



Cuidados DEL RECIÉN NACIDO



E.S.E. SAN RAFAEL YOLOMBÓ Nit:890981536-3

Teléfono: +60 (4) 865 48 59 Dirección: Carrera 24 N° 13 – 466 Yolombó (Ant.)



E.S.E. SAN RAFAEL YOLOMBÓ Nit:890981536-3
Teléfono: +60 (4) 865 48 59 Dirección: Carrera 24 N° 13 – 466 Yolombó (Ant.)

Contenido

Generalidades	04
¡Te contamos! Datos importantes sobre los recién nacidos	05
Cuidado en casa	06
Sueño del recién nacido	08
¿Cuándo acudir a urgencias?	08
Acude a urgencias, si	09
La vacunación: Es un acto de amor	10
Lactancia materna	11
Beneficios de la leche materna para tu bebé	11
Beneficios para la madre	12
Posiciones para amamantar a tu bebé	12
Recomendaciones de alimentación para tu bebé	13
En cuanto a su refrigeración	14
Recomendaciones al salir de la E.S.E. Hospital San Rafael de Yolombó	15

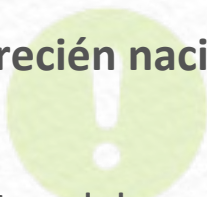
Generalidades



- ♥ Los recién nacidos son los bebés que se encuentran entre el **primer día de nacimiento hasta completar 1 mes de edad.**
- ♥ Durante esta etapa, **los niños son completamente dependientes de los cuidados de sus padres**, por lo que es indispensable que tengas muy claros los cuidados que debes tener.

¡Te contamos!

Datos importantes sobre los recién nacidos



- 1** En la sala de partos, le realizarán toma de la muestra del **cordón umbilical para TSH o prueba de hipotiroidismo** y para conocer el tipo de sangre. Además, será pesado, tallado y recibirá **Vitamina K** para evitar hemorragias, limpieza de los ojos y del ombligo.
- 2** Los bebés sanos **comen y duermen durante las 24 horas**, no tienen horario, succionan el seno y descansan entre las comidas.
- 3** **Respiran un poco más rápido** que los niños grandes.
- 4** Tienen mayor riesgo de hipotermia (temperatura baja), **por esto debes mantenerlos siempre bien abrigados.**
- 5** El llanto es la principal forma de comunicación de los bebés. Puede ser causado por **hambre, deseo de chupar algo, sentirse solos, necesidad de cambio de pañal, deseo de moverse, incomodidad, frío o calor.** Resolver estas necesidades es esencial para calmar al bebé.
- 6** Los bebés son especialmente susceptibles a sufrir infecciones graves, es por esta razón que **antes de tocar a tu bebé debes lavarte muy bien las manos.** Además, evita las visitas durante estos primeros días.

Cuidado en casa

Acá puedes encontrar **qué debes hacer** frente algunas situaciones frecuentes que ocurren durante el cuidado de tu bebé.

¿Qué hacer si tu bebé tiene hipo?

El **hipo** en los bebés ocurre debido a la inmadurez del diafragma, el músculo responsable de la respiración.

Es normal y se puede ayudar al bebé, succionando el seno de la madre, cambiando su posición o dándole ligeros golpecitos en la espalda mientras está recostado sobre el hombro.



¿Cómo evito que mi bebé se enferme?

Es importante que **los adultos cercanos al bebé se vacunen contra la tosferina** (*un tipo de tos contagiosa que afecta fuertemente a los bebés*).

Si los padres tienen gripe, deben **usar tapabocas y lavarse las manos** antes de tocar al bebé.



¿Cuándo debo bañar al bebé?

- Es recomendable bañar al bebé **todos los días**.
- Inicia el baño 24 horas después del nacimiento, a menos que el pediatra lo contraindique. *Ejemplo, en prematuros o de bajo peso.*
- **No sumerjas el muñón umbilical en agua** hasta que se caiga, para evitar humedad y favorecer las infecciones.

- Para bañarlo usa **agua tibia**, debes hacerlo en una habitación cálida, y evitar corrientes de aire.
- Usa **jabón neutro o hipoalergénico** después del tercer día y asegúrate de secar bien los pliegues, (zona en medio de los gorditos).



➤ ¿Cómo puedo exponerlo al sol?

- Exponlo **solo en pañal** y cambia su posición (*de frente y de espalda*).
- **Evita que los rayos solares lleguen a sus ojos** para prevenir problemas oculares futuros.
- La luz solar ayuda a formar **Vitamina D**, así que exponlo a través de una ventana cerrada **antes de las 10 a.m. y después de las 4 p.m.** máximo por 10 minutos.



➤ Cuidados del cordón umbilical

- El muñón del cordón umbilical **se cae entre la segunda y tercera semana de vida**. Limpia la piel alrededor con agua estéril o alcohol al 70% y gasa limpia diariamente, **manteniéndolo seco**.
- En el momento en que se cae, **se puede manchar un poco el pañal** con gotitas de sangre, lo cual **es normal**.



