

Buen cuidado del Bebé

UNA GUÍA DE LO QUE ES NORMAL Y ANORMAL DURANTE LA INFANCIA

Presentado por New Life Birthing Centers



Hábitos de sueño

Alimentarse y dormir en la primera semana de vida. Su recién nacido dormirá la mayor parte del tiempo, despertando cada pocas horas para alimentarse. La mayoría de los bebés necesitan amamantar cada 2-4 horas, y tienen alrededor de 8-12 alimentos cada 24 horas. A veces, los alimentos pueden durar hasta una hora, especialmente si su bebé está amamantando.

Ventajas de dormir juntos

- Los padres a menudo duermen más.
- La lactancia materna durante la noche es más fácil cuando el bebé está cerca.
- Amamantar por la noche ayuda a mantener el suministro de leche.
- Dormir en la misma cama que su bebé reduce el riesgo de SMSL hasta en un 50%.
- La lactancia nocturna también tiende a prolongar los efectos espaciadores de la lactancia materna.
- No hay ansiedad por separación nocturna.
- Menos molestias antes de acostarse.
- El bebé mantiene una mejor regulación de la temperatura.





1. Coloque la punta del termómetro en el centro de la axila.
2. Coloque el brazo de su hijo cómodamente (de cerca) contra su cuerpo.
3. Deje el termómetro en su lugar durante aproximadamente 1 minuto, hasta que escuche el "pitido"
4. Retire el termómetro y lea la temperatura.

Temperatura

Una temperatura normal en los bebés es de aproximadamente 36.4C-37.9 (97.5F- 99.3F). Una temperatura alta o fiebre generalmente se considera una temperatura de 38C (99.3F) o más. Su bebé puede tener una temperatura alta si: se siente más caliente de lo normal al tocar su frente, espalda o estómago.

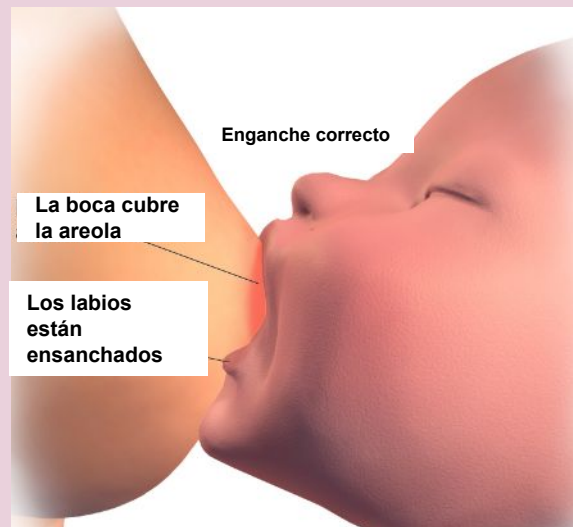
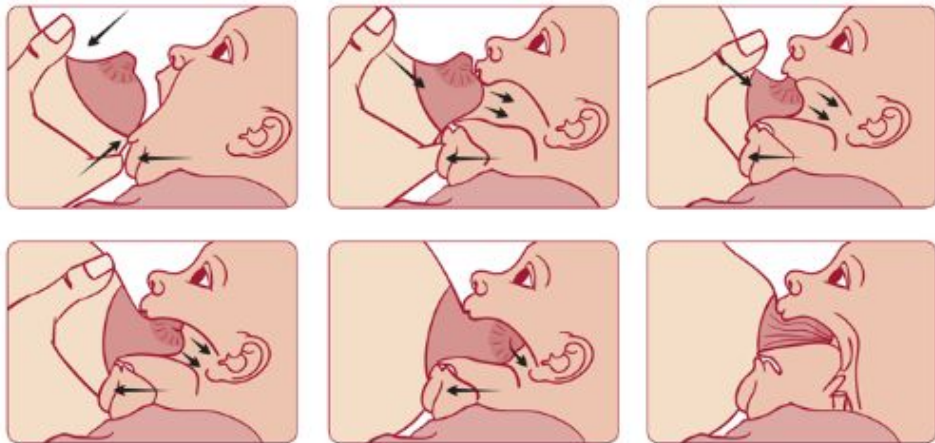
Un bebé SOLO debe tener una capa más de ropa que la que usa la madre.

