



# PASTORAL DA CRIANÇA

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

## Entrevista com Regina Reinaldin - Campanha Dormir de Barriga para cima

Em 2009 a Pastoral da Criança lançou a Campanha “Dormir de barriga para cima é mais seguro”, baseada em diversos estudos nacionais e internacionais que mostram que dormir de barriga para cima é a maneira correta e mais segura dos bebês dormirem no primeiro ano de vida.

Segundo os estudos do Centro de Pesquisas Epidemiológicas da Universidade Federal de Pelotas (UFPel) e campanhas divulgadas nos Estados Unidos e Europa, o simples fato de colocar o bebê nessa posição pode reduzir em mais de 70% o risco de morte súbita.

Segundo a Sociedade Brasileira de Pediatria “A síndrome de Morte Súbita do Lactente (SMSL) e outras mortes infantis relacionadas ao sono, tais como asfixia acidental e estrangulamento no leito e mortes mal definidas, são coletivamente conhecidas como morte súbita e inesperada e são responsáveis por mais de 4.000 mortes (2018) nos Estados Unidos da América (EUA)”.

Saiba mais sobre a campanha e o assunto na entrevista com a enfermeira da Pastoral da Criança, Regina Reinaldin.



**ENTREVISTA COM: Regina Reinaldin, Enfermeira da  
Coordenação Nacional da Pastoral da Criança.**

## **A Pastoral da Criança tem uma Campanha que alerta a sociedade sobre a importância do bebê dormir de barriga para cima. Por que, Regina?**

As pesquisas mostram que dormir de barriga para cima diminui as chances do bebê morrer por morte súbita. A morte súbita é uma das maiores causas de óbito entre crianças até um ano de idade. Em muitos casos, ela acontece porque o bebê está de lado ou de barriga para baixo, posições incorretas para dormir, pois ele inala o ar menos puro, ou seja, respira parte do ar que deveria ser eliminado. Se você tem medo que dormindo de barriga para cima o bebê possa se afogar com o seu vômito, saiba que os estudos demonstram que a reação natural do bebê é tossir e, com isso, não respira o vômito e ainda chama atenção dos pais.

### **Regina, o que causa a morte súbita dos bebês?**

Existem causas não preveníveis como a malformação congênita do bebê e existem causas preveníveis: quando a gestante é muito jovem ou muito idosa, o intervalo entre as gestações, o uso de cigarro, álcool e drogas ilícitas, os cuidados errados durante o pré-natal, a falta de crescimento do bebê no útero. E existem ainda as causas ambientais: a falta de amamentação, a posição do bebê dormir de barriga para baixo, o excesso de calor, rostinho coberto com roupas da cama, travesseiros ou protetores de berço, o bebê dormir junto com os pais na mesma cama, entre outras.

### **Por que tantas pessoas, inclusive médicos, ainda não concordam com essa posição do bebê dormir de barriga para cima, apesar das evidências científicas?**

Acredito que a grande maioria dos médicos já se convenceu de que essa atitude salva vidas. Temos que lembrar que, antigamente, no curso de medicina esse assunto não era considerado um problema de saúde pública, pois tinha outras doenças como, por exemplo, o sarampo, a diarreia que perdíamos crianças. E, hoje, o conhecimento médico mostra que a causa de muitos óbitos é colocar o bebê para dormir numa posição inadequada. Então, no passado, havia outros costumes de crianças, 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.

### **Muitas famílias pensam que se colocarem o bebê para dormir de barriga para cima pode haver o perigo da criança se engasgar e se afogar, caso vomite. Isso é verdade, Regina?**

Não. Temos que lembrar que quando a criança é colocada para dormir de barriga para cima ela não vai se afogar, porque tem um reflexo natural. A tosse é um reflexo de defesa que o organismo tem desde o nascimento. Os riscos de dormir

de barriga para baixo são semelhantes ao de dormir de lado. Essas são posições instáveis que permitem que o bebê role e acabe ficando de bruços. Ao deitar de bruços, o bebê respira um ar viciado. Por isso, ele acaba morrendo sufocado.

## **Quais são as orientações práticas para o bebê dormir em segurança?**

O bebê deve estar em um ambiente limpo, arejado, de fácil acesso, com poucos ruídos, sem outras crianças no berço ou na cama e que possa ser vigiado com facilidade.

## **Regina, explique para as famílias sobre a importância do bebê ter um cantinho para dormir só dele?**

Quando a criança dorme com um adulto, o adulto pode acabar dormindo por cima da criança ou colocando a cobertura por cima encobrindo o bebê totalmente. Esses são os casos em que a criança vai dormir e está bem, mas acaba falecendo durante à noite. Os Laços de Amor são uma ótima ferramenta para explicar a Campanha para a família. Aproveite também para divulgar a Campanha nos Serviços de Saúde e entrar em contato com as maternidades. Afinal, dormir de barriga para cima é mais seguro.