¡Recuerda!: No se debe usar ombliguero ni fajero.



Sueño del recién nacido (sueño seguro)

- El bebé debe **dormir boca arriba**.
- Su cabeza debe quedar **más alta que el cuerpo**.
- **No** usar almohadas.
- **No** cubra con la cobija hasta la cabeza.
- **Evite** el sobrecalentamiento.
- Arropar y dejar descubierto **hasta la mitad del pecho**.
- Tu bebé **no puede pasar tres horas sin comer**, vigila el sueño y despiértalo para alimentarlo.



¿Cuándo acudir a urgencias?



Fiebre: Temperatura mayor de **38 grados** a nivel axilar, tomada con termómetro.

Vómito: Si es **verdoso, amarillento, con sangre**, si vomita todo, es abundante, en proyectil (*sin arcadas y es expulsado sin previo aviso*) y persistente.

Diarrea: Aumento en la frecuencia de las deposiciones o disminución en la consistencia o deposiciones con moco o sangre.

Dificultad para respirar: Respira rápido, la piel se pega a las costillas, silbidos o ronquidos en el pecho.

👉 Acude a urgencias, si...

Tu hijo presenta dificultad para respirar caracterizada por:

- Color **morado** de los labios (Cianosis).
- **Retracciones** de músculos del cuello.
- **Ruidos extraños** al respirar o “le silba el pecho”(Silbancias), tiene un pitido (Estridor).
- **Dolor** en el pecho al respirar o toser.
- **Hundimiento** de las costillas al respirar.
- Sensación de **asfixia o dificultad** para respirar.

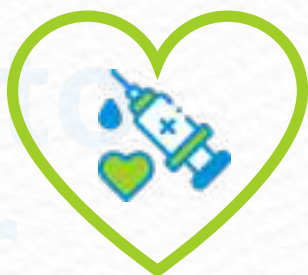


- 👉 Si se pone **pálido**.
- 👉 **Coloración** morada alrededor de los labios.
- 👉 **No respira** o presenta llanto incontrolable.
- 👉 **No quiere comer** y no se despierta, o pasan más de 4 horas en las que no quiere comer.
- 👉 **Ombligo enrojecido**, con mal olor o con salida de secreción.
- 👉 **Convulsiones** (tiembla las extremidades, mirada fija y no reacciona)
- 👉 **Coloración** de la piel amarillenta o naranja (Puede ser más evidente en sus ojos o palma de las manos).



La vacunación:

Es un acto de amor...



Las vacunas son un **derecho del niño** y un **deber de los padres**.

En la **E.S.E. Hospital San Rafael de Yolombó**, le aplicamos las vacunas del recién nacido, antes del egreso del hospital:

- **BCG:** Prevención de tuberculosis meníngea.
- **Hepatitis B:** prevención de Hepatitis B

La **continuidad del esquema de vacunación** lo realizará en la IPS donde realizó los controles prenatales, o en la IPS donde le realizarán los controles de crecimiento y desarrollo.



♥ Lactancia materna

La leche materna es el mejor alimento para tu bebé; es crucial para el crecimiento y desarrollo del bebé.

Se recomienda la lactancia exclusiva hasta los 6 meses y luego complementarla con otros alimentos hasta los 2 años.



En los primeros días postparto, la cantidad de leche que se produce es poca, pero **muy importante** para el recién nacido, es la leche llamada “*calostro*”, es **rica en vitaminas, lactosa y factores de protección para tu bebé**.

Con el tiempo, la producción de leche aumenta y se transforma en leche madura, la cual **nutrirá al bebé** durante sus dos primeros años de vida.

Beneficios de la leche materna para tu bebé:

- ♥ **Tiene anticuerpos** que protegen al bebé de enfermedades prevalentes de la infancia como: diarrea, alergias, asma y las infecciones respiratorias.
- ♥ **Disminuye** el riesgo de desnutrición.
- ♥ Contiene los **nutrientes** necesarios para el óptimo crecimiento de tu bebe.
- ♥ Es de **fácil digestión**, lo que disminuye los cólicos del bebé.
- ♥ Tiene los líquidos y electrolitos **suficientes para su hidratación**.
- ♥ Tiene la mejor cantidad de **hierro, calcio, magnesio y zinc** disponible para su utilización en el cuerpo.
- ♥ Favorece el **desarrollo emocional e intelectual** y previene problemas de salud mental a futuro.

- ♥ **Reduce riesgo de enfermedades** crónicas en la adultez como obesidad, diabetes, enfermedades cardíacas, entre otras.
- ♥ **Fortalece el vínculo afectivo** con la madre, contribuyendo a la felicidad, seguridad y estabilidad emocional del niño.
- ♥ **Favorece** el desarrollo del lenguaje.
- ♥ **No tiene costo** y siempre tiene la temperatura ideal.

