

Cliente: SBIm
Assunto: Vacinação Infantil
Veículo: Veja São Paulo (SP)

Seção: Saúde

Data: 20/03/2015
Site: vejaasp.abril.com.br

Dia: Sex
RM

SIGA VEJA SP

veja São Paulo -

Abril id

Comida & Bebida - Cinema - Cultura - Noite - Crianças - Grátis - Revista - Bairros - Mais - Programa Casado

SAÚDE

Cuidados com a saúde da criança

Médicos esclarecem algumas das principais dúvidas paternas quanto ao desenvolvimento e bem-estar clínico dos filhos: quais os alimentos corretos, quando tirar a chupeta e a relação com animais de estimação

Por: Aretha Yarak 🕒 20/03/2015 às 22:00

Compartilhe
 Compartilhe
 Compartilhe



Primeiras refeições pós-amamentação: o ideal é escolher gorduras, proteínas e carboidratos (Foto: Shutterstock)

Existem vacinas que devem ser ministradas especificamente em clínicas particulares e outras que podem ficar a cargo dos postos de saúde?

O calendário oferecido pelo Sistema Único Saúde (SUS) e o recomendado pela Sociedade Brasileira de Pediatria e pela de Imunizações são bastante parecidos. Mas existem algumas diferenças importantes. No sistema privado, é possível encontrar versões mais modernas e abrangentes das vacinas pneumocócica, meningocócica C (conjugada) e do rotavírus. Em geral, elas oferecem proteção contra mais tipos de vírus e bactérias que causam essas doenças. Além disso, o governo disponibiliza apenas uma dose contra a catapora e a hepatite A. O indicado seriam duas, a primeira com 1 ano de idade, e a segunda cerca de seis meses depois. Assim, a criança ficaria protegida também contra manifestações leves dessas enfermidades.

+ Especialistas dão dicas para lidar com dramas da infância

Já a tríplice bacteriana, ministrada nos postos de saúde aos 2, 4, 6 e 15 meses e depois aos 5 anos, é produzida com o uso de células inteiras. Crianças que tomam essa variante correm mais risco de desenvolver algum tipo de reação, quando comparadas àquelas que se imunizaram na rede privada. Problema similar ocorre com a vacina contra a poliomielite. As famosas gotinhas distribuídas pelo SUS no fim do ciclo de imunização são criadas com o vírus vivo. Elas podem ser substituídas pela versão inativa, que confere menos risco de reação.

+ Veja como lidar com a tecnologia com as crianças

ÚLTIMAS DE CIDADES

06 DE ABRIL DE 2015

CIDADES

Jovem é estuprada na Estação República do Metrô de São Paulo

Há 2 horas e 21 minutos

CIDADES

Incêndio em Santos pode terminar nesta segunda-feira

Há 5 horas e 42 minutos

CIDADES

Motorista perde controle e carro cai na travessia de balsas

Há 6 horas e 10 minutos

CIDADES

Acidente na Anhanguera mata uma pessoa e deixa cinco feridos

Há 7 horas e 7 minutos

[Ver mais notícias »](#)

Veja São Paulo 🔔

1.690.955 pessoas curtiram Veja São Paulo.

👍 Plug-in social do Facebook

Cliente: SBIm
Assunto: Vacinação Infantil
Veículo: Veja São Paulo (SP)

Seção: Saúde

Data: 20/03/2015
Site: veja.sp.abril.com.br

Dia: Sex
RM

Qual a lista de alimentos não recomendados para menores de 1 ano de idade?

Até os 6 meses de vida, a amamentação deve ser exclusiva. Após esse período, é desaconselhável a adição de açúcar (sacarose) e sal à alimentação do bebê. Além de contribuírem negativamente para o ganho extra de peso, esses componentes podem prejudicar a introdução de alguns nutrientes importantes, pois modulam o paladar da criança. O mel também deve ser evitado, pois há expressivo crescimento do risco de botulismo. Já o leite de vaca integral aumenta a probabilidade de surgirem micro-hemorragias no intestino, processo que facilita o desenvolvimento de quadros de anemia.

Como saber a quantidade correta de amamentação?

