



ARMANDO FERNANDES

PEDIATRA

URL: <http://cptul.orgfree.com>

Email: cptul.armando.fernandes@gmail.com

CÓLICAS DO LACTENTE

Períodos prolongados de irritabilidade (choro/agitação) que acontecem repetidamente durante vários dias (choro > 3 horas/dia; > 3 dias/semana; > 3 semanas). Se aplicarmos os critérios anteriores, as cólicas do lactente ocorrem em 20-25% dos lactentes, normalmente entre as duas semanas e os três/quatro meses de vida. Se tivermos em consideração a percepção materna de “cólicas” estes números sobem para 80%!!!

A etiologia das cólicas do lactente é controversa. Já foram implicados factores como: o temperamento do lactente, a quantidade de ar engolido, as alterações maturacionais, nomeadamente o atraso de desenvolvimento e de maturação do sistema nervoso ou a transição do ciclo sono-vigília de 4 para 24 horas, a deficiente prestação de cuidados parentais, a intolerância às proteínas do leite de vaca e seus derivados e, mesmo, as diferenças culturais. Pelo descrito, facilmente se compreende que nenhum fator isolado explica sistematicamente a cólica e um médico solidário é importante para a resolução do problema.

É uma condição benigna que se resolverá espontaneamente à medida que o bebé cresce.

Manifestações Clínicas

Os lactentes choram, estão irritáveis, e levantam e flectem as pernas, geralmente à noite. São difíceis de consolar. Entre os episódios, os lactentes estão bem.

Para além das cólicas, estes bebés apresentam um aspecto saudável.

Outras causas de irritabilidade/choro: fome, frio, calor, fralda suja, dentição, doença, etc.

Tratamento

1. Manter a calma;
2. Ter a certeza que não há nenhuma causa específica para o bebé chorar (fome, frio, calor, fralda suja, sono, etc.);
3. Ao dar-lhe de mamar, assegure-se de que o bebé agarra o bem peito, isto é, que consegue meter o mamilo e a aréola dentro da boca. Se toma biberão, verifique que o orifício da tetina se adapta à sua capacidade de deglutição e que o biberão não produz vácuo, quando a criança chupa. Há biberões com válvulas anti-soluço e outros com sistema anti-cólica;
4. Use qualquer actividade para o distrair e consolar. Pegar ao colo, embalar com suaves palmadinhas e certas actividades rítmicas (balanços oscilantes), passeios ou caminhar são frequentemente úteis. Pode também tentar deitá-lo de barriga para baixo nos seus joelhos, enquanto que lhe afaga as costas; massajar a barriga levemente, no sentido dos ponteiros do relógio; fazer pequenas flexões de pernas, flectindo os joelhos até à barriga; sons repetidos e monótonos, música, chucha. Cada bebé responde exclusivamente a certas actividades, pelo que terá que as tentar descobrir;
5. Outras medidas: estabeleça uma rotina, desobstrua-lhe o nariz antes das mamadas, coloque sempre o bebé para arrotar, restrinja os estímulos e as visitas ao fim da tarde (altura em que o bebé está mais tenso), tente ajudá-lo a libertar os gases estimulando o ânus do bebé com cotonete untado com vaselina ou com cânula de microclister cortada), dê-lhe banho com água tépida, tente apenas os medicamentos prescritos pelo pediatra (Dimeticone (Aero-Om[®]) ou Funcho, Camomila e Cidreira (Colimil[®]) ou Lactobacillus reuteri (Biogaia[®]) ou Lactase (Coliprev[®]) ou Probióticos (Lactobacillus reuteri, Lactobacillus rhamnosus e Bifidobacterium bifidum) + Prebiótico (Inulina) + Vitaminas (B1 e B6) (AERO-BIO[®]) ou Funcho e Gengibre (Woodwards Gripe Water^{®**}) ou Simeticone (Infacol[®], Infacalm[®]), etc.);
6. Em situações mais críticas, pode fazer paracetamol (Ben-U-Ron Sup 75 mg);

* Para mais informações, por favor, aceda a: [URL: http://cptul.orgfree.com/Faq_Outras_MusicaBebes.pdf](http://cptul.orgfree.com/Faq_Outras_MusicaBebes.pdf)

** Existe apenas em algumas farmácias e pode ser usado após o 1º mês



ARMANDO FERNANDES

PEDIATRA

URL: <http://cptul.orgfree.com>

Email: cptul.armando.fernandes@gmail.com

7. Muito raramente, o seu pediatra poderá aconselhar uma fórmula específica (Enfalac HA Digest[®], Aptamil Confort[®], Nutrilon Confort[®], Novalac AC[®], etc.) ou uma fórmula sem lactose e sem proteínas do leite de vaca (por exemplo, Visoy[®], Prosobee[®], Nutramigen[®], Pepti-Junior[®], etc.);
8. Ocasionalmente, tem que permitir que o seu bebé chore um pouco para dormir. Certifique-se que o bebé não tem fome (i.e., comeu nas últimas 2 a 2,5 horas), que a fralda não está suja. Apesar de ter dificuldade em ouvir o bebé chorar, não lhe responda imediatamente porque isso irá encoraja-lo a ser cada vez mais exigente. Estabeleça alguns limites. Isto é importante para si e para o seu bebé!
9. Se os pais se sentirem muito cansados e não conseguirem lidar com o choro aflitivo do bebé, devem pedir a alguém de confiança que fique com ele algum tempo.

Peça ajuda médica se:

1. Vómitos ou diarreia
2. Choro contínuo durante mais de 2 horas
3. Febre, corrimento nasal amarelado ou esverdeado ou tosse
4. Se o bebé parecer doente entre os episódios de cólicas
5. Lactente com menos de duas semanas ou mais do que quatro meses
6. Pais estão cansados e/ou frustrados

Última actualização em 01-10-2023.



Pense na sua responsabilidade e obrigação para com o meio ambiente antes de imprimir este documento!