



Puericultura Del Recién Nacido

El recién nacido es un ser indefenso, que tiene todo un entorno de características propias de su edad que son normales y la ignorancia podría ocasionar confusión y problemas durante esta etapa de la vida.

Relación Médico Paciente

Desde que la pareja de padres está esperando un bebé, escoge un pediatra que se haga cargo de él y solicita una entrevista, se establece un vínculo entre el médico y los padres que permitirán una buena comunicación, un intercambio de ideas y conocimientos que a fin de cuentas será en beneficio de tu hijo.

Lactancia materna

El pediatra usualmente le pregunta a los padres, si desea darle alimentación al seno materno, cuando esto es afirmativo los comentarios son de apoyo y reforzamiento de las ideas que los padres ya traigan en el bagaje de conocimientos.

El punto más importante es que los padres sepan que su niño está preparado para ser alimentado al seno materno por una respuesta innata. La leche materna tiene muchas propiedades entre las que destacan las inmunológicas que tienen como función reforzar el sistema inmune del bebé, evitando que sufra infecciones y sus complicaciones.

Es el alimento ideal ya que le proporciona nutrientes en tal cantidad y calidad que permite una nutrición extraordinaria, sin nada extra. Al tomar leche materna nunca tendrá estreñimiento siendo sus evacuaciones suaves o de consistencia líquida.

Se considera que por la alimentación con leche materna existe una programación nutricional lo que significa que el bebé tendrá menos posibilidades de tener enfermedades como hipertensión arterial, desórdenes metabólicos etc. Se enfermará menos de problemas alérgicos y algunas enfermedades crónicas del intestino menos comunes. **Lo**





más importante es el vínculo que se establece entre madre-bebé y que establece una relación muy estrecha entre ambos por siempre.

Cuidados De la Piel

El bebé tiene una piel con características especiales, describiré a continuación las más importantes. Inicialmente nace con el vórnix caseoso que le llamamos unto sebáceo o capa de sebo de la piel; esta capa protege la piel, la mantiene húmeda y la protege de infecciones, no es necesario afanarse en retirarla al nacimiento.

La piel del bebé tiene manchas que son normales y que desaparecerán con el tiempo, es la mancha mongólica que es un acumulo de pigmentos de piel que la hacen ver de color morada. No es un moretón, desaparecerá cuando el niño crezca.

Otra mancha, que es de color rojo no tiene elevación y usualmente está localizada en la frente, labio superior, párpados y atrás en la nuca, también tiende a desaparecer con los años. La piel de la cara tiene unas pequeñas prominencias de color blanco muy pequeñas del tamaño de la cabeza de un alfiler en la nariz, barbilla, mejillas desaparecen rápidamente. Otras en la cara en las mejillas, con elevaciones de la piel de color rojo a veces áspera (parece acné) y se llama así, acné del lactante, es por cuestión hormonal y desaparece semanas o meses después. En el cuero cabelludo se observan unas lesiones con costras que están entre el pelo y se le ha llamado costra de leche por que se creía se relacionaba a alergia a leche de vaca, solo amerita un aseo con aceite de bebé, y algún champú suave, y un cepillado muy gentil.

El Cambio De Pañal

Los pequeños necesitan atención especial en el cambio de pañal. El aseo de la niña debe de ser de adelante hacia atrás para no llevar heces fecales a la vulva, en el varón no hay orden especial en su aseo. Se recomienda aseo con algodón o hasta papel suave, evitando toallas húmedas que contengan perfume, alcohol o preservativo. Después del aseo se mantendrá la piel seca, y puedes usar una crema que proteja la piel como óxido de zinc o petrolato.





El pañal puede ser desechable o de tela el que mejor sirva para la piel de tu bebé, los nuevos pañales desechables tienen una gran capacidad absorbente y su aspereza cada vez es menor, pero recuerda que este pañal tarda muchos años en biodegradarse. Hay pañales de tela de buena calidad que son ecológicos y fáciles de lavar. Debes de cambiarle el pañal frecuentemente ya que el contacto de la piel con la orina y heces fecales lesiona la piel.

Cuidados Del Pene

El pene del niño tiene una característica única: es su formación, simultánea de la capa de piel y el pene. La capa de piel que cubre el pene se llama prepucio y está adherida al glande ya que se formaron al mismo tiempo, ese espacio entre glande y prepucio usualmente con sinequias o adherencias que se van a ir liberando paulatinamente con las erecciones que tenga el niño. Además se descaman células que forman pequeños acúmulos de color blanquecinos que cuando aumentan de volumen despegan el prepucio.

No es recomendable hacer tracciones hacia atrás al prepucio, más que durante el aseo y si se despega es bueno, pero no hay indicación médica para hacerlo y la liberación del prepucio estará completa alrededor de inicio de la adolescencia. El aseo recomendable es solo con agua y jabón durante el baño sin hacer un tallado vigoroso ya que lastimaría los tejidos. Cuando el pene esta circuncidado el aseo es el mismo solo vigilando que el orificio por donde sale la orina este siempre amplio.

Genitales en la niña

Los genitales externos en la niña tienen una característica especial, desde el nacimiento pueden tener secreción mucosa la cual es en ocasiones abundante pero normal y se debe a respuesta a hormonas de la madre, rara vez hay salida de sangre por vagina en la primera semana de vida y también es normal pero ahora por privación hormonal.

