Segunda-Feira, 28 de Julho de 2025

Pediatra vê alta em casos de hiperatividade e faz alerta aos pais

Manuela Cordeiro dá dicas de como melhorar o bem estar e auxiliar no desenvolvimento dos filhos

ANDRELINA BRAZ

DA REDAÇÃO

A pediatra Manuela Cordeiro, que atende em Cuiabá, faz um alerta para os riscos que as crianças correm pelo uso exagerado e sem monitoramento das telas nos primeiros anos de vida. Para a médica, os reflexos nefastos desta "dependência" de celulares e tablets já estão sendo percebidos nas famílias.

Image not found or type unknown

Após o nascimento, é importante realizar a primeira consulta com o pediatra até o sétimo dia de vida

“A gente está com muita demanda de crianças hiperativas e sabemos que uma das causas é o excesso de telas. As telas têm muita informação, os jogos são bem violentos e esse cérebro fica em constante movimento”, explica.

Na entrevista ao **MidiaNews** nesta semana, a especialista ainda falou dos cuidados nos primeiros dias de vida, explicou sobre as cólicas e, em tempos de calor excessivo, deu dicas de como identificar uma desidratação. "A principal alteração é a diminuição da saliva, diminuição da lágrima", ensina.

Manuela Cordeiro - A saúde do recém-nascido deve ser planejada antes do nascimento. O preparo para ter um ambiente seguro em casa é essencial. Após o nascimento, é importante realizar a primeira consulta com o pediatra até o sétimo dia de vida e ter uma rede de apoio adequada.

MidiaNews - Hoje os pais têm acesso às redes sociais, que estão repletas de conteúdos sobre filhos, mas que também podem desinformar. Como lidar com as informações na internet?

Manuela Cordeiro - A gente tem que tomar muito cuidado com os palpites, o excesso de informação da internet e o que a gente digita, porque isso pode atrapalhar. Nem tudo que está escrito vai se aplicar ao seu bebê. A gente tem bebê prematuro, bebê que mama mais, bebê que mama menos. Então existe essa alteração. Por isso é importante o acompanhamento do pediatra e tomar cuidado com os palpites e o excesso de informação da internet.

MidiaNews - É comum que pais de primeira viagem se assustem com bebês doentinhos. Quando é o momento certo de procurar ajuda profissional?

Manuela Cordeiro - A primeira consulta deve ser feita até o sétimo dia de vida. Se houver algo inesperado antes disso - o bebê não mamando muito, estar muito quieto, urinando pouco, ficando amarelo - é importante antecipar essa consulta. Depois, o acompanhamento deve ser mensal até o primeiro ano. É na fase das crianças de zero a 2 aninhos que a gente consegue impactar na vida adulta.

MidiaNews - Em caso de desconforto, como saber a hora certa de levar para o hospital?

Manuela Cordeiro - O que a gente tem muito hoje é a procura das emergências, do paciente indo até o hospital. Por isso eu ressalto que o hospital a gente tem que deixar para as doenças graves, doenças que precisam de atendimento imediato. Uma criança com falta de ar, uma criança com alergia grave... Mas [em caso de] cólica e alteração na pele, pode deixar para consultas mensais.

MidiaNews - E qual a recomendação para os casos de cólica?

Manuela Cordeiro - A cólica, na verdade, é da imaturidade do trato gastrointestinal. Ela tem um horário específico, final da tarde, com um choro inconsolável, que não melhora com o mamar. E isso aí é muito da idade. O que a gente pede é ter paciência, fazer as massagens na barriga para tentar eliminar os gases.

À mãe que está amamentando, é indicado fazer uma dieta bem balanceada, rica em frutas, em fibras, e ter a rede de apoio. A cólica precisa do colinho da mãe, do pai, da avó... E a mãe sozinha fica desesperada. De remédio, a gente não tem um específico. É fase. Orientamos os pais a tentarem aliviar com massagens e compressas morninhas na barriga.

MidiaNews - Como esse clima seco de Cuiabá pode impactar a saúde das crianças?

Manuela Cordeiro - Esse clima me deixa muito preocupada, porque as crianças têm uma via aérea sensível, uma pele sensível. Então, com a unidade do ar muito baixa, a gente vai ter doenças relacionadas a isso. Precisa hidratar muito. Água para quem toma água, leite materno para quem toma leite materno. [Para] os

maiorzinhos, chá, suco, água de coco, aumentar a hidratação. E [sobre] os ambientes, tentar ligar os umidificadores, usar uma toalha molhada para que não sinta tanto a parte respiratória. E [quanto à] pele a gente pede para tomar banho fresco, com sabonetes mais leves, sabonetes menos abrasivos e que depois tenha uma hidratação.

MídiaNews - Como detectar que a criança está desidratada?

