



E-book

Guia Viver Bem de Saúde Infantil

Saúde Infantil

Não se pode medir o tamanho do prejuízo causado pela pandemia às nossas crianças. Algumas delas não conhecem ainda um mundo onde as pessoas não usem máscaras e onde se pode abraçar os amiguinhos sem medo.


Milhares delas já frequentam os consultórios dos psicólogos e psiquiatras, com vários tipos de transtornos que afetaram a saúde mental e emocional, numa fase onde são construídas as bases de um adulto saudável e equilibrado.

A Semana da Criança trouxe vários profissionais da área de pediatria, odontologia, psicologia, neurologia, homeopatia e outros, com temas muito atuais e necessários, que estão compilados nesse E book, em homenagem ao Dia da Criança.

Desejamos uma boa leitura e que as crianças possam usar toda a sua potencialidade num mundo mais tranquilo e cheio de saúde!

Equipe Viver Bem



-  @guiaviverbem
-  Youtube.com/c/TvViverBem
-  guiaviverbem.com.br/



SUMÁRIO

PUERICULTURA E AMAMENTAÇÃO.....	04
Dra. Camila Raposo, Dra. Marcela Fernandes e Dra. Silvana Braga (Pediatras)	
ANSIEDADE E A IMPORTÂNCIA DO BRINCAR.....	05
Dra. Bárbara Campos e Dra. Renata Monteiro (Pediatras)	
UROPATIAS OBSTRUTIVAS NA INFÂNCIA.....	07
Dra. Rita Medeiros (Cirurgiã Infantil), Dra. Stella Beatriz e Dra. Thaís Cruz (Nefropediatras)	
ALTERAÇÕES NO CRESCIMENTO DO CRÂNIO.....	08
Dra. Jéssica Gonçalves (Neuropediatra) e Dr. Roberto Vital (Neurocirurgião)	
COMO DIAGNOSTICAR O TDAH.....	09
Dra. Luciana Carriço (Neuropediatra)	
COMO POTENCIALIZAR A APRENDIZAGEM DO SEU FILHO....	10
Nilma Lins (Psicopedagoga)	
A HOMEOPATIA NO DESENVOLVIMENTO INFANTIL.....	11
Dra. Regina Kotke (Pediatra e Homeopata)	
A IMPORTÂNCIA DAS VACINAS.....	12
Dr. Rui Medeiros Júnior (Pediatra)	
PREVENÇÃO DA CÁRIE NA PRIMEIRA INFÂNCIA.....	13
Dra. Samila Neres (Odontopediatra)	
COMO EVITAR A OBESIDADE INFANTIL.....	14
Dra. Taisa Macedo (Endocrinologista Infantil)	



Clique
e confira a
live sobre
o tema

AMAMENTAÇÃO E OS CUIDADOS PÓS-NATAL

A chegada de um bebê requer a preparação da família e do ambiente familiar.

É necessário um acompanhamento pediátrico regular com foco na puericultura, cujo principal objetivo é a promoção e a prevenção da saúde da criança, além da identificação de distúrbios do desenvolvimento, com vistas à intervenção precoce efetiva e apropriada.

A primeira atividade de puericultura é a consulta pré-natal, que deve ser realizada com ambos os pais no último trimestre gestacional, quando serão passadas as primeiras orientações à família e identificados possíveis fatores de risco à saúde do bebê.

É importante que os pais e familiares estejam em sintonia e concordância com relação aos primeiros cuidados com o recém nascido, como: cuidados com a casa, com a alimentação da mãe e do bebê, cuidados de higiene com o recém nascido; além de cólicas, regurgitações, amamentação, sono do bebê e prevenção de injúrias.

Além disso, é fundamental a conscientização sobre a importância da vacinação e da realização dos testes de triagens neonatais.

CLÍNICA CATIVA

Av. Rodrigues Alves, 800 - Tirol.
Tyrol Business, Sala 514.
(84) 99677-0404
@clinicacativa



DRA. CAMILA RAIPOÇO

Pediatra - CRM 7882 RQE 3632



DRA. MARCELA FERNANDES

Pediatra - CRM 7396 RQE 2397



DRA. SILVANA BRAGA

Pediatra - CRM 7077 RQE 4646

ANSIEDADE INFANTIL E A IMPORTÂNCIA DO BRINCAR



Clique
e confira a
live sobre
o tema

A ansiedade no público pediátrico cresceu significativamente e infelizmente demora para ser observado tanto pelos pais/ cuidadores, como pelos pediatras. Sendo assim, precisamos estar continuamente atentos a nossos filhos e pacientes.

Os sintomas podem ser desde físicos (dor de cabeça, palpitações, sudorese, dor no peito), como cognitivos que impactam o desempenho escolar, por exemplo. Esses sintomas são precedidos de um sofrimento e “medo” de algum fator estressor que não justifica a intensidade e frequência dos quadros.

