



## Acolher/Adoptar de crianças com Síndrome de abstinência neonatal<sup>1</sup>

Cuidar de crianças que foram vítimas dos efeitos da abstinência de drogas pode ser assustador, confuso e difícil. Os bebés que sofrem de Síndrome de Abstinência Neonatal (SAN) provavelmente precisarão de passar algum tempo numa unidade de cuidados intensivos neonatal antes de poderem ser acolhidos ou adoptados.

Os bebés que nascem depois de terem sido expostos a substâncias começam a sofrer a sua ausência cerca de um dia ou dois depois de nascerem. Apesar de terem alguns sintomas específicos, a combinação de medicação, cuidados médicos, juntamente com algumas estratégias para o cuidado em casa, podem ajudar o recém-nascido e as famílias nessas primeiras semanas e meses de vida.

### Os sintomas da Síndrome de Abstinência Neonatal (SAN) podem incluir:

- Tremores;
- Irritabilidade (muito choro);
- Mioclonia (espasmos musculares repentinos/ contracção súbita ou tremores, às vezes enquanto o bebé adormece);
- Inquietude;
- Choro gritado;
- Hipertonia (aumento anormal do tónus muscular, em que o músculo perde a capacidade de estiramento - aumento da rigidez);

- Manchas na pele;
- Taquipneia (a respiração pára por certos períodos de tempo);
- Aumento da respiração (mais de 60 respirações por minuto sem retracções);
- Sucção descoordenada e / ou reflexo de busca da mama descoordenado;
- Reflexos hiperactivos;
- Convulsões;
- Bocejar, obstrução nasal e espirros.

Alguns dos sintomas mais graves da abstinência parecem difíceis de gerir, mas podem ser controlados com medicamentos. Alguns desses sintomas precoces incluem tremores, mioclonia, inquietude, curtos períodos de sono (menos de três horas depois da alimentação) e choro gritado. Isso acontece com mais intensidade nos primeiros dias e semanas. Na unidade de cuidados neonatais, os bebés podem ser medicados como morfina, metadona e medicamentos para as convulsões, para os ajudar a eliminar mais facilmente as substâncias nocivas. Se o bebé estiver com um sedativo, como a morfina, também poderá ser usado um monitor de apneia para monitorizar a sua respiração e frequência cardíaca.

### Outras ajudas essenciais nesses primeiros dias são:

- Um ambiente escuro e silencioso. Este nem sempre é o mais fácil de alcançar quando a criança está numa unidade hospitalar com outros bebés e monitores, mas as luzes podem ser mantidas baixas e a cortina deve estar puxada à volta da área onde o bebé se encontra;

<sup>1</sup> Foster Care and Adoption Resource Center, «Caring For A Child With Neonatal Abstinence Syndrome (NAS)», <https://wifostercareandadoption.org/wp-content/uploads/2020/01/nas.pdf>. A responsabilidade da tradução é nossa.

Este material pode ser reproduzido livremente, mediante referência à fonte e a [adoptareacolher.pt](http://adoptareacolher.pt)

- Se puder passar algum tempo na unidade hospitalar com o bebé, recomendamos que o faça. Quanto mais tempo passar com o bebé, mais facilmente descobrirá o que funciona para o acalmar;
- As enfermeiras da unidade hospitalar passam muito tempo com estes bebés e serão provavelmente grandes aliadas para si, enquanto aprende a prestar os melhores cuidados à criança.

Assim como acontece com bebés com desenvolvimento normativo, os bebés com SAN têm a sua personalidade e preferências. A criança ao seu cuidado pode preferir ser embalada em cima de uma bola de pilates sobre a qual dá pequenos pulos, ou ser colocada em cima da sua perna, enquanto a levanta e baixa ritmicamente; pode gostar muito do carro ou odiá-lo. Dito isto, os bebés que sofrem de SAN dão-se geralmente bem com o seguinte: além de um ambiente sombrio e silencioso, os bebés em abstinência geralmente gostam de ser aconchegados (a técnica do *babywearing*/bebé ao peito pode ser uma importante estratégia). Isso ajuda-os a sentirem-se seguros, bem como a permanecerem adormecidos, minimizando os tremores e os abalos mioelétricos (espasmos musculares). Os bebés geralmente gostam de estar aconchegados enquanto dormem. Os bebés com SAN pode ser benéfico estarem «embrulhados» a maior parte do tempo, alternando esse tempo com períodos mais curtos que serão úteis para se alongarem e movimentarem quando estão acordados, antes ou depois de comerem. Os bebés com SAN costumam ter dificuldade em controlar a temperatura do seu próprio corpo. Podem ser «embrulhados» apenas num *swaddle* se estiverem a transpirar excessivamente. A temperatura do seu corpo pode mudar ao longo do dia, portanto, pode precisar de tocar no bebé para perceber se este está bem.

Outro item que pode valer a pena é um marsúpio (*babywearing*) e uma cama ou berço mais pequeno (*next-to-me*). Em geral, espaços menores e controlados e ambientes calmos garantem que um bebé que sofre de SAN não é sobreestimulado, o que o ajudará a sentir-se seguro.

Outros sintomas do SAN podem parecer menos intensos, mas estas estratégias simples podem ajudar a manter o bebé ao seu cuidado sereno e feliz:

- Bebés com SAN podem ter sucção descoordenada, pelo que o uso de chupeta é calmante e benéfico.
- Contacto pele a pele, com um marsúpio (*sling*), é uma boa maneira de acalmar uma criança que sofre de SAN.

A alimentação pode ser difícil. Os bebés com SAN têm geralmente reflexos de sucção descoordenada, não conseguem fazer uma pega adequada, podem ter problemas de deglutição, refluxo ou outras dificuldades para se alimentarem. Os pediatras sugerem alimentar a criança com uma fórmula mais calórica, em quantidades menores e mais frequentemente. Às vezes, pode ter que tentar diferentes combinações de biberão e mama. Se uma dessas combinações funcionar bem na unidade hospitalar, considere usá-la em casa.

À medida que aprende a tomar conta de uma criança com SAN, também pode precisar de algum tempo para educar as pessoas à sua volta. Embora seja bom ter um novo bebé na família, deve evitar grandes encontros familiares. Ir para o colo de várias pessoas, ouvir muitas vozes e sentir a comoção geral de um grupo maior de pessoas podem ser estímulos em excesso para um recém-nascido com SAN.

Cuidar de uma criança com SAN pode ser cansativo. Pode haver momentos em que é difícil acalmar o bebé, e as frequentes refeições e horários de sono podem fazer com que se sinta cansado/a. Lembre-se de que não está sozinho/a. Certifique-se de que cuida de si; faça uso das pessoas do seu círculo de apoio e procure ajuda quando estiver a sentir-se sobrecarregado/a.