

-CUIDADOS DEL RECIÉN NACIDO

ALIMENTACIÓN

El peso del recién nacido puede disminuir los primeros días hasta un 10% de su peso al nacer y hacia el 10º-14º día habrá recuperado el peso del nacimiento.

Lactancia materna

Es la más adecuada para el recién nacido, si es posible dar al menos los primeros 6 meses de vida.

- Dar el pecho a demanda , sin horario rígido, siempre que la ganancia de peso sea adecuada y su pediatra no le indique lo contrario. Mínimo 8-12 tomas al día.
- No limitar la duración de la toma. (hasta que el bebe no quiera más).
- Se comenzará por el último pecho de la toma anterior.
- Dar el pecho en posición correcta : la boca del bebé muy abierta debe coger pezón y areola , la cara mirando al pecho y el cuerpo contra el vientre de la madre.
- Después de cada pecho, hacer que expulse los gases.
- No utilizar chupetes.
- Es recomendable colocar después de cada toma sobre el lado derecho al recién nacido.



HIGIENE DEL RECIÉN NACIDO

- Baño diario con agua y jabón neutro (escasa cantidad porque puede provocar la irritación de la piel; la temperatura del agua estará entre 36-37° C). Realizar el baño preferiblemente por la tarde para favorecer el sueño.
- Tener todos los utensilios a mano, antes de comenzar el baño para no dejarle nunca solo.
- En las niñas, se lavan los genitales de delante hacia atrás para evitar la contaminación de heces.
- En los niños limpiar bien por debajo de los testículos.
- Es importante secar bien (insistiendo en los pliegues y parte posterior de las orejas.).
- Conviene después del baño, hidratar la piel con aceites.

VESTUARIO

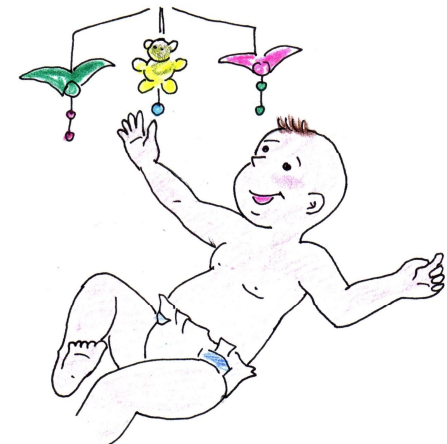
- Adecuar la vestimenta a la temperatura ambiente.
- La ropa debe ser de fibras naturales (algodón, hilo...), fáciles de poner. Evitar puntillas, imperdibles, lazos que pueden ser peligrosos para el recién nacido.
- No se aconseja cortar las uñas hasta pasado 15 días.
- Lavar la ropa por separado con jabones neutros y aclarar con abundante agua. No usar suavizantes.

CURA DEL CORDÓN

- El cordón se mantendrá limpio y seco, para ello se limpiara con agua y jabón siempre que precise y se desinfectará con una gasa impregnada con alcohol de 70°, dos veces al día.
- El cordón se caerá en los primeros 15 días.
- Si el cordón presentase mal olor o enrojecimiento en la zona donde se inserta, consulte con su pediatra o enfermera.

AMBIENTE

- La habitación debe tener buena ventilación, estar bien acondicionada y ambiente tranquilo.
- El bebé debe estar en un ambiente sin humo.
- En la cuna no poner almohadas, ni ningún objeto que comprometa la seguridad del bebé (imperdibles, cintas, cadena chupete,..).
- El colchón debe tener una base firme.
- Cuando se realice el paseo diario, evite la exposición directa al sol.
- Los últimos estudios recomiendan que la posición del niño en la cuna sea hacia arriba o de lado (alternando derecho e izquierdo). Evitar ponerlo boca abajo.



CÓLICO DEL LACTANTE (GASES)

- Generalmente se presentan al anochecer y se caracterizan por la irritabilidad y el llanto del bebé, está acompañado de flexión de piernas y no cesa con las atenciones maternas.
- Algunas medidas para calmarles serían un masaje en el abdomen del niño (no en el momento del cólico, ni cuando acabe de comer) en el sentido de las agujas del reloj, flexionándoles las piernas.