Não existem regras, mas costuma-se recomendar, em média, uma a cada três horas. Esse número diminui conforme o desenvolvimento do bebê, que passa a precisar de menos leite. Um recém-nascido pode recorrer a mais de oito mamadas diárias, enquanto um bebê de 1 ano precisa de aproximadamente duas. As crianças saudáveis costumam aceitar apenas a quantidade ideal para saciar sua fome. Uma dica para observar excessos é checar se houve aumento na quantidade de líquido regurgitado pelo lactente depois da amamentação.



Vacinas: as versões da rede privada e do SUS são diferentes (Foto: Getty Images)

Após o desmame, quais os primeiros alimentos que devem ser incluídos na dieta infantil?

Assim que terminarem os seis meses de amamentação exclusiva, é importante introduzir alimentos que forneçam energia, como carboidratos e gorduras, além de proteínas, para a criança continuar a se desenvolver de maneira adequada. A transição para os itens sólidos deve ser realizada de maneira gradativa. Atualmente, sabe-se que as papinhas líquidas não são indicadas. Uma das primeiras opções é a carne vermelha, rica em ferro, picada ou desfiada. Outras são os cereais, como o arroz, a mandioca, a batata e algumas massas. Esse pacote deve ser complementado por outra fonte de proteína, a vegetal: feijão, lentilha, soja ou qualquer outro grão. A criança precisa ainda de verduras, frutas e legumes, de onde vai retirar vitaminas e sais minerais. É importante evitar os de casca mole, em virtude do maior risco de contaminação, e também aqueles que provocam mais alergias, como o morango.

+ Dicas importantes para ajudar na vida escolar

Há um número razoável de resfriados que a criança pode pegar durante o ano?

A formação do sistema imunológico termina por volta dos 3 anos de idade, quando o organismo infantil passa a ter mais robustez no combate às viroses e doenças relativamente comuns. Até lá, é considerado normal que a criança contraia cerca de oito resfriados por ano. Para aquelas que já frequentam escolinhas e creches antes dessa idade, esse número pode dobrar, subindo para até dezesseis. Ou seja, nesse caso, a rotina é "cair de cama" todo mês.

+ Programas para quem quer curtir a capital com os filhos pequenos

Até qual idade não é errado utilizar chupeta?

O uso deve acabar definitivamente por volta dos 3 anos. Mas, quanto antes ela for retirada, melhor para a dentição. Crianças que mantêm o hábito até os 6 anos ficam extremamente sujeitas a ter a mordida aberta, quando os dentes de cima não encostam nos de baixo. Na maioria dos casos, no entanto, esse "buraco" se fecha naturalmente depois que o acessório é deixado de lado. Além disso, especialistas alertam que o movimento de sucção está relacionado com a sensação de saciedade. Por isso, sugerem que os pais não aumentem o furo do bico da mamadeira. Se não houver esse esforço para se alimentar, é provável que o bebê sinta mais falta da chupeta.

Quando incluir a pasta dental com flúor na limpeza bucal?

Com o surgimento do primeiro dente de leite, esse produto deve passar a fazer parte da higienização. O agente químico é o único eficaz na proteção contra as cáries, que podem acometer até mesmo a primeira dentição — e causar dor similar à sentida por adultos. A opção mais eficiente é com concentração de 1 100 partes de flúor por milhão. Para crianças de até 1 ano, deve-se colocar um volume de pasta similar a um grão de arroz na escova de dentes. Acima dessa idade, a quantidade se assemelha ao tamanho de uma ervilha. Essas quantidades são seguras para evitar a fluorose (manchas brancas nos dentes por excesso de ingestão de flúor). A limpeza deve ser realizada ao menos uma vez ao dia, preferencialmente antes de a mãe dormir.

Cliente: SBIm
Assunto: Vacinação Infantil
Veículo: Veja São Paulo (SP)

Seção: Saúde

Data: 20/03/2015
Site: vejaasp.abril.com.br

Dia: Sex
RM

É normal ter refluxo?