Beneficios para la madre

- ♥ **Ayuda** a disminuir el sangrado postparto.
- ♥ **Disminuye** el riesgo de depresión postparto.
- ♥ Ayuda a **bajar de peso**.
- ♥ **Disminuye** el riesgo de osteoporosis.
- ♥ Crea un **vínculo afectivo** madre-bebé.



Posiciones para amamantar a tu bebé



Cuna

Escoja una posición cómoda. Puede ser sentada o acostada.

Cuna cruzada

Coloque al bebé de lado, frente con frente a la madre, vientre con vientre.



Pelota de Fútbol

La cabeza y el cuerpo del bebé están alineados.

Reclinada

Está en contacto con el cuerpo de la madre.



Acostada

Todo el cuerpo del bebé debe estar sostenido.

Vertical y móvil

Debe haber aproximación al pecho, nariz, al pezón.



Recomendaciones

de alimentación para tu bebé

1 Los bebés generalmente piden comer cada **2-4 horas** después de la primera semana. La succión del bebé es **el mejor estímulo** para producir leche.

2 Después de alimentar al bebé, colócalo brevemente en **posición vertical** sobre el hombro para ayudar a eliminar gases, si los tiene. **No es necesario dar vueltas** ni esperar a que expulse gases antes de acostarlo.

3 Si crees que tu bebé no está recibiendo suficiente leche, **verifica su posición y el agarre del seno**. Consulta al pediatra si tienes dudas sobre la producción de leche.

4 **La congestión mamaria es común** y puede causar dolor y tensión cuando baja la leche. Aplica hielo envuelto en tela si hay enrojecimiento y dolor, y consulta al médico.

5 Si encuentras un punto duro en el seno sin calor ni enrojecimiento, **aplica calor local** y permite que tu bebé succione más seguido. Si es necesario, realiza masajes suaves y extracción manual de la leche.

Extrae y almacena la leche materna

Para que tu bebé la tome aún cuando mamá no esté en casa.

- ✎ **Lava tus manos y los recipientes** antes de extraer y almacenar la leche materna. Puedes usar bolsas especiales o frascos de vidrio.
- ✎ **Coloca una etiqueta** con la fecha en la que fue extraída la leche para que sepas hasta cuándo podrías utilizarla.
- ✎ **Almacénala** en cantidades pequeñas de 2-4 onzas para evitar que se desperdicie.

Masajear:

- Realícelo **oprimiendo el seno firmemente** en movimiento circular, desde donde nace el seno hacia la areola. En toda su totalidad.

Peinar:

- Con la mano en **forma de araña** desde la parte superior hacia el pezón.



Extraer:

- **Aliste** el frasco de vidrio con tapa plástica de rosca, hervido y limpio.
- **Ubique** el frasco debajo del pezón
- **Sostenga** el seno con el pulgar y los dedos índice y corazón debajo de la areola, formado una **C**.
- **Presione suavemente** entre los dedos, llevando el seno hacia atrás.
- **Repita** rítmicamente hasta que el seno quede vacío.
- Las primeras gotas, **desechar**.
- Cuando termine la extracción **cierre el frasco**.

➤ En cuanto a su refrigeración...



- A temperatura ambiente la leche materna puede durar **hasta 4 horas**.
- En el refrigerador, la leche materna puede durar **hasta 8 días**. Para calentarla y darle a tu bebé, usa *baño maría* o debajo de agua caliente.
- En el congelador, la leche materna puede durar **hasta 9 meses**. No llenes el recipiente donde la almacenaras, descongélala en el refrigerador **un día antes y úsala en 24 horas**. Calienta a *baño maría* o bajo agua caliente.

Recomendaciones

Al salir de la E.S.E. Hospital San Rafael de Yolombó.

- ♥ **Carné vacunación**, diligenciado con la aplicación de vacunas.
- ♥ **Certificado de nacido vivo** de su bebe con grupo sanguíneo, o registro civil de nacimiento.
(Si ya lo registro)
- ♥ **Orden médica** para solicitar la licencia de maternidad.
- ♥ **Epicrisis.**
- ♥ **Solicita tu resultado del TSH en el correo:**
laboratorioclinicoyolombo@gmail.com o
archivoclinicoyolombo@gmail.com
- ♥ **Orden Médica de Control Posparto** de la madre y revisión del recién nacido entre los 3 a 7 días después del nacimiento en tu IPS primaria.
- ♥ **Orden médica para toma de potenciales** evocados auditivos.





Nuestra Institución cuenta con **estrategias de apoyo**, frente a dudas o inquietudes que puedan surgir al egreso de la institución respecto a la **orientación brindada por el equipo de salud tratante**.

Línea amiga

316 524 85 82 (Sólo Whatsapp)

311 720 63 77

300 249 16 68

**Horario de
atención**

Lunes a sábado

8 am a 12 pm

1 pm a 4 pm

**Correo
electrónico**

esehospitalyolombo@gmail.com

**Síguenos en
redes Sociales**

ESE Hospital **San Rafael Yolombó**
@hospitalyolombo