

## Arrotos e Gases no bebê

Autor: *André Luiz Giusti*

Data: 28/08/2013

Os bebês apresentam uma série de pequenos problemas relacionados ao sistema digestório, mais simplesmente, "problemas intestinais", que são as cólicas, o refluxo gastro-esofágico e a constipação intestinal ou intestino preso. Estes são chamados de problemas gastrointestinais menores. Apesar de serem chamados de menores, acarretam um grande gasto por parte de todos os países. São responsáveis por grande número de consultas pediátricas e levam os pais a ter sentimentos de frustração por acharem que não estão cuidando corretamente dos bebês, preocupação, ansiedade ou impotência. Poderíamos incluir nestes problemas "menores", também a preocupação com os arrotos e gases, principalmente nas primeiras semanas de vida.

Vem então a pergunta mais frequente: "**Devo fazer o bebê arrotar sempre**"? Uma vez que a criança tenha mamado e deglutido muito ar, que seria muito conveniente tentar fazê-la arrotar. "**Ele é obrigada a arrotar sempre**"? A resposta é não. É conveniente sempre após as mamadas, por curto período de tempo, colocar a criança sobre os ombros e dar pequenas batidas nas costas. Com isto, na maioria das vezes o bebê vai arrotar. "**Se não arrotar, vou ficar horas com o bebê no colo esperando**"? Não. Costuma-se orientar para que se deite o bebê de bruços por alguns minutos, dando-se pequenos tapinhas nas costas. Com este movimento, os gases, mais leves que o leite, irão subir e o leite ficará mais em baixo. Ao se elevar novamente o bebê sobre os ombros deverá ocorrer a eructação – este é o nome correto do arroto. "**E se não ocorrer**"? O próximo passo seria colocar o bebê por algum tempo de lado. Caso ocorra a eructação o fluxo sairá mais facilmente. Para facilitar o esvaziamento do estômago, sobre o lado direito: para diminuir a chance de refluxo, sobre o lado esquerdo. O bom posicionamento do bebê ao mamar é importante para evitar a deglutição de ar. Quando com mamadeira, utilizar os bicos que diminuem a deglutição de ar.

Durante muitos anos os gases foram responsabilizados pelas cólicas dos bebês, pelo menos na sabedoria popular. Podemos considerar um padrão normal a eliminação de gases por parte dos bebês. Os gases são produzidos por fermentação dos alimentos, no caso, o leite, em condições normais. Podem ocorrer situações em que a produção excessiva e a distensão da barriga vão chamar a nossa atenção. Isto pode ser um sinal de alerta, por exemplo, para uma intolerância ao açúcar do leite – a lactose. Nestes casos há necessidade de consultar o Pediatra. Trabalhos mostram que o uso de remédios para gases é pouco eficiente.

Mesmo estes problemas citados como "menores", se passarem de determinados limites, que pode - se chamar de "bandeiras vermelhas", haverá necessidade de uma conversa com o Pediatra.