¡Nunca querrás que tu pequeño esté demasiado caliente! Si su bebé se está sobrecalentando, es probable que se sienta incómodo, su sueño puede interrumpirse y puede tener sarpullido por calor. Pero hay una preocupación aún más grave: el sobrecalentamiento puede aumentar la frecuencia cardíaca y la respiración del bebé y, en casos extremos, conlleva el riesgo de muerte infantil durante el sueño, también llamado SMSL.



Amamantamiento

Sujete el seno por los costados, utilizando una sujeción "C" o una sujeción "U". Asegúrese de mantener los dedos alejados del pezón para no afectar la forma en que el bebé se prende. Apunte el pezón hacia el labio superior / nariz del bebé, no hacia la mitad de la boca.



¿Por qué es tan importante un pestillo profundo y correcto? Cuando el bebé está prendido correctamente, puede comprimir los conductos de leche en el seno y extraer la cantidad adecuada de leche. Esto conducirá al aumento de peso adecuado y al crecimiento y desarrollo. Un pestillo poco profundo conduce a una disminución de la ingesta de leche.

LECHE PRIMERIZA Y SECUNDARIA

Si bien hay dos nombres diferentes para los dos tipos de leche, no hay un momento mágico en el que la leche primeriza se convierta en leche secundaria. A medida que el bebé amamanta, el aumento en el contenido de grasa es gradual, y la leche se vuelve más y más grasosa con el tiempo a medida que el bebé se acerca al drenaje del seno.

No puede saber cuánta grasa ha recibido su bebé por la duración de la alimentación.

Algunos bebés toman una alimentación completa en cinco minutos, mientras que otros tardan 40 minutos en obtener la misma cantidad. Mientras su bebé esté amamantando de manera efectiva y aumente de peso, puede dejar que él decida cuánto tiempo se alimentará y obtendrá toda la grasa que necesita.

Si es importante recordar que el bebé se debe amamantar al menos cada 2 horas por un lado hasta que esté vacío y luego cambiar al siguiente lado, de esa manera puede asegurarse de que el bebé reciba tanto la leche que está adelante como la trasera.



La leche materna que recibe el bebé al comienzo de una sesión de alimentación se llama “leche delantera”, que es más acuosa y de alto volumen pero baja en grasa, casi como una sopa. La leche delantera es muy hidratante. A medida que avanza la alimentación, el contenido de grasa de la leche aumenta constantemente a medida que disminuye el volumen. La leche cerca del final de la alimentación es baja en volumen pero alta en grasa y se llama “leche trasera”. Es similar a la mantequilla de maní. Es muy engordante y abundante.



Posiciones de lactancia materna

Cordón Umbilical

Ombliigo infectado:
observe el pus dentro del
umbilicus.



Cordón infectado: observe el rojo
alrededor del ombligo.



Cordón de secado normal.

Cuidado del cordón umbilical en recién nacidos. Cuando nace su bebé, se corta el cordón umbilical y queda un muñón. El muñón debe secarse y caerse cuando su bebé tenga entre 5 y 15 días.

NO tire del cable, deje que se caiga solo. No coloque nada sobre el cable a menos que lo indique un médico. Ante cualquier signo de infección, comuníquese con New Life inmediatamente.

Respiración

En la mayoría de los casos, los hábitos de respiración irregular de los bebés no son motivo de preocupación. Mientras duermen, los recién nacidos pueden hacer lo que se llama respiración periódica: respiran progresivamente de manera más rápida y profunda, luego de manera más lenta y superficial, luego hacen una pausa de hasta 15 segundos.

Comienzan nuevamente con respiraciones progresivamente más profundas.

