



ASSADURA DA FRALDA

CUIDE DO RABINHO DO SEU
BEBÉ!



Farmácia
NOVADAMAIA

CONTEÚDOS

Motivos que levam à assadura da fralda	4
Sinais a que devo estar atento	8
Como prevenir a dermatite da fralda	9
Como cuidar do rabinho assado	14



A **dermatite** ou **assadura da fralda** é uma irritação da pele do bebé que aparece geralmente nas zonas que estão em contacto direto com a fralda. Apesar de esta ser uma situação delicada e muito incómoda para as crianças, não entre em pânico: é mais comum do que imagina e não significa que esteja a ser negligente com o seu bebé!

A assadura da fralda afeta mais de metade dos bebés nos **primeiros dois anos de vida**, sobretudo entre os 4 e os 15 meses. Este fenómeno acontece, nomeadamente, pela constante **humidade** a que a pele do bebé está exposta.

Existem vários fatores que podem provocar a dermatite da fralda. Vale a pena conhecê-los para minimizar o impacto do chamado **rabinho assado**.



MOTIVOS QUE LEVAM À ASSADURA DA FRALDA

4

A principal causa da assadura da fralda é a **humidade**. Mesmo que recorra às fraldas mais absorventes do mercado, é impossível eliminar completamente a humidade nesta zona. Por isso, lembre-se de que deixar o seu bebé durante muito tempo com a **fralda suja** aumenta o risco de dermatite.

O contacto prolongado da pele do bebé com a **urina** e as **fezes** amplia a probabilidade de lesão. Quando as **bactérias** das fezes encontram a ureia presente na urina, originam a decomposição dos químicos do xixi e, consequentemente, a formação de amónia. Esta é uma substância muito agressiva que destrói a **barreira natural da pele**, provocando a inflamação. Além disso, as enzimas presentes no cocó, quando ativadas, atuam sobre as proteínas e as gorduras da pele dos bebés, provocando a assadura.

Antes de sabermos o que fazer para a evitar, convém percebermos o que está na origem da assadura da fralda e identificarmos os diferentes tipos de lesão. Note que, por vezes, a dermatite pode ser provocada pela combinação de duas ou mais destas situações.

Dermatite Friccional

É geralmente provocada pela utilização de **fraldas de tamanho errado**, muito apertadas ou demasiado largas. É comum a pele do rabinho do bebé ficar vermelha e com pequenas bolhas.

Dermatite de Contacto

Esta lesão está associada à **alergia provocada pelo material das fraldas**, como plástico ou borracha. A pele fica mais seca, áspera e vermelha, com algumas fissuras que provocam dor e comichão.

Dermatite Seborreica

Não se sabe ao certo qual a sua causa, mas esta é uma lesão que se apresenta com um **tom mais amarelado** e com **descamação**. Além da zona da fralda, pode afetar outras partes do corpo, como as sobrancelhas e o couro cabeludo.

Dermatite por Fungos (Candida)

Muitas vezes, quando a pele do bebê está irritada, o fungo presente no organismo penetra nas gretas e desenvolve-se, provocando a dermatite. Quando existe uma **infecção por fungos**, a pele do bebê apresenta alguns pontos vermelhos que, multiplicados, formam uma **mancha vermelha escura e elevada**.

Infeções Bacterianas

Como o próprio nome indica, esta condição é provocada por uma ou mais bactérias. Normalmente, neste caso, a pele do bebê apresenta **manchas amareladas com borbulhas e pus**.

Miliaria Rubra ou Sudamina

Esta lesão é, geralmente, provocada pelo excesso de calor. Manifesta-se pela presença de uma série de **pontinhos vermelhos na pele**.





Antibióticos ou outros medicamentos

Ingeridos pelo bebê ou pela mãe durante o período de amamentação, os medicamentos, sobretudo os antibióticos, tornam o bebê mais vulnerável ao aparecimento de microrganismos que podem **infetar a pele**.

Alteração da dieta do bebê

As mudanças alimentares podem provocar infecções na pele do seu bebê. Isto acontece sobretudo entre os 4 e os 6 meses, quando a variação da dieta provoca uma **mudança na composição do cocó**. Nesta idade, as fezes são geralmente mais agressivas, originando inflamações no rabinho do bebê. Alguns alimentos ingeridos pela mãe também podem trazer efeitos nocivos.

