

CUIDADOS DEL RECIEN NACIDO

Los recién nacidos constituyen un sector de la población infantil muy vulnerable a los problemas de salud, sin embargo la naturaleza sabiamente los ha dotado de un sistema de defensa que les permite adaptarse rápidamente del cálido y confortable claustro materno, al cambiante e inestable ambiente exterior, para poder ayudar a este proceso de adaptación es conveniente seguir algunas sencillas instrucciones.

ALIMENTACION:

- Debe Tomar el seno materno como principal alimento, darle primero de un seno, sacarle el aire y luego completar con el otro seno.
- Si todavía no hay suficiente leche complementar con leche NAN 1 preparándola con agua hervida y una medida rasa de leche por cada onza de agua. Ofrecer al principio 30 ml (una onza) e ir aumentando de acuerdo a su tolerancia y apetito.
- Es conveniente no usar biberón, de ser posible usar un vaso graduado o un vaso entrenador, esto permitirá que cuando tome el seno materno tenga una succión adecuada que aumente la producción de leche materna.
- Después de comer acostarla boca arriba o sobre su costado derecho, si es posible, la cama debe estar inclinada unos 15 grados sobre el plano horizontal.
- La mamá debe tomar una comida balanceada, no son necesarios atoles, caldos o alimentos que solamente engordan a la mamá. Lo mejor es balancear su dieta y complementar con vitaminas.
- Si no hay suficiente leche puede tomar LEVADURA DE CERVEZA una tableta con cada comida y si hay buena tolerancia puede tomar hasta 2 tabletas con cada comida.

CUIDADOS GENERALES:

- Baño Diario usando jabón Dove o Nivea para bebé.
- Usar solamente crema en su cuerpo y en la colita cada cambio de pañal.
- No usar aceite ni talco.
- Debe mantenerse en ambiente tranquilo, evitar muchos ruidos durante al menos una semana (esto es bueno para la mamá y el bebé)

CUIDADOS ESPECIALES:

- Durante la primera semana de vida, asolearlo desnudo diariamente (9 am y 17 hs) durante 5 minutos con el sol directo, protegiendo la cara
- El resto del día debe estar en una zona donde haya luz natural del día.
- En el ombligo, sólo requiere el aseo durante su baño diario y ponerle una pincelada de merthiolate blanco en la base, hasta que se caiga.
- REVISION CON SU PEDIATRA CADA MEZ DURANTE EL PRIMER AÑO DE VIDA.

RECUERDE QUE ESTAS SON INSTRUCCIONES DE AYUDA GENERAL, ES PROBABLE QUE SU BEBE REQUIERA ALGUN CUIDADO PARTICULAR, SIEMPRE CONSULTE CON SU PEDIATRA PARA RECIBIR LA ORIENTACION ESPECIFICA.

¡FELICIDADES! Y DISFRUTE DE LA CRIANZA DE SU HIJO.