

Data da Emissão:
20/03/2018



**Universidade Federal de Santa Catarina
Centro de Ciências da Educação
Núcleo de Desenvolvimento Infantil**

**Procedimento
Operacional
Padrão**

**POP
nº 36**

ORIENTAÇÕES EM RELAÇÃO AO SONO DA CRIANÇA

Executante: Professores, Auxiliares de Sala e Estagiários

Objetivos:

- Proporcionar um sono tranquilo, reparador e que favoreça a recuperação dos tecidos após atividade.

Material Necessário:

- Colchonetes e travesseiros;
- Roupa de cama individual (lençóis e cobertor);
- Música agradável, livros de histórias infantis.

Procedimento:

- Organizar um ambiente favorável ao sono, tanto quanto possível a criança deve poder ir dormir sem recorrer ao adulto;
- Oferecer companhia da pessoa responsável;
- Organizar o berçário, com vários cantos e com colchonetes e almofadas que promovam a movimentação, exploração, interação com objetos e companheiros, possibilitando liberdade de ação, períodos de relaxamento e acolhimento;
- Proporcionar um ambiente com temperatura agradável, boa ventilação, local não muito ruidoso e penumbra quando possível;
- Na preparação do sono podem ser usados jogos, leitura em voz alta, canção amena, etc.;
- Ofertar outras opções de atividades para as crianças que não querem ou não conseguem dormir;
- A criança deve dormir sobre roupa de cama de uso individual;
- Retirar calçados, providenciar troca de fraldas sujas ou molhadas, retirar objetos ou roupas que apertam;

- Higienizar nariz, boca e mãos das crianças antes do sono.
- Tocar, embalar, massagear, acalantar os bebês que desejem ou necessitem desse cuidado;
- Atentar quanto à posição adequada a cada criança conforme necessidades individuais (refluxo, necessidades especiais, asmáticos, etc).

Cuidados Especiais:

- Garantir o respeito ao ritmo biológico das crianças, mesmo as maiores;
- Permitir o uso de objetos familiares trazidos de casa que favoreçam um adormecimento sereno;
- Evitar o uso de travesseiros/almofadas para menores de um ano;
- Conversar sobre os medos, sonhos e fantasias associadas ao dormir;
- Os professores podem desenvolver projetos relacionados ao momento do sono e repouso (hábitos, rituais nas diferentes culturas, importância e função para o ser humano e outras espécies);
- As crianças nunca devem dormir sem a presença de um adulto para atender a qualquer eventualidade, como passar mal, acordar aos sustos, por exemplo;
- Encaminhar as roupas de cama para casa para serem lavadas, nas sextas-feiras.

Indicações:

- Promover o conforto e bem estar da criança;
- Favorecer o desenvolvimento e crescimento.

Elaborado por: Enf^a Dr^a Ely Margrit Göhring Weiss e Enf^a Msc. Ana Paula Minuzzi

Data: 22/07/2015

Revisado por: Enf^a Msc. Camila Santos Pires Lima

Data: 20/03/2018

Bibliografia:

WONG, D.L. Enfermagem pediátrica. 9^a. Edição. Editora Elsevier. Rio de Janeiro, 2014.