



CUIDADOS DEL RECIÉN NACIDO A TERMINO


**HOSPITAL
SERENA DEL MAR**

Operado por:

Fundación
Santa Fe de Bogotá


juntos
desde el
primer
momento

Recomendaciones básicas

- Recuerda que tu bebe siempre debe estar acompañado de un adulto.
- Evita cambios bruscos de temperatura, ya que estos incrementan el consumo energético del bebe, alteran su comodidad e inciden en el aumento progresivo de peso.
- Evita las corrientes de agua cuando lo bañas, cambias o expones al sol.
- Recuerde reclamar el resultado del TSH neonatal, en el laboratorio 3er 11 piso luego de 8 días hábiles.
- Puedes solicitar cita con pediatría para que tu bebé sea valorado a los 3 o 5 días después del egreso hospitalario, esta puede ser en el Hospital Serena del Mar llamando a los números (605) 6428484 – 6931501 3160280828 WhatsApp

Baño del bebe

- Implementos
- Bañera
- Esponja
- Jabón adecuado para su edad
- Champú adecuado para su edad
- Toalla
- Peine o cepillo
- Crema hidratante
- Pañal
- Crema antipañalitis
- Muda de ropa Body, camiseta, pantalón o medias. La muda de ropa debe ser acorde al clima en donde se encuentre el bebé.

Pasos a seguir

1. Alista los elementos necesarios para el baño, ropa y utensilios mencionados anteriormente
2. Cierra ventanas y puertas del espacio donde realizaras el baño.
3. Coloca la bañera en una superficie firme.
4. Llena la bañera con un poco de agua tibia y comprueba la temperatura (sumergiendo tu codo o antebrazo) en un recipiente a parte ten lista agua tibia para el enjuague final.
5. Sostén al bebe con el brazo derecho, inclínalo sobre la bañera y lava su cabeza con una cantidad mínima de champú.
6. Sujeta con tu mano al bebe, tomándolo por debajo de sus brazos, sostén las piernas con la otra mano e introduce al bebe en el agua, lava y enjuaga de arriba hacia abajo: pecho, brazos, manos; piernas y pies, deja los genitales para el final.
7. Gira al bebe con tu mano abierto sobre tu pecho.
8. Lava y enjuaga la espalda y la colita utilizando el agua tibia y limpia que tienes aparte.
9. Sácalo de la bañera y envuélvelo en una toalla.

10. Seca bien al bebé con pequeños toques, teniendo especial cuidado con el ara umbilical y en los pliegues, detrás de las orejas, cuello, axilas, codo, área del pañal, detrás de las rodillas y entre los dedos de los pies.
11. No utilices talcos ni colonias
12. Lava la bañera antes y después de utilizarla

Cuidados del área umbilical, limpieza del ombligo o muñón

1. Para facilitar la cicatrización limpia con solución antiséptica (evita soluciones yodadas), los bordes entre el cordón y la piel, realiza este proceso dos veces al día.
2. Mantén el muñón seco y sin secreciones
3. No uses fajas para el bebé, ya que estos favorecen la humedad y promueven la infección
4. Ten en cuenta que el cordón se desprende solo a la segunda o tercera semana de nacido.

Signos de Alarma

- Presencia de secreción amarilla o verdosa en el área del cordón umbilical
- Enrojecimiento y calor en el área
- Olor desagradable
- Sangrado

Deposiciones

- Las primeras deposiciones de tu bebé serán de color verde oscuro, espesas y pegajosas
- Entre 3 y 5 días después del nacimiento las deposiciones serán líquidas y varias veces al día, esto es normal.
- Más adelante serán amarillas, blandas y frecuentemente se presentan luego de la alimentación con leche materna, alrededor de 2 a 8 veces al día.
- Si tu bebé presenta deposiciones de color blanco, negro con sangre debes consultar al servicio de urgencias

Vestido del bebé

- Utiliza prendas suaves preferiblemente de algodón, evita texturas acrílicas, que puedan producirle alergias.
- No utilice manoplas o zapatos, donde se puedan introducir sus dedos, estos pueden afectar su circulación.
- Evita el uso de botones, cintas, cadenas o pulseras, para prevenir el riesgo de ahogamiento.