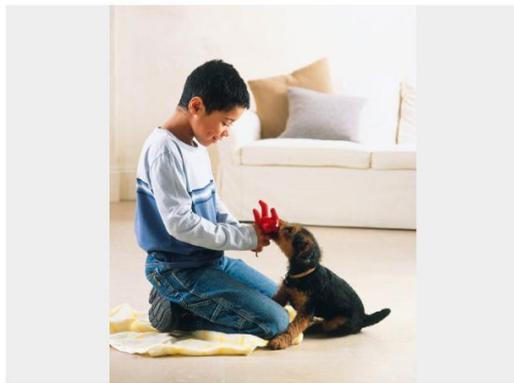
Antes de tudo, é importante fazer a distinção entre refluxo e regurgitação. O primeiro é uma doença, uma condição em que uma das válvulas digestivas da criança não funciona corretamente. Nesse caso, ela sente muita dor, grande desconforto com cólicas e gases, e demonstra isso com choro intenso. O refluxo, portanto, não é considerado normal. Para evitar problemas mais graves, ele deve ser diagnosticado e tratado por um médico. Assim, é diferente da regurgitação, que nada mais é do que uma válvula de escape para os gases e o volume em excesso que a criança ingeriu durante a amamentação, por exemplo. Algo absolutamente corriqueiro.

Por que agasalhar o bebê pode causar febre e desidratação?

Recém-nascidos têm a pele mais fina que os adultos. Isso facilita a troca de calor e a perda de água em situações extremas. Quando a criança é agasalhada em excesso, sua temperatura se eleva, o que causa febre. Para regular o termômetro interno, ela elimina água, o que leva à desidratação.

Em qual posição a criança deve dormir no berço?

Sempre de barriga para cima, por causa do risco de morte súbita. A medicina ainda não conhece o mecanismo exato que explica o fenômeno, mas pesquisas clínicas demonstram que essa é a posição mais protetora. Também é indicado que os pais agasalhem os filhos em vez de usar protetores, sacos de dormir e mantas. Isso evita que a criança sufoque enquanto dorme.



Convivendo com o melhor amigo: risco de alergias (Foto: Getty Images)

Quais doenças são transmitidas por animais de estimação?

O risco de exemplares domésticos com caderneta de vacinação e vermifugação em dia transmitirem doenças é baixo. Problemas sérios como a toxoplasmose são mais comuns nos animais de rua, normalmente não imunizados. Crianças alérgicas podem, no entanto, passar por grande desconforto na presença dos bichos. Na maioria das vezes, a irritação surge por causa da saliva dos gatos e dos ácaros presentes no ambiente, mas também é desenvolvida na presença de penas e pelos. Para afastar essa possibilidade, é fundamental evitar o contato com as secreções e lavar bem as mãos após brincar com os pets. Deve-se retirar também o acúmulo de pele solta na casa. Outra medida é colocar os animais para dormir no quintal ou na área de serviço, evitando, assim, espaços comuns.

* Fontes: Marcelo Bônecker (professor titular do Departamento de Odontopediatria da Faculdade de Odontologia da USP), Mauro Fisberg (pediatra da Unifesp e especialista em nutrição infantil), Moisés Chencinski (membro do Departamento de Pediatria Ambulatorial e Cuidados Primários da Sociedade de Pediatria de São Paulo) e Renato Kfoury (pediatra e vice-presidente da Sociedade Brasileira de Imunizações)

COMIDA & BEBIDA

Restaurantes
Reserve sua mesa
Bares
Comidinhas
Vinhos
Receitas

CINEMA

Filmes
Salas
Os melhores filmes

CULTURA

Teatro
Shows
Exposições
Dança
Concertos

NOITE

Bares
Shows
Baladas

CRIANÇAS

Passeios
GRÁTIS
O melhor da cidade de graça

BAIRROS

Ipiranga
Moema
Mooca
Tatuapé
Vila Madalena
Vila Mariana
Mais bairros

MAIS

Blogs
Boas Compras
Cidade
Esporte
Gente
Luxo
Passeios
Paulistano Nota Dez
Viajar & Curtir
Videos

VEJA SÃO PAULO

Rede Social
Cadastre seu estabelecimento
Fale conosco
Reportar erro
Anuncie
Acesse VEJA
Acesse Abril.com
Termos de uso
Política de privacidade
Aplicativo Veja SP
Mapa do site

REVISTA


Edição atual
Edições anteriores
Assine Já

Cliente: SBIm
Assunto: Vacinação Infantil

Data: 20/03/2015

Dia: Sex

Veículo: Veja São Paulo (SP) Seção: Saúde

Site: veja.sp.abril.com.br

RM

Cuidados com a saúde da criança

Médicos esclarecem algumas das principais dúvidas paternas quanto ao desenvolvimento e bem-estar clínico dos filhos: quais os alimentos corretos, quando tirar a chupeta e a relação com animais de estimação

Existem vacinas que devem ser ministradas especificamente em clínicas particulares e outras que podem ficar a cargo dos postos de saúde?

