DR. GABRIEL LARA FLORES
Pediatra y Neonatólogo
Ced.Pediatra 1434830 • Céd. de Especialista SSA-18769
Certificado por el Consejo Mexicano de Certificación en Pediatría Capítulo Neonatología

Consejos para nuevos padres

1.- Todos son expertos y todos querran opinar acerca de cómo atender a tu bebe, si tienes una duda márcale a tu doctor y que te oriente, recuerda que para eso se preparó. En este etapa serás un imán de consejos, estarás preocupado y escucharás incluso comentarios contradictorios que te confundirán aún más.

2.- Cuando anuncias el embarazo todos se emocionan porque vas a tener un bebé precioso al que darás mucho amor, y del que vas a recibir mucho amor también.

Todos están muy impacientes hasta el nacimiento, cuando inician los consejos “expertos” : "es mejor que no lo cargues demasiado", "es bueno que llore un poco para que maduren sus pulmones", y muchas frases similares que no tienen ningún sentido.

Si tienes alguna duda habla mejor con tu doctor, quien con seguridad te dirá que hacer con un criterio más profesional

3.- Es mejor visitar a que te visiten; esta condición en realidad depende de las familias. Si son de las familias que se meten hasta la cocina, mejor ir a verlos, asi podrás retirarte en el momento que lo desees para descansar o para alguna actividad con tu bebé.

4.- Lávate las manos siempre antes de jugar con el bebé. De igual manera, toda persona que vaya a tocar al bebé tiene que lavarse las manos antes de hacerlo, sobre todo si viene de la calle. Las manos son portadoras de gérmenes.

5.- Sal un rato a la calle cada día aunque tengas mucho por hacer. Tranquilos, no son los únicos padres, todos hemos pasado por esto y aunque parezca mentira, romper con la rutina, el entorno y la casa, ayuda a tomar mejores decisiones

6.- Seca bien en los pliegues de la piel, en las axilas, las ingles y el cuello sobre todo. No dejes de pasar la toalla por ahí y seca bien esas zonas, porque si quedan húmedas se puede irritar la piel . Respecto del baño, BAÑA SIEMPRE EN TINA, NO EN REGADERA , con el agua la piel se torna resbaladiza y puede ocurrir un accidente.

7.- No siempre es necesaria la crema hidratante , pero es un momento en el que tu puedes aprovechar para un pequeño masaje: suave, sin hacer fuerza, solo moviendo un poco sus extremidades y poniendo la crema en todo el cuerpo.

8.- Normalmente los bebés duermen mucho, no te alarmes si esto sucede y no necesaramente debes despertarlo para darle de comer, el sueño también alimenta. En aquellos bebés en los que coexista una condición especial, háblalo con tu doctor ; el te orientará de manera profesional.

9.- Si tu bebé llora y te pide brazos muy a menudo, no quiere decir que te está “manipulando”; simplemente te esta haciendo notar que requiere de tu afecto como padre.

10.- Es muy importante el apoyo mutuo. Al terminar el día es muy conveniente platicar y agradecerse de manera mutua el logro del día.