As pesquisas mostram que as crianças que têm o transtorno de ansiedade diagnosticado na infância, têm maiores chances de desenvolver na vida adulta a depressão, ansiedade, abuso de drogas ilícitas e outras alterações de saúde

como problemas cardiovasculares.

Algumas maneiras de reduzir esses níveis de ansiedade para as crianças são momentos de brincadeiras.

Chame para brincar, sente e olhe nos olhos, ofereça estímulos corretos (brincadeiras como quebra-cabeças, jogo da memória, fantoches, jogo de tabuleiro, massinha de modelar), chame para cozinhar juntos (a culinária é uma ótima forma de aprendizado e de troca entre família e crianças).

Nas brincadeiras ao ar livre, lembre-se de manter o contato através do toque. Vale também deixar a criança ter contato com as texturas que a natureza permite (areia, folhas, pedrinhas, pedaços de madeira.) Todas essas formas de brincar podem ajudar no controle da ansiedade, além de aprimorar o desenvolvimento da criança como um todo.



DRA. BÁRBARA CAMPOS

Pediatra - CRM 8434



DRA. RENATA MONTEIRO

Pediatra - CRM 8249

CLÍNICA CATIVA

Av. Rodrigues Alves, 800
Tirol. Tyrol Business,
Sala 514.
(84) 99677-0404
@clinicacativa



UROPATIA OBSTRUTIVA



Clique
e confira a
live sobre
o tema



DRA. THAÍS CRUZ

Nefropediatra
CRM 6021 RQE 1776



DRA. RITA MEDEIROS

Cirurgiã infantil
CRM 9680 RQE 3260



DRA. STELLA BEATRIZ

Nefropediatra
CRM 6267 RQE 1983

Você já ouviu falar em obstrução da via urinária, quando por exemplo uma pedra nos rins resolve descer mas não consegue sair?

Esse é um exemplo de uropatia obstrutiva, muito prevalente em crianças e adolescentes devido ao grande número de anomalias congênitas.

Já no ultrassom do pré-natal começamos a investigação. Ao nascer o bebê é submetido a exames laboratoriais e de imagem.

Conforme necessário faremos uretrocistografia miccional, tomografia, cintilografia, ressonância ou outros dependendo do caso. As doenças são vá-

rias, podendo ser congênitas ou adquiridas, como os cálculos e a bexiga neurogênica.

Os sinais e sintomas variam de acordo com o local da obstrução: podem ser dor, febre, infecção, esforço ou perda miccional ou outros associados a nefropatia. A grande maioria dos casos pode ser corrigido com tratamento clínico ou cirúrgico, mas a demora no tratamento pode causar lesões renais irreversíveis.

CLÍNICA CATIVA

Av. Rodrigues Alves, 800 - Tirol.
Tyrol Business, Sala 514.
(84) 99677-0404
@clinicacativa



Clique
e confira a
live sobre
o tema

ALTERAÇÕES NO CRESCIMENTO DO CRÂNIO

O perímetro cefálico é a variável para avaliar o crescimento da cabeça/cérebro de crianças nos dois primeiros anos de vida. Não basta uma medida isolada, o mais importante é o ritmo de crescimento do perímetro cefálico.

Algumas crianças têm medidas de perímetro cefálico abaixo ou acima do esperado para sua idade, e isso poderá ser normal, principalmente quando for proporcional ao peso e estatura (micro e macrocrania constitucionais).

A microcefalia pode ocorrer em várias síndromes genéticas, na síndrome alcoólica Fetal e pós infecção pelo Zika.

A macrocefalia pode ocorrer devido a hidrocefalia, aumento do espaço

subaracnóideo, tumores cerebrais, doenças genéticas e metabólicas.

A hidrocefalia é caracterizada pelo acúmulo anormal de líquido na cabeça com dilatação dos ventrículos cerebrais. Ela pode ser congênita, presente antes mesmo do nascimento, ou adquirida (por exemplo, por tumores).

No caso de assimetria craniana é preciso avaliar se a deformidade se trata de uma doença como craniossinostose ou de uma plagiocefalia deformacional que decorre por alterações no posicionamento do bebê.

Portanto, quando o pediatra detectar um crescimento fora do habitual, deverá encaminhar a criança para avaliação especializada.