O calendário oferecido pelo Sistema Único de Saúde (SUS) e o recomendado pela **Sociedade Brasileira de** Pediatria e pela de **Imunizações** são bastante parecidos. Mas existem algumas diferenças importantes. No sistema privado, é possível encontrar versões mais modernas e abrangentes das vacinas pneumocócica, meningocócica C (conjugada) e do rotavírus. Em geral, elas oferecem proteção contra mais tipos de vírus e bactérias que causam essas doenças. Além disso, o governo disponibiliza apenas uma dose contra a catapora e a hepatite A. O indicado seriam duas, a primeira com 1 ano de idade, e a segunda cerca de seis meses depois. Assim, a criança ficaria protegida também contra manifestações leves dessas enfermidades.

Já a tríplice bacteriana, ministrada nos postos de saúde aos 2, 4, 6 e 15 meses e depois aos 5 anos, é produzida com o uso de células inteiras. Crianças que tomam essa variante correm mais risco de desenvolver algum tipo de reação, quando comparadas àquelas que se imunizaram na rede privada. Problema similar ocorre com a vacina contra a poliomielite. As famosas gotinhas distribuídas pelo SUS no fim do ciclo de imunização são criadas com o vírus vivo. Elas podem ser substituídas pela versão inativa, que confere menos risco de reação.

Qual a lista de alimentos não recomendados para menores de 1 ano de idade?

Até os 6 meses de vida, a amamentação deve ser exclusiva. Após esse período, é desaconselhável a adição de açúcar (sacarose) e sal à alimentação do bebê. Além de contribuírem negativamente para o ganho extra de peso, esses componentes podem prejudicar a introdução de alguns nutrientes importantes, pois modulam o paladar da criança. O mel também deve ser evitado, pois há expressivo crescimento do risco de botulismo. Já o leite de vaca integral aumenta a probabilidade de surgirem micro-hemorragias no intestino, processo que facilita o desenvolvimento de quadros de anemia.

Como saber a quantidade correta de amamentação?

Não existem regras, mas costuma-se recomendar, em média, uma a cada três horas. Esse número diminui conforme o desenvolvimento do bebê, que passa a precisar de menos leite. Um recém-nascido pode recorrer a mais de oito mamadas diárias, enquanto um bebê de 1 ano precisa de aproximadamente duas. As crianças saudáveis costumam aceitar apenas a quantidade ideal para saciar sua fome. Uma dica para observar excessos é checar se houve aumento na quantidade de líquido regurgitado pelo lactente depois da amamentação.

Cliente: SBIm
Assunto: Vacinação Infantil

Data: 20/03/2015

Dia: Sex

Veículo: Veja São Paulo (SP) Seção: Saúde

Site: veja.sp.abril.com.br

RM

Após o desmame, quais os primeiros alimentos que devem ser incluídos na dieta infantil?

Assim que terminarem os seis meses de amamentação exclusiva, é importante introduzir alimentos que forneçam energia, como carboidratos e gorduras, além de proteínas, para a criança continuar a se desenvolver de maneira adequada. A transição para os itens sólidos deve ser realizada de maneira gradativa. Atualmente, sabe-se que as papinhas líquidas não são indicadas. Uma das primeiras opções é a carne vermelha, rica em ferro, picada ou desfiada. Outras são os cereais, como o arroz, a mandioca, a batata e algumas massas. Esse pacote deve ser complementado por outra fonte de proteína, a vegetal: feijão, lentilha, soja ou qualquer outro grão. A criança precisa ainda de verduras, frutas e legumes, de onde vai retirar vitaminas e sais minerais. É importante evitar os de casca mole, em virtude do maior risco de contaminação, e também aqueles que provocam mais alergias, como o morango.

Há um número razoável de resfriados que a criança pode pegar durante o ano?

A formação do sistema imunológico termina por volta dos 3 anos de idade, quando o organismo infantil passa a ter mais robustez no combate às viroses e doenças relativamente comuns. Até lá, é considerado normal que a criança contraia cerca de oito resfriados por ano. Para aquelas que já frequentam escolinhas e creches antes dessa idade, esse número pode dobrar, subindo para até dezesseis. Ou seja, nesse caso, a rotina é "cair de cama" todo mês.

Até qual idade não é errado utilizar chupeta?

