

## Esterilização de mamadeiras e chupetas

Cuidados especiaisMesmo condenados, sabemos que o uso de mamadeiras e chupetas em nossa cultura é grande, o uso de ambos podem ser prejudiciais na formação da arcada dentária e na fala, além de prejudicar a amamentação, mas ainda assim muitos pais o adotam no dia-a-dia, por isso é imprescindível que os pais saibam como esterilizar esses apetrechos tão usados pela criança, prevenindo de doenças e infecções.Uma legião de bactérias e vermes costuma habitar os bicos de chupetas e mamadeiras, pragas que só são exterminadas depois que esses utensílios são adequadamente fervidos.Pelo fato de o sistema de defesa do bebê não estar completo assim que nasce, o bebê fica muito mais vulnerável a doenças e infecções.Assim que nasce, o pequeno serzinho começa entrar em contato com vírus e bactérias, que servirão para a formação do seu sistema imunológico em conjunto com os anticorpos que recebe pelo leite materno.É por esse motivo que crianças de até três anos de idade, principalmente aquelas que estão em creches ou escolinhas, ficam facilmente doentes, como resfriados ou mesmo com o nariz escorrendo.Recados - Mas não é porque a criança precisa entrar em contato com bactérias e vírus para formar seu sistema imunológico que as deixaremos sem qualquer cuidado. Há algumas infecções que podem até matar os pequenos. E é aqui que entra os cuidados com as chupetas e mamadeiras.Sapinho, infecções do sistema digestivo e diarreias são doenças que podem ser provocadas pela má higienização e esterilização dos bicos artificiais devido ao sistema imunológico imaturo do bebê.Antes do primeiro uso de qualquer tipo de bico artificial devemos fervê-lo por pelo menos cinco minutos em fogão convencional ou em microondas. A mamadeira ou chupeta deve ser colocada em um recipiente onde fique coberta completamente pela água.Depois de o bebê fazer uso, os bicos devem ser limpos com sabão neutro e água corrente com escovas próprias para a higienização de mamadeiras, disponíveis em lojas especializadas. Sempre que o bebê for utilizar a mamadeira ou a chupeta deve-se fazer novamente a esterilização (fervê-lo por cinco minutos). Limpeza e esterilização são procedimentos diferentes. A limpeza se destina à remoção de resíduos, enquanto que esterilização refere-se à eliminação de bactérias e germes.Portanto, mamãe, lembre-se que antes de oferecer a chupeta ou mamadeira para o seu bebê, você deve esterilizá-las e após o uso, a limpeza deve ser realizada.A troca dos bicos artificiais deve acontecer a cada seis semanas, pois existem dobras que podem ser difíceis de serem limpas e acomodarem germes e bactérias.São pequenos cuidados que favorecem seu bebê para que tenha uma vida saudável e forme seu sistema imunológico sem grandes sustos.Santo leite materno - Nunca é demais lembrar que o leite materno é o melhor e mais saudável alimento para o bebê e deve ser exclusivo até os seis primeiros meses de vida. O bebê que mama ou mamou no peito até os seis meses não necessita de mamadeira, chupeta ou qualquer outro tipo de bico artificial.Nos três últimos meses de gestação, a mamãe passa para o seu bebê anticorpos que o protegerão pelos seis primeiros meses de vida. DicasEvite dar chupetas às crianças. Chupetas não são recomendáveis, pois prejudicam a formação dos dentinhos, podendo interferir no processo da fala e respiração.Esterilize os bicos artificiais até o momento que a criança não mais os utilize. Cuidado após a esterilização: verifique se o bico artificial está completamente resfriado antes de oferecer ao bebê.Após os seis meses de vida do bebê, o sistema de defesa está mais resistente, mas a esterilização dos bicos artificiais deve, sim, ser realizada sempre antes do uso.**ALERTA PARA AS MAMÃES!!! EVITE AO MÁXIMO O USO DE CHUPETAS E PRINCIPALMENTE MAMADEIRAS!**Sabe-se que a dentição do bebê desenvolver-se-á melhor se não utilizar chupetas ou mamadeiras, se não tiver jeito, use:- Use a chupeta apenas para dormir;- Use bicos ortodônticos;- Prefira sempre oferecer líquidos com o auxílio de uma colher ou copos com bicos, isso melhorará a formação de dentes fortes e fortalecerá a musculatura facial, evitando prolongados tratamentos com fonoaudiologia e ortodontia.Nutricionista: Kassiyanna Giselle Hamester CRN 3104/PR