Entre sus labios puede existir una secreción densa de color blanquecino también es normal y no necesitas removerla. La técnica para limpiar los genitales de tu niña es usando una borla de algodón, con agua aunque





puedes utilizar toallitas húmedas sin alcohol, ni perfume o preservativo, iniciando de adelante hacia atrás, para evitar llevar heces fecales a la vulva.

CamBIos hormonales Del BeBé

Puede haber crecimiento de las glándulas mamarias del bebé, inclusive hasta con salida de contenido líquido blanquecino. En la cara hay pequeñas ronchitas rojas ásperas de predominio en las mejillas y la frente le llamamos acné neonatal. Hay una línea morena en la parte baja del abdomen del bebé similar a la de la madre. Estas condiciones no necesitan medicamentos y desaparecen solas.

Otras manchas De la Piel

Hay unas lesiones en la piel del niño pequeño, de color morado como si fuera un moretón, se localiza usualmente en la parte baja de la espalda, o en alguna otra parte del cuerpo, se debe a acumulo de pigmento de la piel, le llamamos mancha mongólica. Otra lesión es de color rojo planas localizadas en párpados, labio superior, nuca o parte posterior del cuello, se llaman lesiones vasculares. Otras lesiones son como unas pequeñas ronchitas en cualquier parte de la piel, son fugaces, y parecen picaduras de insecto, todas son normales y desaparecerán con el paso del tiempo.

Aseo De la nariz y De las orejas

Se recomienda aseo nasal con solución salina cuando hay obstrucción y le impide respirar adecuadamente. Bastan unas gotas en fosas nasales para humedecer la nariz y despejarla, en ocasiones hay que utilizar una perilla o un saca mocos de estos hay hasta eléctricos para su uso doméstico. En las orejas hay salida de cerumen y no se recomienda tocarlo, solo limpiar el pabellón auricular durante el baño, recuerda nunca limpiar el canal auditivo menos con cotonetes, ya que podrás introducir más el cerumen y tapar el conducto auditivo.

Medicamentos en el BeBé

Tu pediatra te dirá que medicamentos puede tomar tu bebé en forma





segura, es importante que tengas la idea que no hay medicamentos para cada condición del bebé, medicina para el cólico, para el sueño, para que coma etc. Solo hay una vitamina D usualmente viene en combinación con A y C, se utiliza para prevenir raquitismo.

El sueño Del Bebé

Los papás quisieran que su hijo duerma toda la noche, en la etapa del recién nacido, esto no será posible ya que el bebé tiene lapsos de sueño de 16 a 20 hrs. al día, pero no todas al mismo tiempo. Duerme lapsos cortos y dormirá en la noche hasta después de los 3-5 meses, por lo que hay que comprender que el bebé puede estar despierto cuando yo tengo mucho sueño, y no hay medicinas que hagan que el bebé duerma cuando yo así lo quiero.

La cuna

La cuna artículo maravilloso para dejar al bebé en forma segura mientras duerme, debemos revisar algunas características que la hacen segura. Una de ellas es la pintura con la cual es recubierta y debe de ser libre de plomo ya que usualmente el bebé tiende a morderla e ingerir la pintura. La abertura de los barrotes no debe ser de menos de 9 cm para que su cabecita no quepa entre ellos. No debe usar cojín o almohada debajo de la cabeza ya que obstruye la vía aérea. Debes evitar sobre arrojarlo, no es seguro para el bebé.

El Baño

El baño de tu hijo no necesita ser diariamente. Pero si hay algunas consideraciones que debes conocer. Cuando lo bañes ten todo listo antes del baño, la temperatura de la habitación en 26°C, la del agua de la bañera de 38°C, usualmente una bañera de plástico fácil de lavar y de guardar, con un jabón neutro o de glicerina. Con un nivel de no mayor de 5 pulgadas, ya que si te pasa algo a ti y sueltas al bebé no sufrirá asfixia. Lo podrás asir firmemente del dorso y un brazo frotándolo suavemente con una esponja o una toalla de manos, enjuagándolo inmediatamente, y al sacarlo de la bañera usa una toalla para arrojarlo evitando que se enfríe o





se te caiga de tus manos.

El Cordón umbilical

El cordón umbilical está formado por vasos sanguíneos y un soporte de tejido como gelatina, el cual se corta al nacimiento dejando una pinza para evitar el sangrado. Al nacimiento solo se recomienda aseo con agua, solamente, aunque se puede aplicar alcohol de un grado de 70% para deshidratarlo, no se recomienda aplicación de tinturas, antibiótico en ungüento ni cubrirlo con pañal o con la ropa. Se caerá solo en una o dos semanas dejando salir un poco de sangre oscura.

Amor

El ultimo ingrediente del cuidado del Recién nacido es el amor de pareja el cual solo ustedes como padres podrán dar sin límites y que es tan necesario para el crecimiento adecuado de tu bebé.

Con la información que recibieron en estas líneas tendrán herramientas para entender mejor a su hijo y manejarlo apropiadamente, no duden en preguntar a su pediatra acerca de la información que ustedes deseen conocer.

CONSULTE SIEMPRE A SU PEDIATRA

