

RETIRADA DE FRALDAS: DESMISTIFICANDO E INFORMANDO

Coordenador: NOEMIA PERLI GOLDRAICH

Durante o atendimento de crianças com infecção urinária e outros problemas associados (incontinência urinária, síndrome de disfunção das eliminações) no Ambulatório de Nefrologia Pediátrica no Hospital de Clínicas de Porto Alegre verificou-se que não há uma orientação específica para o período de retirada das fraldas, tanto nas creches, como na rotina de atendimento pediátrico. Os pais costumam ser instruídos na maioria das vezes pelos avós, outros familiares ou profissionais de creches. Há crenças ou "mitos que se perpetuam por gerações. Entre estes, os mais freqüentes são: (1) contrai-se doenças em banheiros públicos; (2) a retirada de fraldas deve ser feita no verão, independente da idade da criança; (3) deixar as crianças com calcinhas ou cuecas sujas, quando ocorrem acidentes, apressa o processo de aprendizagem; (4) deve-se fazer higiene completa, cada vez que a criança evacuar. Estes mitos, que não possuem nenhuma base científica, podem influenciar negativamente o processo de aquisição do controle esfinteriano. Por este motivo iniciou-se, em setembro de 1998, um programa de Educação para a Saúde, desenvolvido junto a profissionais e pais das crianças matriculadas na creche Francesca Zaccaro Faraco da UFRGS. O aprendizado do controle esfinteriano é influenciado pelo desenvolvimento de cada criança, por fatores culturais e pelas expectativas das pessoas envolvidas no processo. Não há uma idade definida para o seu início. Cada criança tem o seu momento certo. Entretanto, ele não deve ser iniciado antes dos 2 anos, porque a criança precisa cumprir etapas anteriores do seu desenvolvimento. A maioria das crianças que começam a ser ensinadas quando ainda não estão prontas não aprendem e podem apresentar distúrbios no controle da eliminação da urina e das fezes. QUANDO COMEÇAR? Para iniciar o processo de retirada de fraldas a criança deve ser capaz de: - Sentar por 5 a 10 minutos; - Caminhar; - Falar; - Tirar suas roupas, que devem ser de fácil manuseio (com elástico); - Compreender os termos utilizados para nomear urina e fezes; - Entender que existem locais apropriados, socialmente aceitos, para suas eliminações; - Seguir instruções. Orientações para o início do aprendizado : PRIMEIRA ETAPA: Deixe a criança escolher o penico. Coloque o penico em locais onde a criança costuma brincar. Ele ainda não será usado para suas eliminações. Nos primeiros contatos com o penico, estimule a criança a sentar com roupa. SEGUNDA ETAPA: Passe as eliminações das fraldas para o penico e depois para o vaso sanitário, com a ajuda da criança. Deixe a criança com cueca ou calcinha e estimule-a a tirá-la quando for sentar no penico.

Quando a criança começar a usar o penico, coloque-o no banheiro. Troque a criança quando as fraldas estiverem com eliminações. Meninos e meninas aprendem primeiro sentados. Quando completar o aprendizado, o menino deve ser estimulado a ficar de pé para urinar, imitando o pai e outros meninos. TERCEIRA ETAPA: Adaptar o vaso sanitário para que a criança fique equilibrada ao sentar, firmando os pés no chão e não contraindo a musculatura. DESENVOLVIMENTO DA ATIVIDADE: Haverá a apresentação de conteúdos teóricos durante 15 minutos e após será realizada uma sessão interativa para a troca de experiências, discussão e esclarecimento de dúvidas. RECOMENDAÇÕES: *Crianças devem ser acostumadas a usar QUALQUER banheiro. Não existe doença que se pegue em banheiros com as mínimas condições de higiene, portanto, leve a criança ao banheiro mais próximo sempre que ela precisar. *Evite, ao máximo, protelar a eliminação de fezes ou urina. Leve a criança ao banheiro sempre que ela tiver vontade. *As crianças apresentam variações nas suas próprias habilidades e é fundamental respeitar seus limites. *As faixas de idade relacionadas com a aquisição de novas capacidades são flexíveis e individuais!!! *É importante que a criança seja orientada da mesma forma na creche e em casa!!! *O processo deve ser realizado com toda tranquilidade, sem pressionar a criança e sem estressar os seus pais. *A idade ideal para a retirada de fraldas é entre 2 anos e 2 anos e meio! *NUNCA comece a retirada de fraldas antes dos 2 anos.