Cuida al medio ambiente que rodea a tu bebé

- Mantén al bebé alejado de la presencia de humo, fumigantes, insecticidas o elementos de aseo que puedan quedar suspendidos en el aire. Te recomendamos utilizar en cantidades moderadas los elementos de aseo en tu hogar.
- Restringe las visitas durante los dos primeros meses, especialmente de personas con síntomas respiratorios
- No es recomendable besar al bebé en la boca
- Procura no llevar al bebé a lugares muy concurridos
- No dejes al alcance del bebé juguetes que puedan generar alergias (peluches) o elementos pequeños que puedan ser ingeridos por él.

Vacunación

- Para proteger a tu bebé de las principales enfermedades prevenibles, en el Hospital Serena del Mar nos aseguramos de dar inicio al esquema de vacunación, aplicando la BCG/vacuna contra la tuberculosis) y la primera dosis contra la Hepatitis B.
- En todo recién nacido a término y sano, la vacunación se realiza durante las primeras 12 horas de vida, por lo tanto, antes del egreso hospitalario de tu bebé iniciará su esquema y se le entregará carné de vacunación.
- Recuerda continuar con el esquema de vacunación de tu bebé, con las dosis correspondientes al segundo mes de vida.

Prevención de muerte súbita

- La forma más segura para que tu bebé duerma es: solo, en su cuna, sobre una superficie plana y firme
- Recuerda que los recién nacidos y lactantes deben dormir siempre sobre su espalda, es decir boca arriba, ligeramente inclinados, de manera que su cabeza quede más alta que los pies
- Asegúrate que su cabeza no está cubierta con cobijas, telas, bufandas, gorros o similares.
- La cobija debe colocarse de las axilas hacia abajo, permitiendo el libre movimiento del bebé.
- La cuna debe estar libre de muñecos, almohadas o cualquier elemento que pueda entorpecer la respiración del bebé.
- El bebé nunca debe estar expuesto al humo de tabaco

Cuidados para garantizar una lactancia materna exitosa

Para mamá

- Toma abundantes líquidos preferiblemente agua (8 a 10 vasos diarios)
- Toma precauciones higiénicas antes de iniciar la lactancia y después
- Atiende cada recomendación relacionada con la técnica del buen agarre del recién nacido
- Debes saber que como madre necesitas ayuda y que tu mejor red de apoyo es tu familia y debes estar en un ambiente tranquilo y seguro para tu salud mental

Para el bebé

- Si tu bebe se encuentra hidratado, debe orinar frecuentemente (aproximadamente cada 4 horas)
- Revisa el pañal para verificar sus deposiciones y así se puede evidenciar su buena alimentación
- Recuerda en cada toma sacar gases durante 15 a 20 minutos
- Es importante saber que las tomas de leche materna nocturnas son la garantía de la producción de las próximas 24 horas del día siguiente

Recomendaciones

- Si es posible inicia la lactancia materna una hora después del parto
- Colócale el seno al bebe cada vez que lo pida es decir a libre demanda, al inicio la secreción de leche es escasa y de color amarillo
- Evita establecer tiempos y horarios
- Adopta una posición cómoda
- Coge el seno utilizando el dedo pulgar e índice en tu mano en forma de C
- Asegúrate que el bebe agarre completamente el pezón hasta la areola

Si presentas alguna dificultad con la lactancia materna o inquietudes acerca del cuidado de tu bebe recién nacido, comunícate con nosotros: Educación al paciente y su familia **6056428484 - EXT 16113 - 3162599304**

SÍGUENOS



@hospitalserenadelmar



HOSPITAL
SERENA DEL MAR

Operado por:



Fundación
Santa Fe de Bogotá



Central de citas
(605) 693 1501

PBX (605) 642 8484
Cartagena, Colombia