DRA. JÉSSICA GONÇALVES

Neuropediatra
CRM 10216 RQE 3875



DR. ROBERTO VITAL

Neurocirurgião
CRM 9679 RQE 3326

CLÍNICA CATIVA

Av. Rodrigues Alves, 800 - Tirol.
Tyrol Business, Sala 514.
(84) 99677-0404
@clinicacativa



A IMPORTÂNCIA DAS VACINAS

A vacinação é, sem dúvidas, uma das mais importantes intervenções em saúde pública nas últimas décadas, proporcionando a erradicação e contenção de doenças no Brasil e no Mundo, preservando vidas e reduzindo sequelas. O Programa Nacional de Imunizações (PNI), instituído no Brasil em 1973 e que hoje engloba mais de 18 vacinas, é respeitado internacionalmente pela sua excelência e cobertura, sendo este responsável por feitos como a eliminação da varíola, pela interrupção da transmissão poliomielite e da rubéola e pelo controle do sarampo.

Entretanto, em decorrência de toda situação imposta pela pandemia de COVID 19, muitas das ações de prevenção e controle de doenças imunopreveníveis foram prejudicadas, impactando assim na redução das coberturas vacinais, especificamente entre crianças e adolescentes. Um exemplo disso é a BCG, vacina responsável pela prevenção de

formas graves de tuberculose, que deixou de ser aplicada em 40% das crianças de até 1 ano no Estado do Rio Grande do Norte em 2021, segundo a Secretaria Estadual de Saúde.

Mais do que uma simples proteção individual, a vacinação é um pacto social coletivo em defesa da vida. E é essa corrente solidária que contribui para salvar mais de 3 milhões de vidas por ano no planeta, segundo a OMS.



DR. RUY MEDEIROS

Pediatra - CRM: 5862

(84) 3211-2429

@famillesaude

Famillesaude.com.br

TDAH



Atualmente, muito se fala a respeito do diagnóstico de déficit de atenção e de hiperatividade (TDAH) e, de fato, este diagnóstico é bastante comum, pois corresponde ao transtorno do neurodesenvolvimento mais frequente da infância. Mas é importante ressaltar que algumas situações clínicas podem mascarar o quadro e levar a erros diagnósticos. Nem tudo que parece déficit de atenção ou hiperatividade, necessariamente corresponde a um quadro patológico.

Na verdade, o TDAH é uma alteração do neurodesenvolvimento que decorre de fatores genéticos e ambientais e pode gerar alterações de comportamento, di-

ficuldades de aprendizagem, dificuldades na socialização, dificuldades de concentração, dificuldade no sono, entre outros sintomas.

Mas quais são as características? Observa-se dificuldade para manter a atenção, agitação psicomotora e impulsividade, apresentadas de forma isolada ou associada entre elas. Observados esses sintomas, deve-se iniciar investigação com psiquiatra ou neurologista.

O diagnóstico do transtorno é clínico, ou seja, feito por entrevistas, além de exames complementares na intenção de descartar diagnósticos diferenciais.

A evolução da criança ou adulto com TDAH de-

pende, eminentemente, de como esse indivíduo se comporta, quais são as áreas prejudicadas e qual intervenção é aplicada ao paciente. Com isso, a avaliação e intervenção são fundamentais para a redução das dificuldades, gerando assim uma melhor qualidade de vida do paciente.



DRA. LUCIANA CARRIÇO

Neurologista Pediátrica
(84) 2020-1888
Av. Campos Sales, 901.
Tirol - Ed. Manhattan,
Sala 2602.



DESCUBRA COMO POTENCIALIZAR A APRENDIZAGEM DO SEU FILHO

Potencializar a aprendizagem da criança é o maior propósito da psicopedagogia. Somos especialistas na aprendizagem, em parceria com a família e a escola. Escutar os pais, suas preocupações, seus receios, suas expectativas em relação ao processo de aprendizagem da criança é fundamental.

Oriento evitar atribuir aos filhos um conjunto de desqualificações, tais como: “Ele é preguiçoso.” “Não gosta de estudar.” “Ele só pensa em brincar.” “Não obedece.”. Diante desses contextos a escuta, a análise e a investigação psicopedagógica são mui-

to bem vindas. Até porque uma das principais tarefas dos psicopedagogos junto aos pais é justamente sinalizar o potencial cognitivo, afetivo dos filhos, mostrando que é possível construir um novo olhar sobre ele e uma nova maneira de se relacionar com as dificuldades de aprendizagem. Identificando as fragilidades e as potencialidades, para assim estabelecer o que se faz necessário.

São indispensáveis estímulos com propostas que contemplem: o brincar, o imaginário, o encantamento pela leitura, a criatividade, a escuta ativa, a observação aguçada, a afetividade, a sensibilidade,

a inteligência, a autonomia, a interação social, o corpo em movimento. Não esquecendo de alertar aos pais sobre um melhor uso dos eletrônicos, pois os impactos negativos no desenvolvimento das novas gerações têm sido cada vez mais preocupantes.