Produtos de higiene

É muito importante ter em atenção os produtos que utiliza na higiene diária do seu bebê. A pele é muito sensível e naturalmente mais vulnerável, pelo que a presença de determinados elementos nos **produtos de higiene** pode, em alguns casos, estar na origem da dermatite.



SINAIS A QUE DEVE ESTAR ATENTO

8

Se a pele do seu bebé começar a ficar vermelha e irritada, sobretudo nas zonas do **rabinho**, **virilhas** e **pregas das pernas**, provavelmente significa o início de uma dermatite da fralda. A assadura é muito desconfortável e dolorosa. Por isso, é possível que o bebé fique bastante agitado, chore continuamente e que as noites sejam passadas praticamente às claras.

Caso isto aconteça, não desvalorize e consulte de imediato um **pediatra**, de forma a evitar que a assadura evolua. Se deixar passar muito tempo, a lesão pode desenvolver uma **infeção bacteriana** e comprometer consideravelmente o bem-estar do seu bebé.



COMO PREVENIR A DERMATITE DA FRALDA

Apesar de a assadura ser uma situação bastante comum nos primeiros anos de vida dos bebés, há alguns **cuidados** que deve ter para a evitar. Fazer uma **higiene esmerada e frequente** é o primeiro passo para prevenir a dermatite da fralda.

Mude frequentemente a fralda do seu bebé

Mesmo que não esteja suja, a fralda deve ser substituída a cada 3 horas. Lembre-se de que esta zona vai estar constantemente húmida, aumentando o risco de dermatite. Tente ao máximo **manter o rabinho bem limpo e seco**.

Sempre que o bebé fizer cocó, a troca da fralda é absolutamente obrigatória. Antes de colocar uma nova, assegure-se de que a pele está bem seca. Além disso, evite deixar a fralda muito apertada, de modo a permitir a circulação de ar.

Seja criterioso na escolha das fraldas

Atualmente, existem várias opções de fraldas no mercado, de diferentes modelos e materiais. Mas é muito comum os bebês não se adaptarem imediatamente. Experimente diferentes marcas para conseguir perceber qual se ajusta melhor à pele do seu bebê.

- **Dodot Sensitive:** Pela extrema suavidade e conforto, são uma excelente opção desde o primeiro dia.
- **Muumi Baby:** É a escolha ecológica. Amigas da pele e do ambiente, estas fraldas são fabricadas com ingredientes naturais e renováveis.
- **Bambo Nature:** Além de terem sido as primeiras fraldas certificadas pelo *Nordic Ecolabel*, são suaves e 100% respiráveis. Foram testadas para não provocarem alergia ou irritação da pele.



Dodot Sensitive T1
28 Fraldas Pack 8
unid.



Muumi Baby T1
2-5Kg 25 Fraldas



Bambo Nature 1
28 Fraldas

A cada muda, limpe bem a pele do bebê

É muito importante lavar com cuidado o rabinho do seu bebê. Sem esfregar, experimente utilizar um disco de algodão humedecido com [água de limpeza](#) ou use uma **toalha macia**. Se a pele estiver muito irritada, aconselha-se o recurso a água morna. A limpeza com **água tépida** é eficaz e menos dolorosa para o bebê.

Tenha atenção aos toalhetes

A utilização das toalhitas erradas aumenta o risco de a pele do rabinho ficar mais seca. Se optar por toalhetes, saiba que existem ótimas opções no mercado, sem álcool, e que ajudam a proteger a pele.

As [WaterWipes](#), consideradas as mais puras do mercado, sem químicos e com 99,9% de água, são ótimas aliadas para a limpeza do seu bebê. Os [toalhetes de limpeza Mustela](#), especialmente pensados para o bebê desde o dia do nascimento, também são uma excelente opção.



Klorane Bébé Água de Limpeza com Calêndula 500ml



WaterWipes 60 x 9 unid.



Mustela Toalhetes de Limpeza sem Perfume 70 unid.

Lave bem as mãos

Após a muda da fralda, não se esqueça de lavar bem as mãos. Isto ajuda a evitar a **propagação de bactérias** para outras partes do corpo do bebê. Se for necessário, limpe também as mãos do bebê. Pode recorrer a toalhetes de limpeza próprias para o efeito, como os [Klorane Bebê Toalhetes de Limpeza com Calêndula](#), com 98% de ingredientes naturais.



