

O banho do bebé antes de 1 ano de vida



.....

O banho é um momento importante de comunicação entre si e o seu bebé.

Quando dar banho ao bebé?

Não há regras. O melhor momento do dia é quando estiver disponível para o seu bebé.

Não é necessário dar-lhe banho todos os dias, 2-3 vezes por semana é suficiente.

.....

Como proceder?

Verifique que o ambiente está aquecido, cerca de 20-22°C e sem correntes de ar. Lave as mãos e prepare previamente os acessórios e a roupa que o bebé vai usar:

- Banheira simples para bebé
 - Toalhas e luva de lavagem
 - Sabonete suave
 - Algodão, compressas
 - Fraldas e muda de roupa
 - Creme para o rabinho, se necessário
 - Termómetro de banho, se necessário
-

Em termos práticos

Prepare o banho, com a temperatura da água por volta dos 37°C. Verifique com o termómetro ou com o cotovelo. Deverá sentir uma sensação agradável, nem quente nem fria.



- Coloque uma toalha no muda-fraldas
- Dispa o seu bebé
- Limpe-lhe o rabinho antes de o colocar na banheira
- Se lhe der jeito, pode ensaboar o bebé no muda-fraldas ou então diretamente dentro de água
- Lave-o da cabeça até aos pés, passando por todas as pregas da pele, com as mãos ou com uma luva de lavagem. É importante limpar bem nas zonas das pregas cutâneas, debaixo do pescoço e abrir bem as mãozinhas
- Passe o bebé por água limpa enquanto está dentro da banheira, mantendo a cabecinha apoiada no seu antebraço, e com a mão segure bem a parte superior do braço dele
- Deixe-o relaxar e chapinhar na água durante alguns minutos, no início, e aos poucos pode ficar mais tempo no banho



- Se tiver o cabelo sujo, pode lavá-lo com um champô suave não irritante
- Retire o bebé do banho, seque-o sem esfregar, com especial cuidado nas pregas
- Coloque a fralda e a roupa
- Termine pela higiene do rosto
- Consulte o folheto sobre «Cuidados de higiene»

Importante - Esteja atento aos seguintes riscos:

- Quedas: mantenha sempre uma mão no bebé quando está no muda-fraldas para evitar as quedas.
- Queimaduras: verifique sempre a temperatura da água
- Afogamento: nunca deixe o bebé sozinho no banho, não se recomenda os dispositivos para sentar o bebé no banho

Nunca deixe o bebé sozinho no banho e sem supervisão!



Programme cantonal de promotion de la santé et de prévention primaire enfants (0-4 ans) - parents



Section VD | Ne | Ju
Fédération Suisse de Sages-femmes