Esto es común, especialmente entre los bebés prematuros, y evolucionará hacia un patrón de respiración más maduro, con suspiros ocasionales, en los primeros meses de vida.

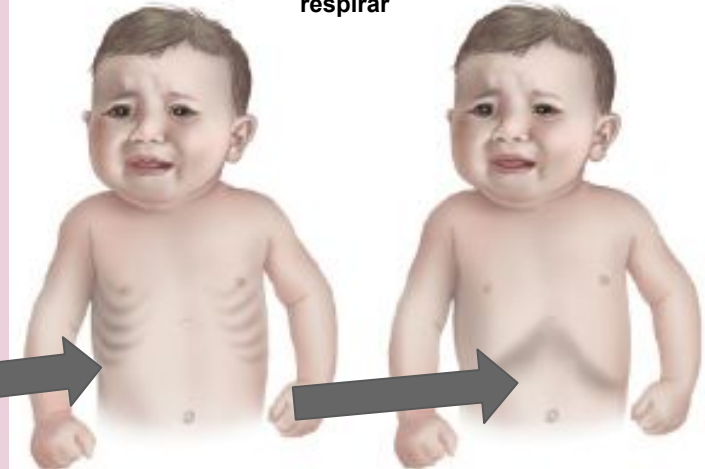
El hipo es otro hábito común de los recién nacidos que puede ser persistente pero normal. Su bebé también puede experimentar estornudos, esto es completamente normal. Su bebé necesita aire limpio y fresco; asegúrese de que NUNCA esté cerca del humo, el polvo o el viento frío.

Si el pecho de nuestro bebé se ve así cuando respira, llame a New Life de inmediato.

Normal



Dificultad para respirar





Coloración Normal

Tampoco es inusual que las manos y los pies de un bebé sean ligeramente azulados. Pero si sus labios, lengua, cara entera o el tronco de su cuerpo se oscurecen o se vuelven claramente azules, es una señal de que puede estar en peligro. ¡Llama a New Life inmediatamente!

Tono de Piel

Moretones Normales



Coloración No Normal



Aunque los moretones son una consecuencia común del parto, no todos los bebés nacen con moretones. Si un recién nacido tiene hematomas extensos, es una clara indicación de que soportó un paso particularmente estresante a través del canal del parto que causó un trauma en el parto. Los sitios comunes incluyen la cabeza, el cuello y los hombros.

Movimientos Intestinales



Las heces de meconio son las evacuaciones intestinales grandes, oscuras, negras o negro verdosas, gruesas, alquitranadas y pegajosas que tienen los recién nacidos durante los primeros dos o tres días después del nacimiento. El meconio está formado por células y sustancias que recubren el tracto digestivo durante el embarazo.



Las heces transitorias se presentan cuando su bebé tiene entre tres y cinco días. Estas heces son un poco más flojas, de color más marrón verdoso, y son la "transición" a las heces regulares de leche alrededor del día seis.



Las heces normales de un bebé amamantado son amarillas y sueltas (de blandas a líquidas) y pueden ser cutres o cursi. Después de 4 a 6 semanas, algunos bebés defecan con menos frecuencia, con heces tan poco frecuentes como una cada 7-10 días. Mientras el bebé esté mejorando, esto es normal.

Genitales

Muchos recién nacidos, tanto niños como niñas, tienen senos inflamados y / o genitales. Pueden tener una secreción lechosa de sus pezones. En las niñas recién nacidas, a menudo hay un flujo vaginal claro o blanquecino, que puede estar teñido de sangre. Esto se conoce como un "mini período menstrual". Estas características son perfectamente normales y son causadas por las hormonas femeninas de las madres que cruzan la placenta justo antes del nacimiento y están presentes en el torrente sanguíneo del bebé. Desaparecerán en unas pocas semanas. No intente exprimir ninguna secreción de los senos, esto puede irritarlos o causar infección. Si tiene inquietudes sobre cualquier descarga o inflamación, comuníquese con New Life.

