



Cuidados del recién nacido en casa





El baño

Es normal encontrar en la boca (lengua, paladar o encías) residuos de leche que, aunque no representan enfermedad, es importante retirar. Realice diariamente y con suavidad limpieza con una gasa húmeda al interior de las mejillas, encías y lengua, si después de la limpieza estas manchas persisten o sangra la cavidad oral podría tratarse de un hongo y se debe consultar al Pediatra.

El baño del bebé se realiza a partir del segundo día de vida; mientras se logra la cicatrización del ombligo se recomienda el baño de esponja que consiste en realizar una limpieza desde la cabeza hasta los pies sin sumergir en la bañera. Tenga en cuenta las siguientes instrucciones:

- Para el baño del bebé utilice un jabón neutro preferiblemente sin fragancia, lo puede utilizar de forma interdiaria.
- El agua debe ser templada, ni fría ni caliente.
- La temperatura de la habitación donde se realice el baño debe ser cálida, se deben evitar las corrientes de aire.
- El baño se realiza en orden de arriba hacia abajo empezando por el área más limpia (la carita) y terminando las consideradas contaminadas (axilas y área genital).
- Los ojos se limpian desde el ángulo interno hacia el externo.
- En las niñas hacer la limpieza del área genital de adelante hacia atrás, en los niños levantar el escroto y retraer el prepucio.
- Es importante secar la piel suavemente sin hacer fricción haciendo énfasis en los pliegues.
- Limpiar el muñón umbilical halando suavemente de la pinza y limpiando la base con un copito impregnado con agua hervida y hay que secarlo muy bien. Si se contamina con orina o heces se repetirá el procedimiento de limpieza. Es importante evaluar diariamente el aspecto del ombligo vigilando la aparición de: enrojecimiento, inflamación, calor en la piel que lo rodea o salida de secreción purulenta o fétida. En caso que esto último suceda se debe consultar inmediatamente.
- Puede aplicar crema corporal hipoalérgica, teniendo en cuenta que primero se hará fricción en las manos en un intento por calentar la emulsión y luego se aplicará en el cuerpo del bebé.
- Es importante que el bebé reciba baños de sol diariamente siempre y cuando sea de manera indirecta a través de una vidriera.

Deposiciones

- Los bebés presentan las primeras deposiciones de color verde oscuro, espesas y pegajosas, cuando no han presentado deposición a las 24 horas de nacido debe ser chequeado por el médico.
- Entre los 3 y 5 días después del nacimiento, presentan deposiciones líquidas muchas veces al día cuando hay cambio de calostro a leche madura y esto no indica enfermedad.
- Posteriormente las deposiciones son amarillas, blandas y frecuentemente se presentan luego de alimentarse con leche materna, alrededor de 6 o 8 veces al día.
- Si presenta deposiciones blancas o negras o con pintas de sangre debe ir al médico.

Ictericia

- Los bebés pueden desarrollar ictericia (una condición que causa coloración amarillenta de los ojos y de la piel). Cuando aparece en las primeras 24 horas debe ser revisado de inmediato porque puede necesitar atención especial.
- Normalmente la ictericia ocurre alrededor del 3-4 día después de nacido.
- Un bebé lactante que tenga signos de ictericia debe ser alimentado de manera frecuente.
- Si el bebé está muy icterico o no luce bien, debe ser revisado inmediatamente por el médico.
- Si en un bebé sano la ictericia se desarrolla después de los primeros 7 días o permanece icterico después de 14 días, y no se ha esclarecido la causa, se debe evaluar nuevamente.

Seguridad

- La cuna del bebé no debe tener una distancia mayor de 8 centímetros entre sus barrotes, el colchón debe ser firme y del mismo tamaño de la cuna. No debe haber cojines o almohadas en la cuna. Esto evita riesgo de que el bebé quede atrapado.
- Debe evitar compartir la cama con su bebé si cualquiera de los padres: Es fumador, ha tomado recientemente cualquier clase de alcohol, toma medicamentos que le hagan dormir más profundamente y/o se siente muy cansado.
- Para evitar "muerte súbita del lactante" El bebé debe dormir boca arriba, con la espalda sobre una superficie firme, sin almohadas, sin gorros ni cobijas que le cubran su cabeza.