## **Que outra coisa a família precisa evitar para que não ocorra a morte súbita do bebê?**

Não fumar, não deixar o ambiente muito quente, evitar roupas e objetos no berço, como bichos de pelúcia, travesseiros e protetores de berço, escolher um colchão firme, deixar os braços do bebê livres para fora das cobertas. Assim, você evita que ele deslize e fique com a cabeça embaixo das cobertas. Amamente no peito. Ao sugar, a criança desenvolve o sistema respiratório, já que precisa respirar pelo nariz. Em caso de engasgo ou asfixia, chame o socorro pelo número 193 dos bombeiros, ou 192 do SAMU.

## **Regina, até que idade o bebê tem que dormir de barriga para cima?**

A recomendação em todos os países do mundo é que a criança até pelo menos seis meses de idade durma em posição de barriga para cima.

## **Como os líderes da Pastoral da Criança divulgam essas orientações nas comunidades?**

Conversando com gestantes e famílias, nas visitas domiciliares, podem fazer rodas de conversa na comunidade e ainda abordam esse tema no Dia da Celebração da Vida e também conversar com os profissionais de saúde; colocar

os cartazes da campanha nos postos de saúde, UPA, hospitais, clínicas e maternidades.

## **Como podemos ajudar a conscientizar as pessoas sobre a importância do bebê dormir de barriga para cima, Regina?**

Sabemos que mudar hábitos leva tempo. Aqui, interfere muito o jeito que os antigos colocavam o bebê para dormir. Cada um tem uma opinião sobre isso. Mas a ciência já comprovou que dormir de barriga para cima reduz muito a morte súbita de bebês. Então, cada um de nós, pode ajudar, conversando sobre o tema com familiares, amigos, conhecidos e com os profissionais de saúde sobre isso, repassando as informações da Pastoral da Criança que estão no Site, no aplicativo, ouvindo o Programa de Rádio Viva a Vida e praticando na própria família, caso tenha um bebê. São dicas que ajudam a salvar vidas.

### **(MENSAGEM)**

**Irmã Veneranda da Silva Alencar, Coordenadora Nacional da Pastoral da Criança.**

**Irmã Veneranda, qual é a importância do bebê dormir de barriga para cima?**

Já faz algum tempo que a Pastoral da Criança iniciou essa Campanha nas comunidades. Apesar de grandes avanços, ainda tem gente que duvida de que dormir de barriga para cima é mais seguro para o bebê e ajuda a evitar mortes. Diversas pesquisas científicas comprovam que essa é a melhor posição para o bebê dormir. Quando se trata de cuidar de bebê, cada um tem uma opinião: as avós, as tias, as vizinhas. Claro que é importante aprender da experiência delas, mas nesse caso, é melhor seguir as orientações médicas que aconselham que o melhor para o bebê é dormir de barriga para cima, em um local próprio, sem travesseiros em volta, bichos de pelúcia, ou algo que possa sufocar o bebê.

### **(MENSAGEM)**

**Ana Maria dos Anjos Silva, líder da Pastoral da Criança de Pedra Azul, Minas Gerais.**

## **Ana Maria, por que dormir de barriga para cima é mais seguro para o bebê?**

Os riscos de dormir de lado são semelhantes a dormir de bruços. Se uma criança está deitada de barriga para cima e se afoga sua tendência, por instinto, é tossir e com isso chamar à atenção dos pais. Os pais vão escutar a criança tossindo. No caso de morte súbita, essa reação não acontece e o falecimento se dá de forma silenciosa.

### **(MENSAGEM)**

**Padre Francisco da Silva Ribeiro, Assessor da Pastoral da Criança da Diocese de Bragança, estado do Pará.**

**Padre Chico, é tão difícil mudar hábitos. Como conscientizar as famílias sobre a importância de colocar o bebê para dormir de barriga para cima para ajudar a prevenir a morte súbita de bebês, como orientam os especialistas?**

Sabemos que com relação aos hábitos, até diria culturais dos diversos povos e regiões de nosso país, há teorias não fundamentadas no modo de como botar o bebê para dormir, mas a Sociedade Brasileira de Pediatria afirma e concorda, assim como apoia a Pastoral da Criança no seu ensinamento, de que a criança dormirá melhor e se sentirá melhor e mais à vontade com a maneira correta de dormir de barriga para cima. Então, vamos trabalhar isso para educarmos nossas crianças também a dormirem de maneira correta.