



PASTORAL DA CRIANÇA

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

Entrevista com Ana Lea Clementino – Cuidados com a pele e higiene do bebê

A pele do bebê costuma ser lembrada pelo toque macio e pelo “cheirinho de recém-nascido”, mas vai muito além da estética. Ela é um órgão de proteção, sensível e ainda imaturo, que exige cuidados desde os primeiros dias de vida.

Por desconhecimento, muitos problemas de pele acabam deixando de ganhar a devida atenção por parte da família, ou são tratados com soluções caseiras ou produtos inadequados para a idade da criança. A orientação correta faz diferença para prevenir complicações e garantir mais conforto e saúde.

Para ajudar as famílias, o **Programa Viva a Vida** conversou com a pediatra **Dra. Ana Lea Clementino**, que explica as alterações de pele mais comuns nos bebês, como prevenir assaduras e alergias, quando procurar a unidade de saúde e quais cuidados simples realmente funcionam. Acompanhe a entrevista abaixo.

ENTREVISTA COM: Ana Lea Clementino, médica pediatra, integrante da equipe técnica e líder da Pastoral da Criança em Londrina, Paraná.

Obrigado, Dra. Ana Lea, por estar aqui hoje. Para que serve a nossa pele, que função ela tem?

DRA. ANA LEA:

A pele é o maior órgão do corpo humano e funciona como uma grande proteção natural. Ela protege contra micróbios, sujeira e mudanças de temperatura; ajuda a regular o calor do corpo, evitando que a criança esquente ou esfrie demais; e evita a perda de água, o que é muito importante nos bebês, que têm a pele mais fina. Também é responsável por sensações como calor, frio e toque. Por isso, todo o cuidado com a pele do bebê tem impacto direto na saúde.

Quais são as alterações de pele mais comuns nos bebês?

DRA. ANA LEA:

Entre as alterações mais comuns estão as assaduras, também chamadas de dermatite de fralda; as brotoejas, conhecidas como dermatite miliária; a dermatite atópica, que tem origem genética e está relacionada a alergias; e a crosta láctea, também chamada de dermatite seborreica infantil, que costuma melhorar com o crescimento e com medidas simples de hidratação. Também podem ocorrer infecções simples, como o impetigo. A maioria dessas alterações melhora com cuidados básicos, medidas acessíveis e prevenção.

Dra Ana Lea, o que é a dermatite da fralda, também conhecida como assadura, e como lidar com isso?

DRA. ANA LEA:

A assadura pode acontecer por dois mecanismos: irritação direta da pele pelo tempo de contato com urina e fezes ou pela proliferação de fungos na região genital.

No caso da irritação direta, é possível prevenir com a troca frequente de fraldas, limpeza com algodão e água morna, evitando lenços umedecidos no dia a dia, e usando cremes de barreira, como pomadas à base de zinco, vitamina A ou até vaselina pura, que protege a pele e tem baixo custo. Sempre que possível, também é indicado deixar o bebê alguns minutos sem fralda.

Quando a assadura não melhora ou surgem alterações na pele, como pápulas, bolinhas vermelhas ou descamação, pode haver proliferação de fungos. Nesses casos, é necessário procurar a unidade de saúde para o tratamento adequado, que normalmente não é complicado

O que é a dermatite atópica? Como cuidar?

DRA. ANA LEA:

A dermatite atópica é uma alergia que se manifesta na pele, principalmente em crianças com histórico familiar de alergias, como rinite e asma. A pele fica seca, áspera, com bastante coceira e pode se tornar mais grossa. Não é contagiosa e apresenta períodos de melhora e piora ao longo do ano.

Os cuidados estão diretamente ligados à hidratação da pele. Quanto mais hidratada, menor a chance de piora. Recomenda-se banho rápido, com água fria ou morna, uso de sabonete suave e em pouca quantidade, e aplicação de hidratante várias vezes ao dia, especialmente nos três primeiros minutos após o banho. Deve-se evitar roupas sintéticas. Quando a família não puder adquirir hidratante específico, a vaselina pode ser usada nas áreas mais secas. Se a pele abrir, infeccionar ou piorar, é importante procurar a UBS.

Em relação ao sol, destaque os principais cuidados com os bebês?

DRA. ANA LEA:

Os bebês precisam de luz natural e de passeios ao ar livre, mas não devem ficar diretamente expostos ao sol. Bebês menores de seis meses não devem usar protetor solar, por isso devem permanecer na sombra, com roupas leves e, se possível, com chapéu protegendo a cabeça.

As famílias devem evitar sair nos horários mais quentes, quando o sol está mais forte, entre 10h e 16h. A roupa é uma das melhores formas de proteção. Desde o nascimento, os bebês recebem vitamina D para favorecer a absorção de cálcio e o desenvolvimento ósseo, já que não podem tomar sol direto.

E com as crianças maiores de seis meses que se expõem ao sol, como agir?

DRA. ANA LEA:

Crianças maiores de seis meses já podem usar protetor solar infantil, hipoalergênico e adequado para a idade, com fator mínimo 30. A reaplicação deve ser feita a cada duas horas quando houver exposição, embora a exposição direta não seja recomendada. O ideal é usar camiseta, chapéu e priorizar brincadeiras à sombra.

Em relação à sarna e piolho, o que as famílias podem fazer?

