

# CHECK-UP PARA MENORES

Desde o nascimento do bebê, ano a ano, o pediatra avalia uma série de sinais da saúde por meio de alguns exames fundamentais. Saiba como preparar as crianças para driblar o medo durante o procedimento

texto PRISCILA PEGATIN

**No check-up pediátrico são realizados poucos exames laboratoriais de rotina e mais exames físicos, além da observação de dados de histórico familiar**

Quem pensa que *check-up* é coisa de adulto, vai se surpreender. Desde a infância os pais devem criar o hábito de levar os filhos regularmente ao médico e realizar os exames solicitados por ele. Quando o assunto é diagnóstico precoce, quanto antes for possível identificar e tratar doenças, melhores serão os resultados, isso em todas as fases da vida. “O *check-up* em pediatria consiste no cuidado com a saúde física e mental da criança a partir do nascimento. Ele se baseia em poucos exames laboratoriais de rotina e mais no exame físico, dados de histórico familiar e observação do médico”, explica Adriana Monteiro de Barros Pires, pediatra e presidente do Departamento de Pediatria Ambulatorial e de Cuidados Primários da Sociedade de Pediatria de São Paulo (SPSP).

Para fazer o *check-up* infantil os pais devem procurar um pediatra geral. Ele é o profissional indicado para acompanhar os pequenos do nascimento até a maioridade. “Esse acompanhamento é realizado através da observação de fatores como a alimentação e o estado nutricional, imunizações, desenvolvimento motor e psíquico, inclusão social, familiar

e escolar, por meio de consultas periódicas previstas”, esclarece Renata Aniceto, pediatra e integrante do Departamento Científico de Pediatria Ambulatorial da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP). Então, quando é a hora certa para começar?

## Ainda na maternidade

Logo nas primeiras horas de vida o recém-nascido passa por diversos testes de saúde obrigatórios. Alguns médicos apontam que começa aí o *check-up* infantil. “Devem ser realizados o teste de triagem auditiva (teste da orelhinha), teste do reflexo vermelho (teste do olhinho), teste do frênulo lingual (teste da linguinha), teste do coraçãozinho e o do pezinho”, enumera Renata.

No total, são sete os exames gratuitos e de direito da criança para identificar ou descartar patologias que podem ter consequências por toda a vida. Deles, o do pezinho é o mais conhecido e popular. Realizado a partir de uma pequena amostra de sangue retirada do pé do bebê, ele aponta patologias advindas de alterações genéticas raras, hipotireoidismo congênito, anemia falciforme, fibrose cística e deficiência da enzima biotinidase – erro na absorção e regeneração orgânica da biotina, uma vitamina existente nos alimentos que compõem a dieta normal. Os pais que desejarem têm a possibilidade de adotar uma versão mais ampla do teste – oferecido pela rede particular – que consegue identificar até 48 problemas de saúde, entre eles sífilis e Aids. O exame, independentemente da escolha do tipo, deve ser realizado no máximo até o quinto dia de vida do bebê. ▶



## OS EXAMES DO PRIMEIRO ANO

Nessa fase é comum o pediatra realizar o teste clínico e pedir mais alguns testes laboratoriais. Confira os mais populares.

- **HEMOGRAMA COMPLETO**

Pela análise do sangue dá para diagnosticar uma série de patologias, como anemia, doenças autoimunes e até leucemia. A médica Adriana sugere que alguns grupos infantis realizem o hemograma anualmente até completar 5 anos de idade, sendo eles: crianças com dieta pobre em ferro e com quadros recorrentes de infecção ou de hemorragia.

- **FERRITINA**

Ainda analisando o sangue do bebê, esse exame indica a falta ou o excesso de ferro no organismo. Essa carência nutricional é a mais comum no mundo. A ferritina é uma proteína responsável pelo armazenamento do ferro que atua na fabricação das células vermelhas do sangue e no transporte do oxigênio para as células, daí a importância de verificar se ela está cumprindo a sua função.

- **URINA** O xixi pode indicar a presença de infecções, principalmente se a criança estiver com quadro de febre,

irritação, vômitos, diarreia ou desaceleração do crescimento.

- **PARASITOLÓGICO DE FEZES**

Ele tem a função de apontar, ou não, a presença de parasitoses intestinais que causam as famosas verminoses. “A indicação vira de rotina somente em crianças que vivem em áreas de maior prevalência de parasitoses ou com sintomas relacionados”, pontua a pediatra Adriana.

## A PARTIR DOS 2 ANOS

Sem grandes alterações nos resultados citados, a criança só irá repetir os testes ao completar 2 anos. Em alguns casos, soma-se à lista:

- **PERFIL LIPÍDICO**

Avalia os níveis de colesterol, HDL, triglicerídeos e LDL. Recomenda-se pesquisar o perfil lipídico em crianças com pais ou avós que tiveram doença cardiovascular precoce – antes de 55 anos para homens e de 65 para mulheres – ou cujos pais tenham colesterol total acima de 240 mg/dl. O rastreamento tem início aos 2 anos e deve ser repetido a cada três ou cinco anos, segundo o Ministério da Saúde.

