

cranioped



Carol Lucena
Marcela Moreira

E-book

cranioped

Carol Lucena
Marcela Moreira

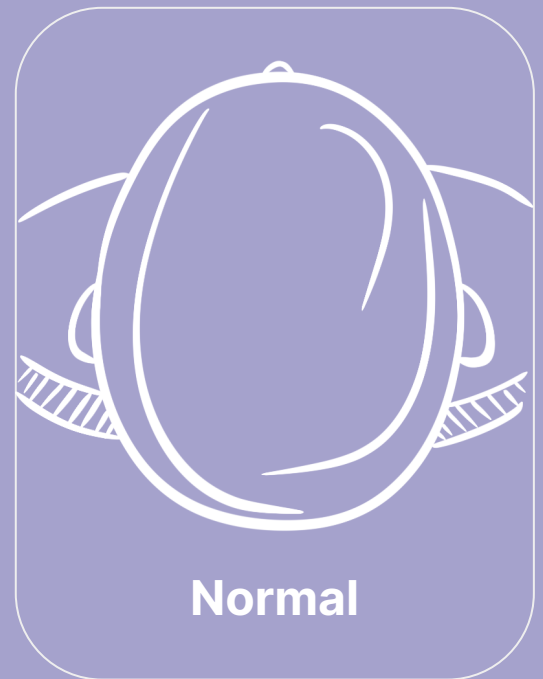
Quem Somos?

A **CranioPed** é a primeira clínica de Pernambuco especializada no tratamento de assimetrias cranianas e torcicolos.

Não somos uma clínica de capacete, somos uma clínica onde você encontra tudo que seu bebê precisa para avaliação e tratamento de assimetrias cranianas e torcicolos.

O Que é Assimetria Craniana Posicional?

O bebê que apresenta assimetria craniana terá um formato diferente da cabeça, podendo ser:



Plagiocefalia



Braquicefalia



Escafocefalia

Essas assimetrias são formadas pelo apoio excessivo da cabeça em uma determinada região, que acaba provocando o seu achatamento.

Dependendo da gravidade e do tipo de assimetria craniana, ela pode se correlacionar com atrasos no desenvolvimento motor, problemas de oclusão e qualquer outra função que envolva os ossos da cabeça.



Como Evitar as Assimetrias Cranianas?

01

Preste atenção no ambiente

Estímulos sempre do mesmo lado.



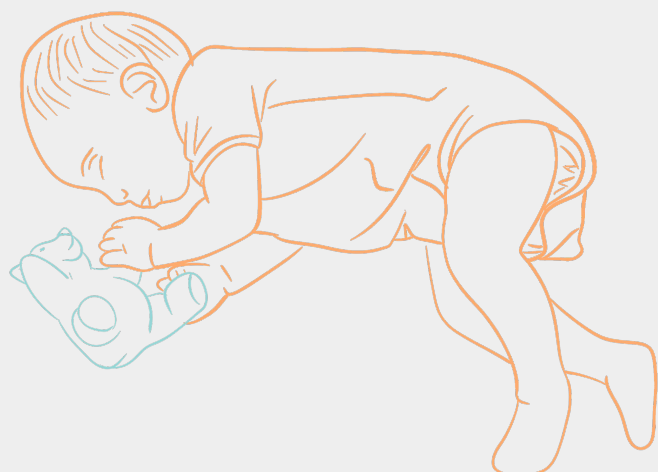
Observe se no ambiente do bebê não tem mais estímulos de um lado do que do outro. Como por exemplo, no berço, no trocador, no tapetinho e etc.



02

Mude os lados do berço

Alterne a posição que você coloca o bebê para dormir no berço. Se faz cama compartilhada também é importante trocar de posição, pois o bebê tem a tendência de sempre olhar para o lado da mãe. E preste atenção também se quando de barriga para cima o bebê gira a cabeça para um lado e para o outro ou se sempre fica para um lado só.



03

Varie as posições durante a soneca

Durante as sonecas supervisionadas podemos mudar a posição do bebê! Ele pode por exemplo dormir de lado. Atente-se a alternar os lados entre as sonecas.

04

Preste atenção na posição da amamentação

Ou na posição de dar a mamadeira.



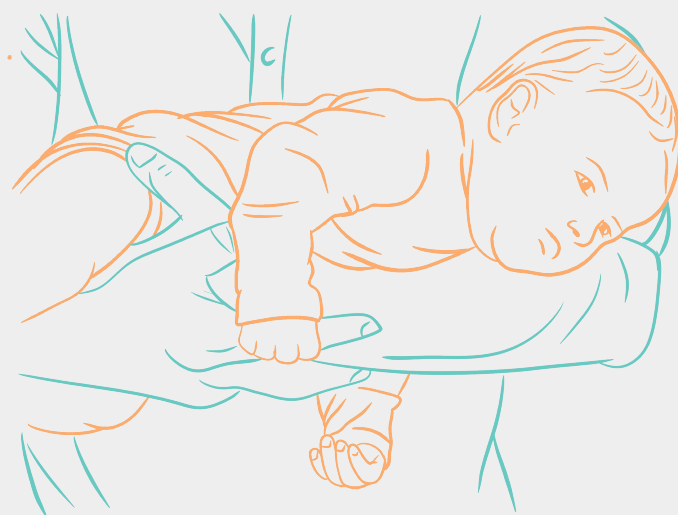
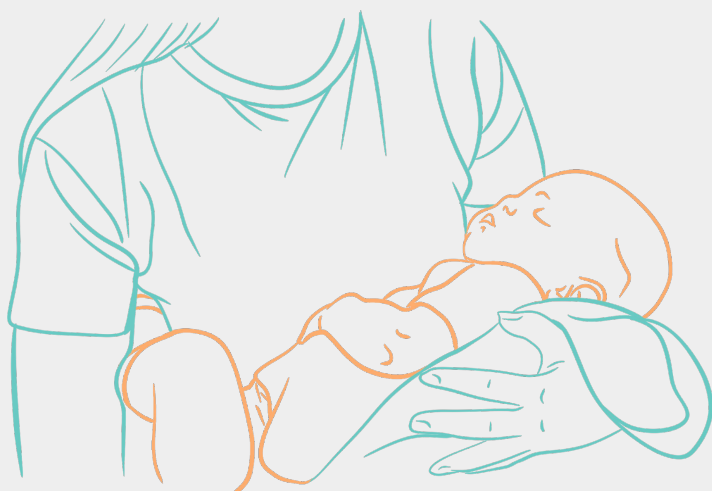
Algumas mães só conseguem ofertar ou ofertam mais um peito do que o outro. Se esse for o caso de vocês, tente variar a posição que coloca o seu bebê para mamar nesse peito, podendo ser a postura de cavalinho ou invertida.

