

MEU BEBÊ ESTÁ COM CÓLICA E AGORA? UMA ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE

LAURA SAUSEN DA COSTA¹; CAROLINA MEES BARBOSA²; IRIS HELENA SCHWARTZ BEILFUSS³; LAÍS DA SILVA PINTO⁴; THALINE JAKES RODRIGUES⁵; VIVIANE MARTEN MILBRATH⁶

¹Universidade Federal de Pelotas – laurasausen2@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – carolmeesbarbosa@hotmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – irishelenabeilfuss@gmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas – laly.svp@hotmail.com

⁵Universidade Federal de Pelotas – thalinejakesr@gmail.com

⁶Universidade Federal de Pelotas – martenmilbrathviviane@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

Muitas são as situações que podem atingir um recém-nascido (RN) dentre elas tem-se a cólica infantil, uma condição comum nos primeiros meses de vida do bebê. Estima-se que a cólica afete entre 10 a 40% dos bebês, com maior intensidade entre a sexta e oitava semana de vida, e tende a se resolver espontaneamente por volta dos três a quatro meses (MOREIRA *et al.*, 2019).

A presença de cólicas nos bebês pode gerar desconforto e impactar significativamente a dinâmica familiar, afetando a interação entre pais e filhos, o convívio social e o cuidado com a criança. Esse cenário muitas vezes gera sentimentos de preocupação, impotência e até mesmo incompetência por parte dos pais (ABREU-D'AGOSTINI *et al.*, 2020). Nessa perspectiva, é importante a realização de ações de educação em saúde que auxiliem os pais a sentirem-se mais seguros em relação ao cuidado de seu bebê.

A educação em saúde é uma ferramenta essencial no aprimoramento dos cuidados de enfermagem, contribuindo com atividades educativas voltadas à assistência dos pacientes e aproveitando os recursos disponíveis em serviços de saúde. Nesse sentido, a realização de ações educativas está integrada ao cotidiano do enfermeiro, que utiliza diversos métodos para transmitir conhecimento aos pacientes e seus familiares (COSTA *et al.*, 2020). De acordo com Gonçalves *et al.* (2020), a educação aliada ao cuidado de saúde é fundamental para transformar o conhecimento, promovendo uma reformulação baseada nas necessidades individuais e coletivas.

Diante da relevância da educação em saúde para a promoção do bem-estar, o projeto "Prematuridade: Orientações para o Cuidado", vinculado ao Grupo de Estudos e Pesquisas em Pediatria e Neonatologia (GEPPNEO), busca oferecer atividades de educação em saúde. Este trabalho tem como objetivo relatar uma atividade de educação em saúde sobre os cuidados com cólicas, realizada com os acompanhantes de bebês internados na Unidade de Cuidados Intermediários Neonatal Canguru (UCIN-Ca).

2. METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência que descreve uma atividade educativa realizada na UCIN-Ca de um Hospital Escola no sul do Rio Grande do Sul, destinada aos cuidadores dos neonatos e lactentes internados.

A UCIN-Ca conta com cinco leitos, e atende pacientes exclusivos do

Sistema Único de Saúde (SUS). Os bebês podem ser oriundos da Unidade de Terapia Intensiva Neonatal, do alojamento conjunto, da Unidade de Cuidado Intermediário Neonatal Convencional, e também por transferência de outras unidades de saúde. Nela é permitida a permanência da mãe e/ou pai junto ao bebê durante toda a internação.

De acordo com uma pesquisa sobre o perfil dos neonatos internados na UCIN-Cal do referido hospital, 77% dos pacientes são prematuros moderados a tardios. O tempo médio de internação foi de sete dias, variando entre um e 18 dias. Observou-se uma correlação entre a menor idade gestacional e um período de internação mais longo (PETRY et al., 2023). A permanência prolongada desses pacientes está principalmente associada à imaturidade fisiológica, complicações clínicas e desafios respiratórios, alimentares e neurológicos (BATTARBEE et al., 2019).

Devido à imaturidade fisiológica, os prematuros frequentemente apresentam imaturidade do trato gastrointestinal, o que está associado à formação de cólicas. Dessa forma, os bebês prematuros internados têm maior probabilidade de desenvolver cólicas em comparação aos bebês a termo. Esse fator motivou a escolha desse tema para ser abordado com as mães que acompanham seus bebês na UCIN-Ca.

A atividade relatada foi realizada com cuidadores de bebês internados na UCIN-Ca e abordou o tema dos cuidados com cólicas. Inicialmente, o grupo discutiu e definiu os temas prioritários, e as alunas de enfermagem pesquisaram as temáticas e elaboraram um folder informativo (Figura 1), utilizando a plataforma Canva, com o objetivo de divulgar informações essenciais na unidade. A criação do folder foi baseada em evidências que indicam que esse tipo de linguagem é mais acessível e facilita o entendimento no processo de cuidado (CHAVES et al., 2021).

A atividade contou com a participação de três graduandas de enfermagem, que realizaram uma demonstração com o uso de uma boneca e distribuíram folders informativos. Posteriormente, esclareceram as dúvidas dos participantes sobre o tema abordado.

