

CUIDADOS DEL RECIÉN NACIDO

(Lea y siga atentamente estas instrucciones)

HIGIENE

- Bañará a su hijo/a todos los días, la temperatura del agua debe estar entre 35-37°C. Es preferible hacerlo a última hora de la tarde (siempre a la misma hora) ya que se relajará y eso le ayudará a conciliar el sueño. En las niñas la zona genital se lavara y secara de delante hacia atrás.
- Deberá secar bien los pliegues cutáneos del bebe. Puede aplicarle aceite de almendras u otras lociones especiales para bebes. No utilice talcos (resecan la piel), si usa toallitas higiénicas en los cambios de pañal seque bien la piel tras la higiene.
- Es muy importante mantener el cordón limpio y seco. Lavar con agua y jabón de bebe 1 vez por día y siempre que se contamine con micciones o deposiciones.
- Recuerde que el cordón se va secando y se cae de forma espontánea. Al caerse puede dejar una pequeña herida que puede sangrar un poquito, es normal y el pequeño manchado de sangre en el pañal desaparecerá.
- Si el cordón presenta mal olor o existe enrojecimiento en la zona donde se inserta, consulte con su Pediatra.
- Durante los diez primeros días de vida se deberá observar la coloración de la piel, vigilando la ictericia (piel amarilla). Recomendando exponerle a la luz del día, nunca al sol directo.
- Oídos: no utilice bastoncillos, limpiar la parte posterior y la zona externa del pabellón auricular.

- Ojos: no precisan una higiene especial, pero si fuera necesario puede utilizar suero fisiológico, usando siempre una gasa estéril para cada ojo.
- Nariz: puede utilizar suero fisiológico para su limpieza, a menudo los bebés estornudan siendo este un mecanismo fisiológico de limpieza de la nariz.
- Uñas: Se pueden cortar cuando se han endurecido y pudieran provocar lesiones, utilizar tijeras de punta redonda y no apurar el corte demasiado.

ALIMENTACIÓN

Lactancia materna

En cada toma que le dé a su hijo/a hay que darle ambos pechos, vaciando el primero antes de ofrecerle el segundo. Entre pecho y pecho debe dejar que el niño descanse y expulse el aire, colocándole sobre el hombro dándole palmadas en la espalda o estando sentado e inclinado hacia delante.

El pecho que se le ofrece primero al niño es el último que se le dio en la toma anterior, así se asegurará que vacía las mamas en tomas alternas.

No conviene utilizar pautas rígidas en cuanto al número de tomas y tiempo de las mismas.

Cada niño es especial y tiene su pauta de alimentación. La pauta de alimentación cada 3 horas es orientativa pero no deje que el bebé pase más de 4 horas sin comer durante el primer mes de vida, si está dormido tendrá que despertarlo y darle de comer ya que los recién nacidos no tienen tantas reservas energéticas como los adultos.

Utilice envases especiales si tuviera que conservar/congelar la leche sobrante.

La leche sobrante, se puede conservar hasta 4 días en nevera y congelada entre 3/6 meses.

Lactancia Artificial

Siga las pautas de alimentación que le ha recomendado su pediatra.

Preparación de biberones: lávese las manos con agua y jabón y séquelas con un paño limpio, lave bien los biberones y demás utensilios con agua jabonosa caliente, utilice

cepillo especial de limpieza de biberones, aclare con agua potable, a continuación introdúzcalos en el “Esterilizador de biberones”, si no dispone de “Esterilizador” introdúzcalos en una cazuela con agua, asegurándose de que queden bien cubiertos, lleve a ebullición a fuego vivo. No deje que se evapore toda el agua y mantenga la cazuela tapada, hasta que los necesite.

Recuerde siempre extremar al máximo las medidas higiene. Deseche biberones ya preparados y refrigerados a las 24 de almacenaje. Deseche los restos de las tomas, lo más aconsejable es preparar biberón/por toma.

ACTIVIDADES

Si es posible puede sacar al pasear al bebe diariamente, con ropa adecuada.

Durante los diez primeros días de vida se deberá observar la coloración de la piel, vigilando la ictericia (piel amarilla).

Puede exponer al bebé a la luz del día, nunca al sol directo. Deberá llevar al bebé al Pediatra a los 15 días, para revisión.

PRUEBAS REALIZADAS EN EL HOSPITAL.

A Todos los bebe que nacen en nuestro hospital le son realizadas las siguientes pruebas antes del alta:

- Screening auditivo: Para la detección precoz de la sordera.
- Pruebas Metabólicas: para la detección de Enfermedades Endocrinometabólicas

VACUNACIÓN

- Administración de 1ª dosis de VHB
- Recuerde que deberá acudir a los 7 días del parto, a la consulta de la matrona de su Centro de Salud. El bebé deberá ir con hambre para poder observar la toma y ver posibles complicaciones de la lactancia.

“Esperamos haber contribuido con nuestros cuidados, a que su estancia en el hospital haya sido agradable”. Equipo de enfermería de Hospitalización Obstétrica.