



PASTORAL DA CRIANÇA

Para que todas as crianças tenham vida e a tenham em abundância (Jo 10,10)

Entrevista Dr. Juraci Cesar – Dormir de barriga para cima é mais seguro

Você já ouviu falar de bebês que morrem de repente? Esses casos são exemplos da Síndrome da Morte Súbita do Lactente, também conhecida como morte do berço, aquela que acontece de forma inesperada. Isto é, quando um bebê saudável morre sem nenhuma explicação aparente.

Apesar de acontecer com mais frequência durante o sono à noite, ela também pode ocorrer em uma soneca de dia, no carrinho ou até no colo dos pais e é mais frequente nos primeiros quatro meses de vida. Mas, será que dá para prevenir esse tipo de morte?

Para entendermos melhor esses casos e como evitá-los, conversamos com o Dr. Juraci Cesar, médico e pesquisador da Universidade Federal de Pelotas (RS).



Dr. Juraci, o que é a morte súbita de bebês?

A Síndrome da Morte Súbita é a morte de criança bem pequena, que não tem uma causa aparente. Isto é, nós não conseguimos determinar, descobrir a razão, que levou a criança a morte. Ela estava bem, foi dormir e morreu. Mesmo depois que se faz toda a investigação possível, não se chega a nenhuma conclusão. Quando isso acontece, a gente diz que o bebê teve morte súbita.

O que causa a morte súbita infantil?

A morte súbita decorre da ausência de oxigenação das células do cérebro, porque a criança deixou de respirar a quantidade suficiente de ar que ela precisava e as células do cérebro, os neurônios, permanecem pouco tempo vivos sem oxigênio.

Quais os fatores que predispõe a morte súbita de bebês?

Colocar o bebê de bruço ou de ladinho para dormir são fatores que aumentam as chances de morte súbita. Nós chamamos essas duas posições de fatores principais determinantes para a morte súbita. Outra questão é colocar o bebê para dormir junto com os pais, visto que o adulto pode acabar dormindo por cima da criança ou colocando a coberta por cima e cobrindo o bebê totalmente. Esses são casos em que a criança vai dormir e está bem, mas acaba falecendo durante a noite.

Por que dormir de barriga para cima é mais seguro, Dr. Juraci?

Colocar o bebê dormir de barriga para cima é mais seguro porque a criança fica livre para respirar. Ele respira pelo nariz ou pela boca. O ar, ele entra, chega no pulmão, faz as trocas, oxigena o cérebro, faz as trocas com o sangue e libera o gás carbônico. Ao dormir de barriga para cima, o bebê tem as vias respiratórias livres. Lembrando que, em idade muito pequena, o cérebro não tem maturidade para reconhecer a falta de ar.

Até que idade o bebê tem que dormir de barriga para cima?

O bebê pode dormir de barriga para cima até a idade que ele quiser, não há contra-indicação. O que acontece é que a partir de uma certa idade, entre sete meses e um ano, o bebê já pode virar na cama, para lá e para cá, porque o cérebro dele já tem maturidade suficiente para reconhecer a falta de ar.

Por que ainda alguns pediatras não orientam as mães sobre esta posição para o bebê dormir?

Antigamente, esse não era considerado um problema de saúde pública importante, pois perdíamos crianças para a diarreia, pneumonia, sarampo e uma série de outras doenças. Então, à medida que essas causas principais foram diminuindo, aquelas que eram de menor frequência, como a morte súbita, foram ganhando uma proporção maior. Os médicos que estão prestando atendimento agora, eles não aprenderam sobre as melhores posições para o bebê dormir, no curso de medicina ou na pós graduação, pois esse era um assunto que passava batido perto das outras doenças. Mas hoje, estamos reconhecendo a importância de colocar o bebê para dormir do jeito certo. Outra pessoa que também forma muitas opiniões, são as avós. As avós são extremamente importantes, porque parte do conhecimento que a mãe tem ela aprendeu com a avó da criança, ou seja, com a mãe dela, que é uma pessoa que aprendeu com os costumes de antigamente. Hoje, o conhecimento médico, mostra que a causa de muitos óbitos é colocar o bebê para dormir em uma posição

inadequada. Então, no passado haviam outros costumes e crenças, só que as coisas mudaram. As causas de morte em todo o mundo mudaram e nós precisamos mudar o nosso conhecimento nesse sentido, para que possamos evitar a morte súbita.

Dr. Juraci, qual o problema do bebê dormir de lado ou de bruços (barriga para baixo)?

O problema de dormir de lado ou de bruço é que a criança, quando ela encosta o rosto, a face, o nariz e a boca em geral, em um colchão macio ou em um travesseiro macio, afunda um pouco e ela perde a área de respiração. A posição de bruço, principalmente, e a de lado, favorecem a interrupção das vias aéreas e quando não entra ar, mesmo por um curto período de tempo, a criança não faz oxigenação, fica sem oxigênio no sangue, que não chega ao cérebro e faz com que as células morram. Temos de lembrar que quando a criança é colocada para dormir de barriga para cima, ela não vai se afogar, porque ela tem um reflexo inato. A tosse é um reflexo de defesa que o organismo tem desde o nascimento.

Esta entrevista é parte do Programa de Rádio Viva a Vida da Pastoral da Criança.
Programa de Rádio 1357 - 02/10/2017 – Dormir de barriga para cima