentais

como: **já apresentar sustentação de tronco e cabeça**, bem como uma **boa força da musculatura abdominal e de quadril**, e **membros inferiores (pernas) fortes e capazes de suportar o peso do seu corpo**. Portanto devemos estar bem atentos a estes detalhes, antes de iniciar a estimulação desta fase do desenvolvimento da criança em questão.

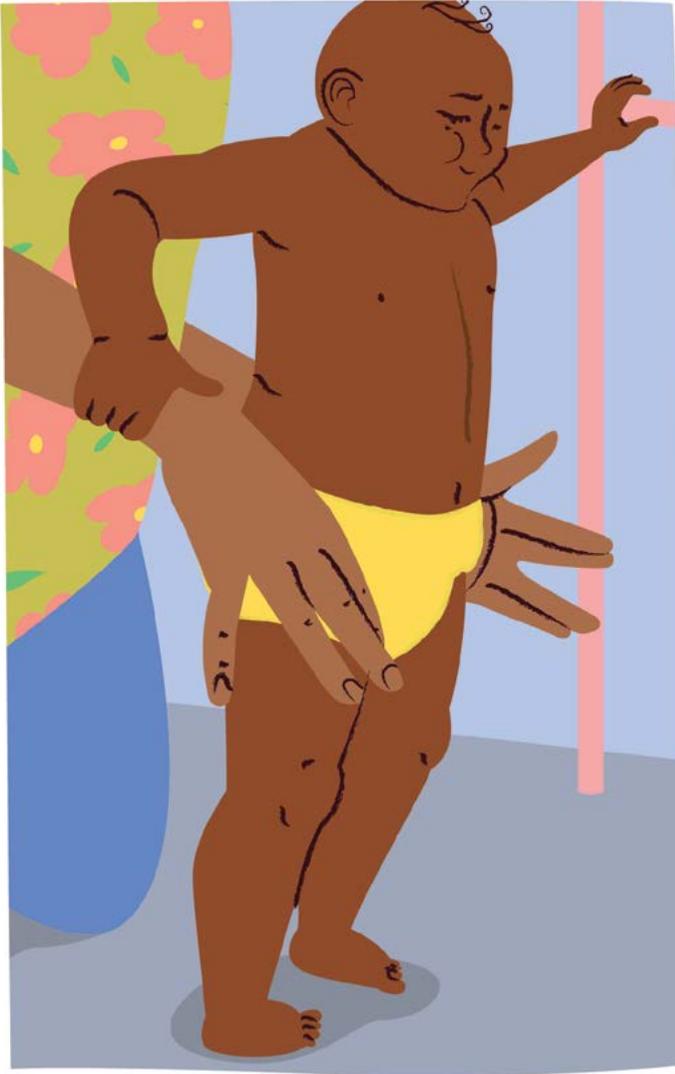
Estimular marcha com apoio



Com o auxílio do rolo, mas sempre atento e ao lado da criança, colocar a criança apoiando no rolo. Lentamente deslocar o rolo para frente, estimulando a criança a acompanhar a movimentação do deslocamento do rolo com o quadril e os membros inferiores (pernas).



Segurar a criança pelas mãos e lentamente deslocá-la para frente.



Marcha com apoio pelo quadril

Colocar a criança de pé e se posicionar posteriormente (atrás) a criança. E com apoio em ambos os lados do quadril da criança, mantendo-a em segurança, suavemente deslocar o quadril da criança, um lado de cada vez para frente, estimulando-a no deslocamento dos membros inferiores alternadamente (pernas) para frente.



Considerações Finais

No conteúdo desta cartilha estamos apresentando sugestões simples para auxiliá-lo na estimulação do desenvolvimento motor e no cuidado da postura do seu filho(a) de zero a 12 meses de idade. Além de auxiliar na prevenção de algumas deformidades osteomioarticulares (ósseas, musculares e da articulações) que a falta de estímulo e movimentação podem causar ao seu filho(a). Mas devemos lembrar que a evolução deste desenvolvimento não será igual

para todas as crianças. E que cada criança terá o seu próprio momento e que talvez algumas não consigam chegar a algumas destas fases. Mas devemos lembrar que precisamos lutar por este ser que precisa de cada um de nós e acreditarmos no potencial de cada um. Com a sua ajuda, amor, respeito, carinho, força e dedicação, esta criança poderá chegar muito mais longe que imaginamos. Então não desista e acredite.

Autora

Edneusa Oliveira Flor

Fisioterapeuta, Ambulatório de Segmento de Bebês de Alto Risco e Ambulatório Multidisciplinar de Síndrome de Down HUPE/UERJ; Ambulatório de Fisioterapia Pediátrica PPC.

Produção

Telessaúde Uerj

www.telessaude.uerj.br

Coordenação: Alexandra Monteiro

Ilustrações e Diagramação: Taís Mallouk

Gerente de Design: João Paulo Neves

©Todos os direitos reservados.

