

## 6. SUEÑO

Hasta los 4 meses no saben distinguir entre el día y la noche y solo la mitad de los bebés duermen seis horas seguidas.

## 7. PRUEBAS REALIZADAS EN EL HOSPITAL

- **Screening auditivo:** para la detección precoz de la sordera
- **Pruebas metabólicas:** para la detección de Enfermedades Endocrino-metabólicas
- **Vacunación:** administración de la 1ª dosis de VHB.

***"Esperamos haber contribuido con nuestros cuidados, a que su estancia en el hospital haya sido agradable".***

***Equipo de Enfermería de Hospitalización Obstétrica***

## Recomendaciones de enfermería



### **CUIDADOS DEL RECIEN NACIDO CON LACTANCIA MATERNA**

Le damos la enhorabuena por el nacimiento de su hijo/a, agradeciendo su colaboración y la confianza que ha depositado en nosotros. A continuación le realizamos una serie de recomendaciones para su cuidado alimentado con lactancia artificial.

#### **1. HIGIENE**

Bañar al bebé a diario, aunque no se haya caído el cordón. Debe disponer de todo lo necesario a mano y sujetar al bebé de forma suave pero firme. La habitación debe estar caldeada a 22° - 24°. La bañera con agua a una temperatura de alrededor de 37°. Se puede usar una pequeña cantidad de jabón neutro.

Secar muy bien la bebe, incidiendo en pliegues y axilas. Se pueden utilizar cremas o aceites para darle un masaje e hidratar el cuerpo. No utilizar polvos de talco (retiene la humedad y pueden ser tóxicos si el bebe aspira).

Nunca introducir bastoncillos en oídos y nariz.

Las uñas se limaran durante la primera semana, están pegadas a la piel y hay riesgo de cortarle.

Lavado del cordón umbilical con agua y jabón, en el baño o siempre que se vea sucio por micción o deposiciones. Siempre debe estar bien seco, el cordón se secura con unas gasas desde la base donde se une a la piel.

## 2. ROPA / CUNA / HABITACIÓN

Se recomienda ropa cómoda, holgada, de fibras naturales. Evitar cintas, tejidos con pelo, botones en el pecho... que pueden molestarle o suponer un peligro.

No abrigarle demasiado. Los bebes suelen tener las manos y los pies fríos por la inmadurez de su sistema circulatorio.

Deberá lavar su ropa con jabones neutros, sin utilizar suavizantes o lejías.

Procurar una habitación soleada, con buena

ventilación, con una temperatura agradable entre 20<sup>o</sup>-22<sup>o</sup> y libre de humos.

El recién nacido deberá dormir boca arriba en colchón firme, sin almohada y sin arropar excesivamente.

## 3. ACTIVIDADES

El paseo, si es posible, debe ser diario, es relajante para el bebe.

Si va en vehículo utilice sistema de sujeción infantil homologado.

## 4. LACTANCIA MATERNA

La OMS recomienda la lactancia materna exclusiva los primeros seis meses de vida y complementados dos años o más.

Procure un ambiente tranquilo, postura cómoda y relajada de madre. Ofrezca el pecho a demanda, con mucha frecuencia y siempre que el bebe muestre algún signo de hambre (chupeteo, bostezo, movimiento de búsqueda, manos a la boca), sin esperar a que lllore. Dele un pecho hasta que se suelte y después ofrézcale el otro si lo desea. En la siguiente toma ofrezca el pecho del que tomo menos o no tomo nada.

Dar de mamar no duele si se siente dolor separe al bebe y comience de nuevo.

La subida de la leche se produce entre las 48 – 72h tras el parto, hasta entonces el calostro es alimento suficiente para el recién nacido.

En caso de endurecimiento de las mamas (ingurgitación mamaria) por la subida de la leche, se recomienda administrar calor local antes de la toma, a continuación, dejar que el bebe mame todo lo quiera hasta que se suelte. Cuando las molestias no se alivien tras la toma debe extraerse leche preferiblemente de forma manual. Se podrá aliviar el dolor entre tomas aplicando frío local.

Existen diferentes métodos de conservación de la leche materna, pregunte a su matrona.

## 5. DEPOSICIONES

La primera deposición del bebe se denomina meconio, de color negro y aspecto pastoso, conforme se va instaurando la alimentación las heces pasan por ser de transición, verdosa-negruczas y menos pastosas a heces posteriores amarillentas- verdosas con partes semilíquidas.

La frecuencia de emisión depende de cada bebe, es normal tanto una vez tras cada toma, como una vez a la semana, siempre que las heces sean blandas.

