



PASTORAL DA CRIANÇA

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

Entrevista com Dra. Janaine Marchiori – Bebê dormir de barriga para cima é mais seguro

A Pastoral da Criança, com base nos estudos brasileiros e na publicação Sudden Infant Death Syndrome, na Revista Científica The Lancet, uma das mais conceituadas do mundo, lançou em 22 de junho de 2009, a Campanha “Dormir de barriga para cima é mais seguro”, o primeiro passo para adotar as novas diretrizes de sono infantil no Brasil.



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

ENTREVISTA COM: Dra. Janaine Marchiori, médica pediatra e intensivista pediátrica que atua em Campo Largo, estado do Paraná.

O que é a síndrome de morte súbita de bebês?

A definição mais aceita para síndrome da morte súbita do lactente é uma morte inesperada de uma criança com menos de um ano de idade durante o sono e que não pode ser explicada, mesmo após a realização de uma autópsia, ou seja, não tem um fator que a predispõe. Foi afastada a asfixia, infecção, ingestão de

tóxicos, doenças metabólicas, arritmias ou trauma, seja ele acidental ou não acidental.

O que causa a síndrome da morte súbita de bebês?

Como o próprio nome diz, é uma síndrome. Ela é associada a mortes infantis relacionadas ao sono, tais como: asfixia acidental, estrangulamento no leito e mortes mal definidas e são responsáveis por um grande número de óbitos em crianças menores de um ano de idade.

Com que idade ocorre com mais frequência a morte súbita de bebês?

Ela ocorre mais entre os bebês de 2 a 4 meses de idade. Aproximadamente dois terços das mortes pela síndrome da morte súbita do lactente ocorrem em crianças de 2 a 4 meses de idade e 90% das mortes ocorrem em crianças menores de 6 meses de idade. E 95% das mortes ocorrem em crianças menores de 8 meses. Poucos óbitos ocorrem em crianças com menos de um mês ou mais de 8 meses de idade. Elas coletivamente são conhecidas como morte súbita e inesperada e são responsáveis por um grande número de óbitos em crianças menores de um ano de idade.

Quais são os fatores de risco da morte súbita?

Não tem ainda nada descrito comprovadamente qual é o fator que desencadeia esta síndrome. Porém, foi proposto um modelo de risco triplo. A primeira hipótese poderia ser por uma irregularidade na condução elétrica no coração, que poderia levar a uma arritmia cardíaca e aumentado o risco da síndrome da morte súbita. Outra hipótese é que pode ser a da hipóxia e apneia. O que é a hipóxia? É falta de oxigênio. E a apneia é quando o bebê para de respirar. E isso poderia ser ocasionado por um sistema nervoso central mais imaturo que não comandasse a respiração. É como se o cérebro estivesse ainda imaturo e não mandasse a criança respirar. Isso ocasionaria uma pausa respiratória que levaria a uma falta de oxigênio, levando à morte súbita. E o último dos fatores é por uma imaturidade do diafragma ou até mesmo a disfunção do diafragma. O diafragma é o músculo que comanda a respiração. A gente manda o estímulo através do nervo que vai fazer com que ele contraia ou que ele relaxe para ajudar os movimentos respiratórios, para fazer com que a criança inspire e expire. E nesses fatores entraria a posição prona; O que é a posição prona? É a de barriga para baixo, que ela aumentaria a carga de trabalho do diafragma, então, dificultaria a criança respirar. E também há bebês menores de 6 meses, que eles teriam esses músculos respiratórios mais imaturos, ou seja, eles cansam mais facilmente. Eles requerem mais trabalho para respirar. Isso poderia causar uma fadiga, um cansaço desse músculo.

Existem outros fatores de risco?

Os fatores de risco que vêm sendo aventados como coadjuvantes na síndrome da morte súbita do lactente são fatores como deficiência no despertar. Existem algumas síndromes que podem ocasionar isso; a asfixia; os fatores maternos, como o uso de droga durante a gravidez; a anemia durante a gravidez; mães que ganharam pouco peso durante a gravidez ou que tiveram infecção urinária durante a gestação; o posicionamento do bebê no dormir; o baixo nível socioeconômico.

O que as gestantes e mães devem evitar para ajudar a reduzir a morte súbita de bebês?

As mulheres grávidas deverão evitar o fumo e a exposição à fumaça do cigarro durante a gravidez, bem com a exposição à fumaça no ambiente em que o bebê fica. Sabe-se que o tabagismo, a fumaça do cigarro também é um fator bem importante como risco para a morte súbita dos bebês.

Como a gente sabe que a posição do bebê dormir de barriga para cima é a mais segura para o bebê?