Já se seu bebê mama na mamadeira, lembre-se sempre de alternar os braços que segura a cabeça do seu bebê.

05

Carregue o bebê em diferentes posições

Você tem uma postura de
preferência para carregar
o seu bebê?



Geralmente temos um lado que fica mais fácil de segurar, mas as nossas preferências acabam gerando preferências também no bebê. Por isso sempre varie os braços e as posturas que carrega ele durante o dia.



06

Evite dispositivos de descanso
Cadeirinha, bebê conforto, carrinho, ninho.



Estes dispositivos acabam deixando o bebê muito tempo em uma posição só, além de limitar a movimentação natural do bebê. O combo perfeito para gerar assimetrias cranianas! Por isso reduza o tempo de uso destes dispositivos e só utilize quando for realmente necessário.

07

Estimule o tummy time e variações

Estimule o tempo de barriga para baixo do seu bebê!



Quanto mais ele ficar nesta posição, mais ele conseguirá ter força e mobilidade do pescoço.

Se seu bebê é muito novinho e não aceita o tummy time no tapete podemos utilizar algumas estratégias, como um apoio de almofada nos braços, tummy time no braço e tummy time no colo.

Use e abuse destas variações até que ele se sinta confortável de ficar no tapetinho.





Alerta

Cuidado se seu bebê tem uma restrição na movimentação do pescoço.

Se quando você estimula o seu bebê a virar o pescoço para um dos lados ele apresenta dificuldade, ele pode começar a apresentar ou já ter um achatamento desse lado que tem preferência.

Geralmente essa preferência de girar o pescoço para um lado só acontece em todas as posições que você coloca o bebê – de barriga para cima, de barriga para baixo, carregando no colo e etc.

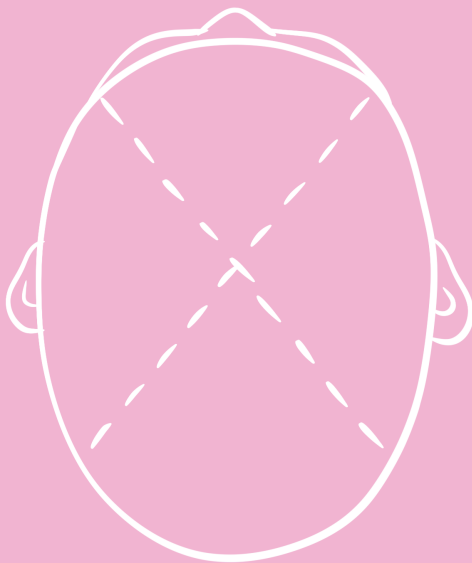


Contratura Muscular

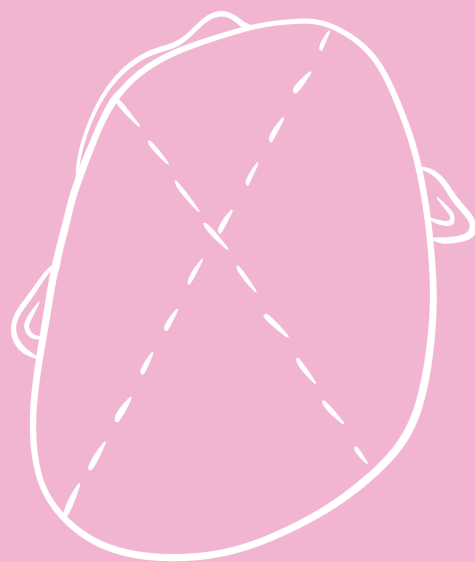
É importantíssimo avaliar este bebê pois ele pode apresentar também um torcicolo associado.

O que fazer se meu bebê já tem assimetria craniana?

Simétrico



Assimétrico



Se você já identifica algum tipo de assimetria na cabeça do seu bebê significa que ele precisa de tratamento. Este tratamento pode ir desde orientações simples sobre reposicionamento ou demandar um acompanhamento mais de perto.

Mas o que definirá o que seu bebê precisa são as medições da cabeça dele, e para isso é necessário que seu bebê passe por uma avaliação. Não se pode definir que uma assimetria é leve ou grave apenas olhando a cabeça do bebê.

E também não se pode afirmar que a assimetria vai melhorar com o tempo, que quando sentar resolve ou que quando o cabelo crescer irá esconder. Por isso, não hesite em procurar a avaliação especializada da Cranioped.



cranio*o*ped