

Conociendo a Su Recién Nacido

El proceso del nacimiento es difícil tanto para el bebé como para la madre. Sin embargo, es completamente normal que el bebé se vea un poco deforme y, a menudo, es una buena señal si su bebé está llorando con fuerza.

Los recién nacidos suelen tener un pelo fino llamado lanugo en todo el cuerpo en el momento del nacimiento. Este pelo fino y corto se cae en unas semanas. Las erupciones, las manchas y las pequeñas manchas blancas que suelen aparecer en la nariz son típicas de los recién nacidos. La mayoría de estas desaparecerán sin ninguna intervención, pero su médico examinará a su hijo de cerca para asegurarse de que no haya problemas. Un bebé también tendrá un cordón umbilical sujeto que se secará y se caerá después de 10 a 21 días.

Saliendo del Hospital

Debe tener un asiento infantil para automóvil instalado correctamente antes de salir del hospital. Instale siempre los asientos para el automóvil de acuerdo con las instrucciones del fabricante. Asegúrese de que cada asiento sea adecuado para el peso, el tamaño y la edad de su hijo.

Las enfermeras vestirán a su recién nacido durante su estadía en el hospital. Usan mamelucos simples y una gorrita para ayudar a su bebé a regular la temperatura corporal. Puede elegir un atuendo para su viaje a casa, pero es aconsejable que sea simple.

Sueño del Recién Nacido

Los recién nacidos duermen de 16 a 17 horas al día. Si bien los bebés duermen gran parte de un período de 24 horas, es posible que solo duerman una o dos horas a la vez. No tienen un ciclo de sueño regular hasta que tienen alrededor de seis meses.

Llanto

El único método de comunicación que tiene un bebé es llorar. Cuando un niño menor de seis meses llora durante más de unos momentos, deberá responder. Utilizan el llanto para comunicar que tienen hambre, están mojados, incómodos o enfermos, tendrá que responder. No puede consentir a un niño a esta joven edad. Solo está ayudando a cuidar algo que ellos no pueden cuidar por sí mismos.

Unas Palabras Sobre el Cólico

Puede tener un momento en el que su precioso pequeño llorará y nada de lo que haga lo consolará. Cuando el llanto dura más de tres horas al día y no se conocen problemas de salud, se denomina cólico.

El cólico generalmente ocurre al final del día y cuando ha dormido menos. Por lo general, ocurre aproximadamente a la misma hora todos los días y se detiene después de que su bebé se agota. Es una buena idea consultar a su pediatra para descartar cualquier problema de salud. El cólico generalmente comienza cuando los bebés tienen alrededor de tres semanas y empeora entre las cuatro y seis semanas. El cólico generalmente mejora en tres o cuatro meses. Durante este tiempo, asegúrese de descansar mucho cuando pueda.

¿Cuál es el Cuidado de las Heces?

El color de las heces de su bebé a veces puede preocupar a los nuevos padres. El color de las heces depende a menudo de lo que come.

La primera deposición que expulsa un recién nacido es de color negro verdoso y es pegajosa. Se llama meconio. Los bebés amamantados tienen heces que son como mostaza de Dijon con pequeños trozos blancos. Las heces de Fórmulas son más amarillas o tostadas y de textura pastosa. En general, cualquier tono terroso en las heces es normal. Si las heces de su recién nacido son blancas, gris claro o rojas, llévelas al pediatra de inmediato.

Hambre del Recién Nacido

Lo único con lo que puede contar es que su bebé le avisará cuando tenga hambre. Durante las primeras semanas de vida, deberá ser alimentado tanto de día como de noche. Los bebés que son amamantados necesitan alimentarse con más frecuencia que los bebés que son alimentados con biberón.

Es posible que al principio se sienta confundida acerca de la frecuencia con la que debe alimentar a su bebé y la cantidad. Puede recibir consejos de familiares y amigos bien intencionados sobre los horarios de alimentación y sueño. Sin embargo, la mejor regla general es dejar que su bebé le diga cuando tiene hambre y luego alimentarlo. A esto se le llama "alimentación por demanda". Él le dará señales de que está listo para comer girando la cabeza hacia usted, chupándose los dedos o haciendo ruidos de succión. Si está amamantando, él puede "arraigar" su pecho. En última instancia, llorará si pierde sus primeras señales.

Generalmente, los recién nacidos pueden querer ser alimentados cada dos horas. Si está amamantando, su bebé puede tardar unos 15 minutos en cada pecho. Él le hará saber cuando haya terminado. Los bebés amamantados rara vez comen en exceso. Si lo está alimentando con biberón, él puede tomar alrededor de 2 a 3 onzas de fórmula en cada alimentación. Después de los primeros días de vida, un recién nacido debe mojar de cinco a seis pañales al día y ensuciar de dos a cinco pañales.

Cuidado con las Infecciones

Las infecciones son otra complicación común para los recién nacidos. Un bebé normalmente contrae una infección durante el parto o por proximidad con visitantes enfermos. Es importante estar atento a las infecciones alrededor del ombligo, los ojos y el prepucio circuncidado. Los signos de infecciones incluyen falta de apetito o aumento de peso, llanto débil o mayor irritabilidad.

Dedicar Tiempo a Su Bebé

Pasar tiempo con su bebé es un momento muy divertido para usted. Abrazarlo, acurrucarlo y explorar sus increíbles habilidades de recién nacido es muy agradable. Aproveche este tiempo para conocerlo. Busque las similitudes que podría compartir con usted u otros miembros de la familia. Este es un gran momento de descubrimientos.

El tiempo tranquilo que pasa con su bebé lo ayuda a sentirse amado y protegido. A esta temprana edad, tocarlo, abrazarlo y hablar con él es muy importante para ambos. Aprenderá a comprender sus necesidades y él aprenderá a comprender su entorno a través de usted. Nunca puede malcriarlo abrazándolo demasiado o pasando demasiado tiempo con él. Recuerde, la necesita. ¡Pronto se preguntará que hacía antes de que él llegara!

Referencias:

1. White-Traut, Rosemary, Llevar a su bebé a casa, Johnson & Johnson Pediatric Institute, L.L.C., 2000.; Una guía para padres primerizos/Cómo mirar a su recién nacido, Publicado por The Nemours Foundation, Revisado por by Elana Pearl Ben-Joseph, MD, Enero 2018. Accedido el 5/9/2018 en <http://kidshealth.org/en/parents/guide-parents.html>.

Toda la información en este folleto es solo para fines educativos. Para obtener consejos, diagnósticos y tratamientos médicos específicos, consulte a su médico.