## DE QUANTO EM QUANTO TEMPO IR AO PEDIATRA?

O Ministério da Saúde recomenda um calendário de consultas que deve ser seguido pelos pais e ajuda o pediatra a identificar precocemente algumas patologias. Sete consultas são indicadas no primeiro ano de vida da criança, sendo elas: na 1ª semana de vida, no 1º mês, 2º mês, 4º mês, 6º mês, 9º mês e 12º mês. Entre 1 e 2 anos de vida a frequência das visitas ao consultório é bem menor: duas no ano – 18º mês e 24º mês – são suficientes. A partir daí os pais devem levar os pequenos pelo menos uma vez ao ano no pediatra. A sugestão é marcar a visita sempre próximo ao aniversário da criança. A exceção acontece quando o médico orienta para que haja um acompanhamento mais de perto ou em casos inesperados. Será o momento de procurar o médico, fora da consulta de rotina, quando a criança tiver febre contínua próxima dos 39º C, dor persistente, inchaço, inflamação ou dificuldade de realizar movimentos naturais depois de uma queda, ou ainda caso surjam manchas vermelhas pelo corpo com edema de lábio, língua e falta de ar. Aqui a rotina vira emergência pediátrica.

Presente na lista, outro teste é o da orelhinha, esse realizado entre 24 e 48 horas após o nascimento. Aqui a adição é avaliada e testada. Quanto ao teste do olhinho, ele é tão importante quanto os demais e identifica diversos problemas, entre eles catarata, glaucoma e estrabismo. O indicado é realizá-lo na primeira semana de vida da criança. A lista do *check-up* na maternidade segue com o teste do coraçãozinho. A partir do sangue coletado do braço ou da perna do bebê dá para verificar o nível de oxigênio presente no sangue e se há indícios de que o coração vai bem.

Completem os cuidados a tipagem sanguínea, o teste da linguinha e o teste do quadril – esse último, obrigatório apenas em algumas cidades e estados, para detectar a displasia do desenvolvimento do quadril. Passada essa verdadeira bateria de exames, para o alívio dos pais, é de responsabilidade deles dar início a uma agenda de consultas para o filho. Elas começam com uma frequência mensal e ganham intervalos maiores de acordo com o bom desenvolvimento da criança.

## A primeira consulta

Fora da maternidade a visita ao pediatra deve ser feita na primeira semana de vida do bebê. Também chamada de consulta de puericultura, o Ministério da Saúde orienta que sejam avaliadas 18 características da criança, entre elas o peso e a altura, a formação do crânio e a assimetria da face. Sim, é uma consulta mais demorada e fundamental para a saúde. A partir desse *check-up* detalhado, e sem nenhuma alteração grave identificada, seguem as consultas tradicionais com acompanhamento do desenvolvimento, da situação vacinal, da alimentação e de queixas, caso existam. Nesse contato inicial, na maioria das vezes, apenas a análise clínica é suficiente.

Os exames laboratoriais fazem parte do *check-up*, mas eles só são solicitados para tirar dúvidas sobre um diagnóstico ou descartar patologias. A lista depende de vários fatores, entre eles idade da criança, a existência ou não de sintomas e o histórico familiar de doenças. Mas a boa notícia é que a maioria dos exames é solicitada a partir dos 12 meses.

## Mais idade, novos médicos

A partir dos 4 anos de idade aumenta o leque de especialistas visitados, além do pediatra. Isso porque a criança precisa de novos testes, esses com oftalmologista, fonoaudiólogo e cardiologista. “Deverão ser solicitadas avaliações oftalmológicas e de audiometria. Se a criança estiver em atividade esportiva regular, orienta-se o *check-up* cardiológico, que inclui o raio-x do tórax e um eletrocardiograma”, pontua Renata. Sobre a triagem audiológica com audiometria, Adriana explica que pode ser feito até os 6 anos, mesmo sem queixas de dor de ouvido ou com o resultado normal do teste da orelhinha, esse realizado logo após o nascimento.

As avaliações dos anos seguintes seguem a lista dos exames do primeiro ano de vida, tendo alterações só entre os 8 e 9 anos, devido à necessidade de mais um raio-x. “Para avaliar a idade óssea e o desenvolvimento da puberdade”, completa a pediatra Renata.

## Exames sem lágrimas

Embora toda essa rotina de consultas e exames seja fundamental para prevenir doenças e garantir a boa saúde das crianças, os pais sabem muito bem que nem sempre essa é uma tarefa fácil. Se a expectativa é de filhos tranquilos e calmos no consultório e no laboratório, a realidade tende a ser bem diferente. Para evitar choro e lágrimas, a pediatra Renata aconselha que a primeira atitude dos pais seja buscar profissionais empáticos e afetivos, assim o convívio fica mais simples.

Conforme o desenvolvimento e entendimento das crianças, a conversa deve ser franca sobre a importância de cuidar da saúde. “No geral, as famílias tendem a guardar segredos sobre o dia da coleta de exames e só mostrar aos pequenos na hora H. Isso gera insegurança. Sugiro que durante a semana que antecede a coleta os pais introduzam a conversa, mostrando de maneira lúdica como é importante descobrir se tudo está no lugar certo e funcionando.” Já a pediatra Loretta Campo (GO) sugere que os pais utilizem bonecos para mostrar como será a consulta ou os procedimentos realizados. ■

*O Ministério da Saúde recomenda um calendário de consultas que começa na primeira semana de vida e soma sete visitas ao pediatra durante o primeiro ano*