DRA. ANA LEA:

Sarna e piolho são ectoparasitas, ou seja, parasitas que vivem na parte externa do corpo. Não há tratamento caseiro recomendado pelo Ministério da Saúde nem pela Sociedade Brasileira de Pediatria. Os cuidados incluem manter unhas cortadas, trocar lençóis e toalhas durante o tratamento, ferver roupas íntimas e de cama e evitar compartilhar bonés e toalhas.

Existem medicações tópicas, aplicadas na pele ou no couro cabeludo, e também medicamentos de uso oral. Para isso, é necessário levar a criança à unidade de saúde para receber a medicação correta.

Quando se preocupar com lesões de pele nas crianças? E quando levá-las à Unidade Básica de Saúde?

DRA. ANA LEA:

A família deve procurar atendimento quando houver feridas com pus, manchas que se espalham rapidamente, alergias que não melhoram, assaduras intensas ou disseminadas, com sangramento ou descamação, ou que pioram após três dias mesmo com pomadas preventivas. Também é sinal de alerta febre associada a manchas na pele e coceira intensa que atrapalha o sono e não melhora. A avaliação médica evita complicações e orienta o tratamento correto.

A família precisa gastar muito para cuidar da pele do bebê e das crianças?

DRA. ANA LEA:

Não. Os cuidados essenciais são simples e funcionam bem. O banho deve ser rápido, com água morna e pouco sabonete. Para evitar assaduras, é importante manter a região limpa e seca, usar algodão com água morna e aplicar fina camada de creme de barreira ou vaselina. Roupas leves no calor ajudam a prevenir brotoejas.

O cuidado com o umbigo também é simples: manter limpo, seco e para fora da fralda, com limpeza apenas com água e sabão. Em muitas comunidades, o Ministério da Saúde ainda orienta o uso de álcool 70% incolor até a queda do coto, pois reduz o risco de infecção. Não devem ser usados talco, maizena, ervas, pasta de dente, óleos de cozinha, perfumes fortes ou faixas no umbigo.



(MENSAGEM) Maria Inês Monteiro de Freitas, Coordenadora Nacional da Pastoral da Criança.

Maria Inês, os cuidados com a pele de bebês e crianças também fazem parte das orientações dos líderes da Pastoral da Criança, não é mesmo Maria Inês?

MARIA INÊS:

Com certeza. Nossos líderes atuam em diversas realidades do Brasil e precisam estar atentos aos cuidados com a pele que cada lugar exige. A pele dos bebês e das crianças é mais fina, sensível e delicada do que a dos adultos e, por isso, requer cuidados especiais para garantir proteção e saúde.

Os líderes orientam sobre a troca de fraldas e a prevenção de assaduras, sobre as roupas adequadas para evitar irritações, sobre higiene e também sobre a prevenção e o cuidado com sarna e piolhos. Muitas vezes, é necessário buscar orientação médica, porque a criança pode apresentar alergias e outras doenças de pele que precisam de tratamento.

Além do cuidado diário, a proteção contra o sol é fundamental. Em áreas mais insalubres, a criança não deve brincar descalça em locais com esgoto a céu aberto. A família deve observar sempre a pele da criança para identificar irritações, manchas ou feridas que necessitem de maior cuidado.

(TESTEMUNHO) Regina dos Santos Santana, coordenadora da Pastoral da Criança, Riacho Fundo Dois, Brasília, Distrito Federal.

Regina, que orientações os líderes dão para as famílias sobre os cuidados com a pele das crianças em geral?

REGINA:

Orientamos as famílias a cuidarem da pele das crianças com atenção e carinho, porque ela é mais sensível e precisa de proteção. Reforçamos a importância de manter a pele sempre limpa e seca, especialmente nas dobrinhas, para evitar assaduras e irritações.

Indicamos o uso de sabonetes hidratantes suaves, próprios para bebês, e

lembramos que produtos com perfume ou substâncias fortes podem causar alergias. Também orientamos sobre a proteção contra o sol, com uso de chapéu e evitando os horários de maior calor.

Quando aparece qualquer vermelhidão persistente ou alteração na pele, orientamos a família a procurar o serviço de saúde. Nosso objetivo é ajudar cada criança a crescer com mais conforto e bem-estar.

(MENSAGEM) Dom Frei Severino Clasen, Presidente da Pastoral da Criança.

DOM FREI SEVERINO:

A pele é muito sensível e, por isso, precisa de cuidados. Cuidar da pele do bebê é essencial para a sua saúde. A boa notícia é que muitos cuidados importantes são simples e não exigem produtos caros: manter o bebê sempre sequinho, trocar as fraldas com frequência, usar roupas leves no verão e evitar produtos que podem causar irritações.

Acima de tudo, é importante observar a pele do bebê e procurar a unidade de saúde quando houver manchas, feridas ou irritações persistentes.

A família deve acompanhar sempre a pele do bebê e das crianças para verificar se está tudo bem.

Todo cuidado e prevenção em saúde são um grande investimento para que as crianças, quanto mais saudáveis, possam brincar, crescer e se desenvolver integralmente. Que Deus abençoe nossas crianças e suas famílias. Em nome do Pai, e do Filho, e do Espírito Santo. Amém.



Esta entrevista é parte do Programa de Rádio Viva a Vida da Pastoral da Criança.
Programa de Rádio 1798 - 09/03/2026 - Cuidados com a pele e higiene do bebê