A posição de dormir de barriguinha para baixo ou de ladinho é cultural. São coisas que as avós, as mães passam para as filhas. Visto isso e o risco que representa dormir de barriguinha para baixo, em 1990 foi lançada uma campanha nos Estados Unidos pela National Institute of Child Health and Human Development que fez essa campanha com a logo Back to Sleep para colocar, fazer esse reposicionamento dos bebês para dormirem com as costas em uma superfície firme, ou seja, para dormir de barriga para cima. Sabe-se que a posição do sono é um importantíssimo fator de risco. A posição prona, que é de barriga para baixo, e a lateral, que é a do bebê de ladinho, são significativamente mais perigosas do que a posição supina, porque ela aumenta a retenção de gás carbônico e fazendo isso vai levar à falta de oxigênio e vai aumentar a temperatura corporal durante o sono. Elas apresentam mais do que o dobro do risco de síndrome de morte súbita em comparação com a posição supina. Outros fatores associados é o tabagismo pelos pais. Algum tipo de doença mental materna ou abuso de substâncias como o álcool e outras que também são importantes, são bebês do sexo masculino, a prematuridade, o baixo peso ao nascer e as mães que não fizeram o pré-natal ou que foi feito um pré-natal de forma incompleta.

Como tornar o ambiente mais seguro para o bebê dormir?

É colocar sempre o bebê de barriga para cima em todas as sonecas e no sono da noite. Sempre ter uma superfície que seja firme e plana para dormir, que não seja reclinada e que dê preferência ao berço. E que se o bebê adormece no bebê

conforto, no carrinho, na cadeirinha de balanço ou na rede como é comum em algumas regiões do Nordeste do país, você deve retirá-lo desse local e colocá-lo para uma superfície firme para que ele durma de barriga para cima, principalmente se ele for menor que 4 meses de vida. E não utilizar objetos nesse local, tais como travesseiro, brinquedo, cobertor, edredon, roupa de cama solta. Sempre preferir mais roupa no bebê do que cobertor. Não dormir com o bebê na mesma cama. Com base em evidências, a Academia Americana de Pediatria entre outras, não recomenda o compartilhamento da cama com o bebê em nenhuma circunstância, principalmente se a pessoa que está dormindo com esse bebê tem alguma dificuldade em despertar, tem um sono mais pesado ou se faz uso de algum tipo de medicamento para dormir. Ou se não forem os pais da criança. O risco de óbito aumenta em 10 vezes quando a cama é compartilhada. Pode-se deixar e deve-se deixar a criança no mesmo quarto dos pais, porém não na mesma superfície. Então, tem que ter o berço próprio. E em caso de gêmeos, não colocar os dois bebês para dormirem no mesmo berço.

O que contribui para ajudar a reduzir a morte súbita de bebês?

O aleitamento materno é um fator de proteção contra essas mortes infantis relacionadas ao sono, principalmente o aleitamento materno exclusivo até os seis meses de idade; uma cama segura; sempre o sono do bebê deve ser monitorado. Então, dormir no mesmo quarto é importante e dormir em berços que são apropriados com as normas de segurança.

(MENSAGEM) Irmã Veneranda da Silva Alencar, Coordenadora Nacional da Pastoral da Criança.

Por que a Pastoral da Criança realiza permanentemente a campanha “Bebês devem dormir de barriga para cima”?

Com esta campanha, a Pastoral da Criança quer conscientizar as famílias e comunidades sobre a posição correta do bebê dormir. Apesar de grandes avanços, ainda tem gente que duvida de que dormir de barriga para cima é mais seguro para o bebê e que ajuda a evitar mortes. 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. Além disso, alguns outros cuidados podem ajudar a prevenir a morte súbita, tais como: realizar um bom pré-natal, promover o aleitamento materno e evitar o fumo, também o fumo passivo.

Converse com os líderes da Pastoral da Criança e saiba mais sobre esta Campanha e como ajudar a prevenir a morte súbita de bebês.

(TESTEMUNHO) Marister Pereira de Oliveira Guimarães, líder da Pastoral da Criança na comunidade do Alto Pedra e Cal, Paróquia do Divino Espírito Santo, na cidade de Morada Nova, Diocese de Limoeiro do Norte, estado do Ceará.

Você está divulgando essa campanha: “O bebê deve dormir de barriga para cima”, desde que foi lançada em 2009, que avanços você percebeu e que dificuldades a Pastoral da Criança encontra para convencer as mães a adotarem essa nova maneira de colocar o bebê para dormir?

Hoje, nós não encontramos mais dificuldades para que as mães coloquem os bebês para dormir de barriga para cima desde os primeiros momentos da sua vida. Isso porque essa campanha ela vem sendo trabalhada com muito vigor mesmo, desde o início e a gente percebe que as mães, quando a gente começa trabalhar e orientar já na gravidez, quando o bebê nasce já nasce com a mãe tendo essa consciência, os pais tendo essa consciência de que dormir de barriga para cima é mais seguro para o bebê por uma série de consequências que ele poderia ter se dormisse de lado, emborcado. A orientação, desde o início da gravidez, para que a criança quando nascer venha dormir com segurança de barriga para cima tem sido na nossa realidade, muito positivo. Graças a Deus, a gente tem conseguido esse apoio da família.

Esta entrevista é parte do Programa de Rádio Viva a Vida da Pastoral da Criança.
Programa de Rádio 1664 - 14/08/2023 - Campanha bebê deve dormir de barriga para cima é mais seguro