<h3>CUIDADO COM CÓLICAS</h3> <h4>Sintomatologia</h4> <p>observa-se no bebê atividades motoras contraídas, pernas elevadas, abdômen distendido e excessiva eliminação de gases</p> <h4>Como as cólicas se formam</h4> <p>Devido ao ar que os bebês engolem durante o choro e a alimentação, e, por conseguinte um sistema imaturo, a propensão de estes produzirem maiores quantidades de gases, o que poderá causar desconforto e dor</p> 	<h3>Faixa etária com recorrência de episódios de cólicas</h3> <p>Ela surge por volta da segunda semana após o nascimento e persiste até o terceiro mês de vida, com prevalência em torno de 3.0% a 73.0% dos lactentes</p> <h4>Manejos para melhora</h4> <ul style="list-style-type: none"> Manter contato com o bebê pegando-o no colo; Realizar exercícios que aliviam as cólicas e promovem a eliminação dos gases; Promover um ambiente tranquilo e com pouco estímulos; Manter o bebê aquecido e confortável; Seguir as recomendações do médico pediatra. 	<h3>Passo a passo massagem</h3>  <p>Desenhe um I no lado esquerdo da barriga do bebê (o seu lado direito)</p>  <p>Desenhe um L ao contrário, começando da esquerda para a direita</p>  <p>Desenhe um U ao contrário, começando da esquerda para a direita</p> 
---	---	--

Figura 1: Folder informativo sobre o cuidado com as cólicas.

Fonte: Elaborado pelas autoras, 2024.

3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

A atividade de educação em saúde contou com a participação de três mães e uma acompanhante, com o principal objetivo de orientar sobre os cuidados com cólicas em bebês. A ação iniciou-se com a distribuição de um folder informativo, seguida por explicações detalhadas sobre o que são as cólicas, suas possíveis causas e os métodos de manejo adequados para aliviá-las.

Em seguida, foi realizada uma demonstração prática de massagem em bebês utilizando uma boneca, destacando sua eficácia no alívio das cólicas. A massagem auxilia no relaxamento do bebê e contribui para a liberação de gases intestinais (RAMOS et al., 2014). As participantes demonstraram interesse nas informações, participaram ativamente, levantando várias dúvidas, especialmente sobre a relação entre a alimentação materna e os episódios de cólicas do bebê. Além disso, as mães compartilharam suas vivências e experiências em relação às cólicas de seus filhos.

Foi esclarecido que, embora não haja evidências conclusivas na literatura sobre a relação entre certos alimentos e cólicas, cada RN pode reagir de maneira diferente a alimentos ingeridos pela mãe. O sucesso da atividade foi evidenciado pela participação engajada das mães, que fizeram questionamentos pertinentes ao tema, mostrando que o objetivo de promover a educação sobre os cuidados com as cólicas foi plenamente atingido.

4. CONSIDERAÇÕES

A atividade foi conduzida de forma didática, alcançando o objetivo principal de educar os cuidados de RN sobre os cuidados com as cólicas de maneira clara e acessível. Isso garantiu que as informações fossem compreendidas de forma efetiva, proporcionando segurança para a família ao lidar com essa situação.

Com isso, a participação na atividade contribuiu significativamente para o desenvolvimento enquanto estudantes e futuros profissionais. O contato com as famílias e os profissionais de saúde no ambiente hospitalar ofereceu uma visão prática dos desafios cotidianos no cuidado infantil e possibilitou o aprimoramento de habilidades essenciais, como comunicação, empatia e escuta ativa. Além disso, a vivência em projetos de extensão favorece tanto o aprendizado acadêmico quanto a prática assistencial, ampliando a capacidade de adaptação e inovação na prestação de cuidados em saúde, promovendo uma formação mais integral e crítica.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABREU-D'AGOSTINI, F. C. P. de et al. Childhood colic management under the optics of mothers and of the family health team. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, p. e20200075, 2020. Acesso em: 18 set. 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0075>.

BATTARBEE, AN et al. Risk factors associated with prolonged neonatal intensive care unit stay after threatened late preterm birth. **The Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine**, v. 34, n. 7, p. 1042-1047, 2019.

BRASIL. **Relatos de experiência**. Biblioteca Virtual em Saúde. Portal da Rede BVS. Acesso em: 13 ago. 2024. Disponível em: <https://red.bvsalud.org/relatos-de-experiencias/>.

CHAVES, A. F. L. et al. Folder educativo para conscientização da doação de leite materno durante a pandemia da Covid-19. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, [S. l.], v. 95, n. 34, p. e021052, 2021. Acesso em: 19 set. 2024. Disponível em: <https://teste.revistaenfermagematual.com/index.php/revista/article/view/1051>.

GONÇALVES, R. et al. Educação em saúde no ambiente hospitalar pediátrico. **Revista Enfermagem Atenção Saúde**, v. 9, n. 2, p. 39-50, 2020. Acesso em: 9 set. 2024. Disponível em: <https://fi-admin.bvsalud.org/document/view/m9q4e>

MOREIRA, C. A. et al. Tratamento da cólica infantil – uma revisão baseada na evidência. **Revista Portuguesa de Medicina Geral e Familiar**, [S. l.], v. 35, n. 5, p. 367–380, 2019. Acesso em: 9 set. 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.32385/rpmgf.v35i5.12128>

PETRY, B. G. et al. **Perfil dos neonatos pré-termo admitidos na unidade de cuidado intermediário canguru em um hospital escola**. In: 9ª SEMANA INTEGRADA DE INOVAÇÃO, ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO (SIIPE), CONGRESSO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA, 2023, Pelotas. Anais. Pelotas: UFPEL, 2023. Acesso em: 30 set. 2024. Disponível em: https://cti.ufpel.edu.br/siepe/arquivos/2023/CS_04043.pdf

RAMOS, E. M. et al. O uso da massagem para alívio de cólicas e gases em recém-nascidos. **Revista Enfermagem UERJ**, Rio de Janeiro, v. 22, n. 2, p. 245–250, 2014. Acesso em: 19 set. 2024. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/enfermagemuerj/article/view/13666>.