Labios Hinchados



Escroto Hinchado

Senos Hinchados



El excremento normal de un bebé amamantado es flojo (suave a líquido) y puede ser cutre o cursi.

Pañales mojados: en los primeros días, el bebé generalmente tiene un pañal mojado por cada día de vida (1 en el día uno, 2 en el día dos ...). Una vez que llega la leche materna, el bebé debe tener 5-6 + pañales mojados cada 24 horas.

Desea cambiarlo cada 2 a 3 horas, pero no es necesario despertar a un bebé para cambiar un pañal mojado.

New Life ofrece pañales de tela para que pueda usar, devolver e intercambiar por un tamaño más grande a medida que el bebé crece.

Cambio de Pañal

Si su bebé forma una erupción roja en el área del pañal, comuníquese con New Life para que podamos proporcionarle una crema y polvo natural.



El cambio de pañales de tela es mejor para el medio ambiente, es menos costoso y no expone a su bebé a todos los químicos en los pañales desechables.

Bañando Bebé

Es importante retrasar el primer baño hasta al menos 48 horas después del nacimiento o más. Esto permite que la piel del bebé absorba todo el vernix (material pegajoso blanco) en la piel.



No hay necesidad de bañarse diariamente. Como esto puede reseca la piel de su bebé. Hasta que se cure el cordón umbilical, debe lavar al bebé con un paño tibio. Un baño 2-3 veces a la semana es suficiente para mantener limpio a su recién nacido. Pero si a tu bebé realmente le gustan los baños, puedes bañarlo una vez al día. Bañarse más que esto puede reseca la piel de su bebé.

Beneficios del baño tardío:

Reducción del riesgo de infección: los bebés nacen cubiertos de una sustancia blanca llamada vernix, que se compone de las células de la piel que su bebé produjo temprano en el desarrollo. Vernix contiene proteínas que previenen infecciones bacterianas comunes. Piense en vernix como una especie de pomada antibacteriana natural. Su bebé nace cubierto de esta barrera antimicrobiana.

Nivel de azúcar en sangre infantil estabilizado: Bañar a un bebé demasiado pronto después del nacimiento puede causar niveles bajos de azúcar en la sangre. He aquí por qué: en las primeras horas después del nacimiento, un bebé tiene que adaptarse a la vida fuera del útero, incluida la pérdida de la placenta como fuente de azúcar en la sangre. El baño causa llanto, estrés y la liberación de hormonas del estrés. Las hormonas del estrés pueden hacer que baje el azúcar en la sangre de un bebé, lo que puede hacer que el bebé tenga demasiado sueño para despertarse y amamantar, lo que hace que el azúcar en la sangre baje aún más.

Control mejorado de la temperatura: Bañar a un bebé demasiado pronto puede causar hipotermia. En el interior de la madre, tenía aproximadamente 98.6 grados, pero la mayoría de los bebés nacen en habitaciones que tienen aproximadamente 70 grados. En las primeras horas después del nacimiento, un bebé tiene que usar mucha energía para mantenerse caliente. Si un bebé se enfría demasiado, puede bajar el azúcar en la sangre o tener otras complicaciones.

Lactancia materna mejorada: los estudios muestran un mayor éxito de la lactancia materna cuando se permite a las madres permanecer piel con piel con los bebés y esta vez no se ve interrumpida por "procedimientos" médicos o un baño.

Conclusión

Quando le damos de alta, se examina a su bebé y se programa una visita posparto durante 2 días desde el nacimiento. New Life con un seguimiento del progreso de su recién nacido en las próximas 6 semanas haciendo controles de peso, midiendo la cabeza y longitud de su bebé y escuchando el corazón y la respiración del bebé. Si tiene alguna pregunta o inquietud en los próximos días, comuníquese con New Life de inmediato. Estamos aquí para ayudarlo a adaptarse a la vida con su nuevo pequeño y estamos aquí para asegurarnos de que usted y su bebé estén seguros y saludables.



¡Felicidades!