O uso deve acabar definitivamente por volta dos 3 anos. Mas, quanto antes ela for retirada, melhor para a dentição. Crianças que mantêm o hábito até os 6 anos ficam extremamente sujeitas a ter a mordida aberta, quando os dentes de cima não encostam nos de baixo. Na maioria dos casos, no entanto, esse "buraco" se fecha naturalmente depois que o acessório é deixado de lado. Além disso, especialistas alertam que o movimento de sucção está relacionado com a sensação de saciedade. Por isso, sugerem que os pais não aumentem o furo do bico da mamadeira. Se não houver esse esforço para se alimentar, é provável que o bebê sinta mais falta da chupeta.

Quando incluir a pasta dental com flúor na limpeza bucal?

Com o surgimento do primeiro dente de leite, esse produto deve passar a fazer parte da higienização. O agente químico é o único eficaz na proteção contra as cáries, que podem acometer até mesmo a primeira dentição — e causar dor similar à sentida por adultos. A opção mais eficiente é com concentração de 1 100 partes de flúor por milhão. Para crianças de até 1 ano, deve-se colocar um volume de pasta similar a um grão de arroz na escova de dentes. Acima dessa idade, a quantidade se assemelha ao tamanho de uma ervilha. Essas quantidades são seguras para evitar a fluorose (manchas brancas nos dentes por excesso de ingestão de flúor). A limpeza deve ser realizada ao menos uma vez ao dia, preferencialmente antes de a mãe dormir.

É normal ter refluxo?

Antes de tudo, é importante fazer a distinção entre refluxo e regurgitação. O primeiro é uma doença, uma condição em que uma das válvulas digestivas da criança não funciona corretamente. Nesse caso, ela sente muita dor, grande desconforto com cólicas e gases, e demonstra isso com choro intenso. O refluxo, portanto, não é considerado normal. Para evitar problemas mais graves,

Cliente: SBIm
Assunto: Vacinação Infantil

Data: 20/03/2015

Dia: Sex

Veículo: Veja São Paulo (SP) Seção: Saúde

Site: veja.sp.abril.com.br

RM

ele deve ser diagnosticado e tratado por um médico. Assim, é diferente da regurgitação, que nada mais é do que uma válvula de escape para os gases e o volume em excesso que a criança ingeriu durante a amamentação, por exemplo. Algo absolutamente corriqueiro.

Por que agasalhar o bebê pode causar febre e desidratação?

Recém-nascidos têm a pele mais fina que os adultos. Isso facilita a troca de calor e a perda de água em situações extremas. Quando a criança é agasalhada em excesso, sua temperatura se eleva, o que causa febre. Para regular o termômetro interno, ela elimina água, o que leva à desidratação.

Em qual posição a criança deve dormir no berço?

Sempre de barriga para cima, por causa do risco de morte súbita. A medicina ainda não conhece o mecanismo exato que explica o fenômeno, mas pesquisas clínicas demonstram que essa é a posição mais protetora. Também é indicado que os pais agasalhem os filhos em vez de usar protetores, sacos de dormir e mantas. Isso evita que a criança sufoque enquanto dorme.

Quais doenças são transmitidas por animais de estimação?

O risco de exemplares domésticos com caderneta de vacinação e vermifugação em dia transmitirem doenças é baixo. Problemas sérios como a toxoplasmose são mais comuns nos animais de rua, normalmente não imunizados. Crianças alérgicas podem, no entanto, passar por grande desconforto na presença dos bichos. Na maioria das vezes, a irritação surge por causa da saliva dos gatos e dos ácaros presentes no ambiente, mas também é desenvolvida na presença de penas e pelos. Para afastar essa possibilidade, é fundamental evitar o contato com as secreções e lavar bem as mãos após brincar com os pets. Deve-se retirar também o acúmulo de pele solta na casa. Outra medida é colocar os animais para dormir no quintal ou na área de serviço, evitando, assim, espaços comuns.

* Fontes: Marcelo Bönecker (professor titular do Departamento de Odontopediatria da Faculdade de Odontologia da USP), Mauro Fisberg (pediatra da Unifesp e especialista em nutrição infantil), Moisés Chencinski (membro do Departamento de Pediatria Ambulatorial e Cuidados Primários da Sociedade de Pediatria de São Paulo) e Renato Kfoury (pediatra e vice-presidente da Sociedade Brasileira de Imunizações)