Estimulación

Estimule a su bebé con masajes suaves, estos se deben realizar desde la cabeza a los pies y desde el centro del cuerpo hacia fuera, háblele suavemente, cántele y/o póngale música suave. Recuerde inscribir a su bebé en el programa de crecimiento y desarrollo.

Recomendaciones generales

- En el momento del alta se le hará entrega del carné de vacunación del bebé, en este se indican las vacunas que fueron aplicadas y la fecha de la próxima cita.
- Igualmente se entregarán las órdenes para revisión por pediatría, realización de potenciales auditivos y/o otros exámenes ambulatorios o citas específicas si el bebé los requiere, estas deberán tramitarlas en su EPS.
- Ante la aparición de signos o síntomas de alarma, siempre la consulta es la primera opción, NUNCA automedique a su bebé.
- Siempre recuerde lavarse las manos con agua y jabón antes de entrar en contacto con el bebé, de esta manera disminuye de manera importante la transmisión de enfermedades.
- Evite llevar al bebé a espacios públicos hasta que tenga al menos un mes de vida, esto ayudará a prevenir el contagio de enfermedades respiratorias o infecciosas. De la misma manera evite el contacto con fumadores o espacios donde se respire humo de tabaco.
- Cuando los padres o cuidadores tengan síntomas respiratorios obligatoriamente deben utilizar tapabocas para manipular al bebé. Al estornudar use la cara anterior del codo o un pañuelo desechable en lugar de las manos para protegerse y realice lavado de manos al menos por 20 segundos.
- La ropa del bebé debe ser lavada siempre antes de entrar en contacto con el bebé. Procure utilizar ropa de algodón, cómoda y no ajustada, fácil de retirar y libre de accesorios que el bebé se pueda llevar a la boca.

SIGNOS DE ALARMA

Si su bebé presenta alguno de estos síntomas, consulte inmediatamente a su IPS:

- Tiene dificultad para respirar: Se pone morado, tiene aleteo nasal, respira rápidamente, se hunden las costillas o presenta congestión nasal que le impide respirar adecuadamente.
- La piel, las escleras y/o la boca se están tornando de color amarillo.
- Presenta fiebre: Temperatura mayor de 38 °C tomada en la axila, sin estar abrigado en exceso, o por el contrario presenta temperatura sostenida menor de 35°C a pesar de medidas de confort.
- Rechaza persistentemente el alimento.
- NO está orinando u orina en muy poca cantidad.
- NO hace deposición por más de cinco días, tiene diarrea (más de 10 deposiciones líquidas en 24 horas) o la deposición tiene moco y sangre.
- Vomita con frecuencia o en proyectil y el estómago es duro o doloroso.
- Llanto intenso inconsolable (irritable) o somnolencia marcada que no responda al llamado.
- Convulsiona: movimientos anormales de los ojos, la boca, los brazos y/o las extremidades.
- Presenta secreción purulenta en ojos u ombligo



VIGILADO Supersalud
Línea de Atención al Usuario: 8500670 - Bogotá, D.C.
Línea Gratuita Nacional: 018000910309

Es importante que comprenda todas las instrucciones antes de salir de la Clínica. Si tiene dudas, solicite nuevamente la explicación al personal de salud, hasta tener clara la información.

Teléfonos: Clínica Las Américas (574) 342 10 10

Diagonal 75B # 2A - 80
Medellín - Colombia - Sur América

Adaptado de: "Lineamiento técnico y operativo de la ruta integral de atención en salud materno perinatal". Ministerio de salud y protección social. Bogotá D.C Colombia. 2017.

www.lasamericas.com.co
www.lasamericas.tv

Diseño: Oruga Creativa