

Pediatras falam sobre frequência de banho após Mila Kunis dizer que só lava os filhos quando "vê sujeira"

As estrelas Mila Kunis e Ashton Kutcher disseram que só dão banho em seus filhos quando "vêem sujeira", e a declaração causou repercussão entre os pais. Afinal, qual é a recomendação dos pediatras sobre o assunto?

4 min de leitura

SABRINA ONGARATTO, DO HOME OFFICE

28 JUL 2021 - 14H17 ATUALIZADO EM 28 JUL 2021 - 14H17

O casal de Hollywood, Mila Kunis, 37, e Ashton Kutcher, 43, gerou um debate online depois de revelar que só dão banho nos filhos quando "vêem sujeira". Foi durante uma entrevista no podcast Armchair Expert nesta quarta-feira (28). Os dois insistiram que "não há sentido" em colocar a filha Wyatt, 6 anos, e o filho Dimitri, 4, na banheira, a menos que precisem.

+ Lavar os cabelos do bebê mais de uma vez ao dia: pode ou não pode?

Mila, que nasceu na Ucrânia, explicou: "Eu não tinha água quente quando era criança, então não tomava muito banho. Quando eu tive meus filhos, também não os lavava todos os dias". Ashton acrescentou: "Agora, o problema é o

seguinte: se você pode ver a sujeira neles, limpe-os. Do contrário, não adianta".



Mila Kunis e Ashton Kutcher (Foto: Reprodução)

O que dizem especialistas?

As afirmações foram suficientes para provocar debates online em "diversas línguas". A American Academy of Dermatology Association (AAD) afirma que crianças entre 6 e 11 anos só precisam tomar banho "uma ou duas vezes" por semana, embora lavá-las mais não faça mal, informou o Daily Mail. A organização explica que as crianças devem tomar banho quando se sujarem por meio de brincadeiras ou esportes, ao passarem um tempo em uma piscina, lago, mar, suar ou apresentar odor corporal. E uma vez iniciada a puberdade, devem tomar banhos ou duchas diárias e também lavar o rosto duas vezes ao dia para remover a oleosidade e a sujeira.

Mas a rotina do banho, porém, pode mudar de uma cultura para a outra. No Brasil, por exemplo, a orientação é de banhos diários nos pequenos. "Em alguns países, como na França, as pessoas tomam banho menos do que no Brasil", exemplifica o [**pediatra Luiz Renato Valerio, do Hospital Pequeno Príncipe, de Curitiba, no Paraná**](#). No entanto, em dias muito frios, ele disse que as mães podem optar por pular um dia. "Mas é possível vencer o frio ao aquecer o ambiente e até deixar a criança com uma peça de roupa no início do banho, lavando primeiro o rosto e o tronco e depois as genitais", orienta. Além disso, segundo o médico, o banho tende a ajudar no sono. "As crianças tendem a relaxar com o banho, dormir melhor e a saúde da pele acaba se beneficiando, pois é estimulada e hidratada, quando usados os produtos apropriados", diz.

SAIBA MAIS

[Qual melhor horário para dar banho no bebê?](#)

[Primeiro banho do bebê só 24 horas após o parto: SBP atualiza lista de cuidados com a pele do recém-nascido](#)

O pediatra neonatologista Nelson Douglas Ejzenbaum, membro da Academia Americana de Pediatria, explica que não existe uma frequência estipulada como ideal, mas é importante que a criança esteja limpa e sem sujeira. "Normalmente, pedimos que os pais deem banho uma vez ao dia. A falta de banho pode fazer com que a criança junte bactérias presentes na sujeira que podem desencadear doenças, principalmente de pele. Então, pode, sim, ser danoso", afirma.

O infectopediatra Renato Kfouri, da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), concorda e lembra que dermatites de pele, por exemplo, pioram com o calor e podem ser resolvidas com banhos mais frios. "Não há nenhuma teoria de que dar menos banho melhora a saúde da criança, nem na questão da higiene, nem da sujeira, nem de problemas dermatológicos", assegura o especialista.

O pediatra Tadeu Fernando Fernandes, do Departamento de Cuidados Primários da Sociedade de Pediatria de São Paulo (PSP), segue na mesma linha de raciocínio: "Bons hábitos de higiene como tomar banho, lavar as mãos, escovar os dentes são fundamentais para educação e para a saúde. O banho serve para eliminar microrganismos que vão se acumulando na secreção sebácea fisiológica da pele, eliminar bactérias que se acumulam nas dobras como axilas por exemplo, que são fermentadoras e produzem odor pela fermentação. Os cabelos lavados e penteados evitam doenças como a pediculose (piolhos)", disse. No entanto, para ele, é bom evitar excessos. "O ideal são banhos rápidos, com água não muito quente, pois resseca a pele e com um sabonete apropriado para crianças", concluiu.

[+ Mãe diz que dá banho uma vez por semana em recém-nascido e gera polêmica](#)

Bebês x frio

Quando se trata dos banhos diários de bebês, no entanto, a pediatra Kerstin Taniguchi Abbage, do Departamento Científico de Dermatologia da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), explica que o ideal é que dure aproximadamente 10 minutos no inverno. Deve-se ter cuidado também na hora de tirar a criança do banheiro e levá-la para o quarto. O melhor é retirar o excesso de umidade da cabeça do bebê ainda no banheiro e cobri-la com a toalha. "A passagem de um ambiente aquecido, como o banheiro, para um sem aquecimento, principalmente no inverno e em cidades frias, como as do Sul, pode causar uma perda abrupta de calor, especialmente se pensarmos que a cabeça possui uma superfície relativamente grande se comparada ao corpo do bebê. Então, sim, ele pode se resfriar", finalizou.