NILMA LINS

Psicopedagoga Clínica
@nilmalins.psi



HOMEOPATIA

UMA FORMA TERAPÊUTICA FANTÁSTICA NO AUXÍLIO DO DESENVOLVIMENTO INFANTIL



A Homeopatia, terapêutica criada por um médico alemão, Dr. Samuel Hahnemann há mais de duzentos anos, tem se mostrado cada vez mais eficaz no tratamento de doenças e na manutenção da saúde física e emocional das nossas crianças.

O Homeopata vê e trata o paciente como um todo, e nessa busca da compreensão da doença e de seus fatores desencadeantes ele, com o uso dos medicamentos diluídos e dinamizados, que são a base do tratamento homeopático, conduz o paciente de volta ao seu equilíbrio

interno, promovendo a melhoria dos sintomas em busca da cura.

Para as nossas crianças em crescimento e desenvolvimento constante, é uma ferramenta maravilhosa, pois as doenças frequentes interferem no seu processo de crescimento, já que elas quando adoecem têm o seu processo interrompido temporariamente, nesses períodos não se alimentam bem, não praticam exercícios, podem ter distúrbios do sono e alterações emocionais advindas da doença, deixam de ir a escola, se afastando temporariamente da sua

rotina habitual.

A Homeopatia ao tratá-la de forma integral, minimiza essas doenças frequentes, trazendo-as de volta mais rapidamente, de forma suave e permanente ao seu equilíbrio vital.



DRA. REGINA KOTKE

Homeopata-pediatra
CRM 2193 - RQE 458

A PREVENÇÃO DA CÁRIE DENTÁRIA NA PRIMEIRA INFÂNCIA

A cárie dentária é uma das doenças que mais acometem crianças na primeira infância em todo o mundo. Atualmente é definida como uma disbiose (um desequilíbrio na microbiota bucal), em que, na presença de sacarose e carboidratos fermentáveis, as bactérias presentes no biofilme dental produzem ácidos que causam a perda de minerais, levando a destruição dentária.

A prevenção da cárie dentária na primeira infância é a melhor forma de preservar as nossas crianças e evitar o sofrimento dos pequenos que podem ter problemas como vergonha ao sorrir, dor, dificuldades na fala, na mastigação e até abscessos dentários. Os cuidados de higiene bucal devem ser introduzidos na rotina do bebê desde o nascimento do primeiro dente. Os pontos importantes para que a cárie não aconteça precocemente são: evitar a introdução do açúcar em bebidas e alimentos antes dos 2 anos de idade; evitar o uso de mamadeira associada ao sono noturno; realizar a escovação com creme dental contendo acima de 1.100ppm de flúor desde o nascimento do primeiro dente, e fazer o acompanhamento de prevenção com um Odontopediatra desde bebê.



Clique
e confira a
live sobre
o tema



**DRA. SAMILA
NERES DE OLIVEIRA**

Especialista em
Odontopediatria ABO/RN
Mestra em Odontologia
pela UFRN - CroRN 4431

@drasamilaneres
(84) 98721-2127
HC Plaza, sala 306, torre II
drasamilaoliveira@gmail.com

COMO EVITAR A OBESIDADE INFANTIL



A obesidade é a maior epidemia de saúde pública mundial, por isso a grande importância em prevenir, reconhecer e tratar adequadamente esta doença.

Fatores de risco no período intra uterino: hipertensão arterial, diabetes, tabagismo, ganho de peso exagerado na gestação, sedentarismo materno.

O aleitamento materno é grande protetor da obesidade infantil. O leite de vaca não deve ser oferecido para crianças abaixo de 1 ano, ele está entre os fatores de risco para obesidade.

Atenção ao sistema familiar. Quando um dos pais tem obesidade o risco da criança ter obesidade é de 50%, quando os dois tem, o risco aumenta para 80%.

Importante também é limitar o consumo de ultra-

processados e a oferta de sal e açúcar, ter paciência e respeito com a quantidade que a criança consegue comer!! A criança tem capacidade de auto regular a ingestão de alimento. Obrigar a criança a comer até “limpar o prato” pode favorecer a obesidade.

Mensagens para toda a família: Incentivar consumo de frutas e vegetais diariamente, evitar consumo de bebidas açucaradas, como sucos ou achocolatados, evitar comer fora de casa. Estimular o café da manhã, reduzir tempo de tela para no máximo 2h/ dia, estimular atividades físicas divertidas e brincadeiras ao ar livre, incentivar a ingestão de água.

A prevenção da obesidade é a maneira mais segura de controlar essa grave doença crônica.






Clique e confira a live sobre o tema



TAÍSA MACEDO

Endocrinologista pediatra
CRM 4518 RQE 555
(84) 99924-1860
@taisamacedonatal
taisamac@hotmail.com

Viver Bem

 @guiaviverbem
 Youtube.com/c/TvViverBem
 guiaviverbem.com.br/