Manuela Cordeiro - A principal alteração é a diminuição da saliva, diminuição da lágrima. O turgor de pele fica diferente. É uma criança que não responde muito. A urina diminui. Então as famílias têm que ficar de olho no sinal de desidratação.

MidiaNews - Quais são as principais preocupações dos pais nas diferentes fases da vida da criança e quais dicas a senhora daria para lidar com essas preocupações?

Manuela Cordeiro - A parte da dieta, da alimentação, um ambiente adequado, exercícios físicos, as vacinas, que são prevenção de doença. Tudo isso engloba o bem-estar físico da criança, que é uma preocupação constante dos pais.

A outra preocupação são os acidentes, o que é comum. Acidentes domésticos, criança em locais inapropriados, lavanderia, produtos de limpeza, tomar remédio sem querer, piscina, isso também é uma preocupação. E na parte do engasgo, acho que cabe a nós, os pediatras, ensinar as manobras de desengasgo para os pais e cuidadores.

MidiaNews - E como a alimentação pode impactar no desenvolvimento das crianças até a fase adulta?

Manuela Cordeiro - Se essa criança come errado, fast food, come muita coisa industrializada, bolachas, guloseimas, a gente tem um risco de obesidade muito grande. E aí a gente já vai para uma parte de saúde emocional. Então uma criança que passa por alterações emocionais na vida, na infância, é um adulto com problemas emocionais no futuro. A alimentação não é só estética, é emocional.

MidiaNews - Como introduzir os exercícios na vida da criança?

Manuela Cordeiro - Na verdade, o primeiro exercício que faz é o chamado "tummy time", que é a hora da barriguinha que a gente coloca esse bebê recém- nascido de bruço para fortalecer o pescoço e as costas. Isso é importante para o bebê sentar na hora certa. Nas crianças maiores, a atividade física ajuda na hiperatividade, na alimentação, na parte cardiovascular, na parte muscular. O exercício é fundamental. Mas quando a criança pequena apresenta perda de peso, aí a gente precisa ir a um profissional. Não é normal uma criança pequena

perder peso porque começou a andar.

MidiaNews - Durante o desenvolvimento, com quais sinais emocionais os pais devem se preocupar?

Manuela Cordeiro - Uma coisa que me preocupa muito é a segurança digital, a segurança online. As crianças têm acessos à internet, celular, tablets, e isso é perigoso. Jogos violentos, pessoas que fazem mal na internet. Cuidadores e pais devem ficar de olho na segurança online. Isso é do bem-estar emocional da criança. Uma criança que é abusada na parte digital online, isso pode gerar um trauma para a vida inteira. Uma criança que sofre um bullying por vários anos também é um adulto inseguro, um adulto com depressão. É na infância que a gente faz a prevenção de doenças emocionais. A gente está com muita demanda de crianças hiperativas e sabe que uma das causas são as telas, excesso de telas. As telas têm muita informação, os jogos são bem violentos e esse cérebro fica em constante movimento.

MidiaNews - Os pais costumam usar tela para entreter os bebês...

Manuela Cordeiro - É contraindicado tela para criança com menos de dois anos. Acima a gente começa a permitir com o tempo determinado. Um dos motivos da contraindicação é que eles estão em formação ocular e formação da visão. Isso tem atrapalhado muito, temos cada vez mais crianças menores tendo que usar óculos.

MidiaNews - E essas telas também impactam na ansiedade?

Manuela Cordeiro - As crianças estão aumentando muitos problemas com ansiedade e a gente sabe que os motivos são o excesso de tela. E os pais também, com a vida corrida, entram e saem sem dar a atenção devida a essa criança. Hoje em dia a gente está pedindo muito para a saúde emocional das crianças, para os pais olharem para os olhos das crianças, colocarem para dormir, fazer carinho, mostrar que essa criança é amada. E com isso a gente pode diminuir um monte de transtorno psiquiátrico no futuro.

MidiaNews - Então este vínculo é essencial para o desenvolvimento e a autoestima, não é mesmo?

Manuela Cordeiro - A criança que se sente amada, a criança que se sente segura se destaca em outras áreas também. Com uma rede de apoio e se sentindo segura, a gente consegue ter um adulto saudável, com menos problemas de estresse emocional e de dependência química.

MidiaNews - Uma das grandes preocupações dos pais são os acidentes domésticos. Como preveni-los?

Manuela Cordeiro - Durante as minhas consultas eu sempre oriento cuidado com criança na cozinha. Se a criança está perto, acontece um acidente, aí vai ter sérios problemas. A gente tem muitos casos que eles ingerem substâncias químicas, água sanitária, detergente, remédios... Isso também pode colocar a vida dessa criança em risco. No trânsito: cadeirinhas. Criança não pode ficar solta no carro. Nos parquinhos cuidados para não bater a cabeça e cair. O adulto sempre tem que ficar de olho em supervisão.

Fonte: MidiaNews.com.br