**Klorane Bebê
Toalhetes de Limpeza
com Calêndula 25 unid.**

Use um creme adequado e esqueça o pó de talco

Ao contrário do que se pensava antigamente, a utilização de **pó de talco** pode aumentar a probabilidade de assadura. Por isso, hoje em dia, são inúmeros os **cremes e pomadas** no mercado que o ajudam a **acelerar a cicatrização** e manter o seu bebê mais confortável e com menos dor.

Depois da mudança da fralda, aplique por exemplo a pomada [Eryteal 3 em 1](#) da linha Klorane Bebê. Clinicamente testada e sem perfume, ajuda a reparar, purificar e acalmar a inflamação da pele na zona da fralda.



**Klorane Bebê Eryteal
Pomada 75g**



Mustela Creme Zona da Fralda 1-2-3 150ml

No caso de inflamação ligeira, pode também optar por um **creme de ação tripla** – previne, alivia e repara – como os da marca [Mustela](#), que podem ser utilizados desde o primeiro dia de vida. A cada muda da fralda, aplique uma camada generosa, de forma a criar uma barreira entre o rabinho e as agressões das fezes e urina.

Se, por outro lado, se tratar de uma **inflamação intensa**, poderá recorrer a cremes com corticoides suaves. Não aconselhamos, no entanto, que o faça sem antes consultar um pediatra. Em caso de suspeita de **infecção fúngica**, o médico provavelmente indicará a administração de uma pomada antifúngica.

Deixe o bebé à vontade

Sobretudo nos dias mais quentes, sempre que conseguir, deixe o seu bebé apenas de fralda. Quanto mais este transpirar, maior será a probabilidade de aparecimento de dermatite. Quando for possível, **mantenha o bebé sem fralda** para que a pele do rabinho possa respirar.



COMO CUIDAR DO RABINHO ASSADO

Se verificar que o seu bebé está com dermatite da fralda, há alguns procedimentos que pode e deve praticar imediatamente:

- Mude a fralda com mais frequência;
- Mantenha o bebé muito bem limpo e seco a cada muda;
- Utilize um creme-barreira, cobrindo o rabinho com uma generosa camada para ajudar a proteger a pele da agressão das fezes e da urina;
- Sempre que possível, deixe o bebé sem fralda. O contacto com o ar irá facilitar e acelerar a cicatrização.

As lesões mais ligeiras deverão cicatrizar, no máximo, ao fim de dois ou três dias. Se persistirem ou piorarem, **consulte um pediatra.**



É com enorme prazer que, na **Farmácia Nova da Maia**, trabalhamos todos os dias para ajudar cada pai e mãe a cuidar e proteger o seu bebé. Para isso, oferecemos uma vasta gama de produtos para prevenir o aparecimento do rabinho assado e ajudar no seu tratamento.

Descubra [aqui](#) todos os artigos de Puericultura das mais conceituadas marcas. Todos os meses temos centenas de produtos ao melhor preço do mercado. Campanhas, promoções e novidades a pensar em si!

OS MELHORES PRODUTOS PARA O MEU BEBÉ

Na [Farmácia Nova da Maia](#), reunimos uma equipa jovem, qualificada, sempre disponível para esclarecer as suas dúvidas e prestar o melhor aconselhamento. No nosso espaço, disponibilizamos um leque variado de serviços que têm como principal missão a manutenção da saúde e bem-estar dos nossos clientes.

Dispomos ainda de uma loja online, para que possa fazer as suas compras sem sair de casa. Se pagar por transferência bancária, os portes são grátis e recebe a sua encomenda em 3 a 5 dias úteis.

Na nossa farmácia online, temos tudo o que precisa à distância de um clique. [Dermocosmética](#), tudo para [mamã e bebé](#), [suplementos](#) vários, produtos [capilares](#), de [higiene oral](#), [veterinária](#) e, claro, toda uma gama de [medicamentos](#).

Connosco pode [aviar receitas online](#) e levantar os medicamentos no nosso balcão ou recebê-los no conforto de sua casa. A entrega de medicamentos é supervisionada por um farmacêutico e respeita todas as regras de transporte.

Temos ainda um [blog](#) onde pode encontrar diversos artigos sobre saúde e bem-estar. Esclareça mitos e tire dúvidas sobre problemas comuns.

Onde estamos

Rua da Espinhosa 642, RC
4475-699 Maia

+351 22 986 44 11

online@farmacianovadamaia.pt



Farmácia
NOVADAMAIA

