

CUIDADOS DEL BEBE

- En el hospital
- Sobre la muerte súbita
- Cordón umbilical
- Dermatitis del pañal
- Dientes del bebe
- Llanto del bebe
- Cólicos del lactante
- Deposiciones del bebe
- Reflujo gastroesofágico
- Sueño del bebe

•

DESARROLLO DEL BEBE

- En el primer mes de vida
- Entre 2-4 meses
- Entre 5-7 meses
- Entre 8-12 meses

EN EL HOSPITAL

Van centrados en la familia cuando los bebés están ingresados, ya que conlleva unos beneficios:

- Padres y madres se sienten mejor y disminuye su ansiedad
- Mejora la calidad del vínculo afectivo con el niño
- Mejora la interacción con el niño
- Facilita la práctica del método canguro
- Mejora el grado de satisfacción de su experiencia en neonatos
- Ayuda a cuidar a su hijo tanto en el hospital como en casa , mejorando el ambiente familiar.

MUERTE SÚBITA

La muerte súbita , es la muerte repentina e inexplicable de un niño menor de un año

PREVENCIÓN

- Acostar el niño boca arriba
- La cuna debe estar en la habitación de los padres
- Cuna: el colchón firme, evitar sábanas y edredones sueltos
- Mantener un estilo de vida saludable
- Dar L.M exclusiva en los primeros 6 meses
- No abrigar demasiado
- Compartir esta información con todos los cuidadores
- Uso del chupete

CUIDADOS DEL CORDÓN

El cordón umbilical es la estructura que une la madre con el bebe.

El cordón se cuida desde el momento del nacimiento

Hasta que el cordón cicatriza, los gérmenes habituales de la piel pueden provocar una infección

COMO REALIZAR LA HIGIENE

- En los países desarrollados solo es necesario curas con agua y jabón y secarlo bien después.
- Los antisépticos locales solo se aconsejan en el caso que el proceso de cicatrización no vaya bien

SIGNOS DE ALARMA

- Enrojecimiento o inflamación
- Cordón húmedo con secreción amarilla y maloliente
- Sangrado a nivel del cordón
- Retraso en la caída del cordón después de 15 días

DERMATITIS DEL PAÑAL

Es una inflamación de la zona de la piel cubierta habitualmente por el pañal, suele respetar pliegues

La piel esta enrojecida, sensible al tacto y en ocasiones puede haber heridas

Aparece en el primer año de vida con pieles sensibles y es de comienzo rápido

CAUSAS

- Contacto con sustancias irritantes
- Favorecen la inflamación
 - Componentes del pañal
 - Toallitas de limpieza
 - Roce del pañal con la piel
 - Limpieza excesiva
 - Uso de antibióticos que favorecen la colonización por hongos

TRATAMIENTO

- LEVE:
 - Cambios de pañal
 - Limpieza con agua templada y jabón suave
 - Leche materna?

TRATAMIENTO

- MODERADA:

- añadir a todo lo anterior cremas barreras(cuánto más pastosa más barrera)

- tipos : pasta al agua, ungüento o con sulfato de Zinc

TRATAMIENTO

- GRAVE:
 - asociar cremas de corticoides a todo lo anterior
 - los polvos de talco se desaconsejan porque se mete en las heridas y produce rechazo
 - se puede secar la dermatitis si esta muy húmeda con eosina acuosa

PREVENCIÓN

- Cambios frecuentes de pañal cada 2 horas
- Usar toallitas con pocos aditivos(mejor con agua y jabón y secar la zona)
- Evitar frotar fuerte y exceso de jabón
- Dejar durante periodos cortos al bebe sin pañal
- No hay evidencia de que unos pañales sean mejor que otros

DIENTES

Hay que prevenir la caries desde que salen los primeros dientes .

Los dientes sanos son **SALUD**

PREVENCIÓN

- Empieza en el embarazo, evitando las caries
- No compartir utensilios con el niño como vasos , cucharas y cepillos de dientes
- No limpiar el chupete con la boca del adulto
- Evitar azúcares
- No dejar dormir nunca al niño con un biberón o líquido azucarado
- Evitar las tomas de L.M. nocturnas prolongadas y continuas
- Cepillado de dientes 2 veces al día
- Crear buenos hábitos de alimentación comiendo frutas , verduras, pan con corteza..

LLANTO

Es la manera de comunicarse del bebe
aumenta en las primeras semanas y después
disminuye sobre las doce semanas

El llanto prolongado es algo que suele generar
preocupaciones y ansiedad en los padres

QUE HACER CUANDO LLORA

- Ver si tiene hambre o el pañal mojado, si esta incómodo o que no le apriete la ropa
- Comprobar los dedos o genitales que no tenga ningún hilito o pelo enrollado

COMO CALMARLO

- Ponerle el chupete
- Coger el bebe en brazos conectando piel con piel
- Acunarlo
- Masaje abdominal suave
- Mimizar los estímulos, habitación tranquila y luz tenue
- Llevar al bebe de paseo en el carrito, coche o mochila
- Si el cuidador esta agotado, pedirle otro familiar que lo calme
- No agitar o zarandear al bebe

CUANDO CONSULTAR

- Llanto más otros síntomas:
 - fiebre
 - rechazo de las tomas
 - vómitos
 - sangre en heces
 - erupción en la piel

ESPASMOS DEL SOLLOZO

- Ocurre entre los 6 meses y 5 años y son **BENIGNOS**
- Son episodios desencadenados por un enfado, una regañina, un susto o emoción importante, en el que el niño deja de respirar bruscamente
- No se sabe la causa, aunque son más propensos los hijos de los padres que han tenido espasmos
- El espasmo típico es lloran, dejan de respirar, comienza a ponerse morado y rígido y si dura más de 15 seg pueden producirse como convulsiones y finalmente vuelven a llorar o pierden la consciencia brevemente
- Otro tipo de espasmo es el que ocurre tras un susto y sobresalto que se quedan pálidos

QUE SE PUEDE HACER

- Lo primero mantener la calma
- No zarandear, gritar ni golpear al niño
- No realizar boca-boca, ni maniobras de reanimación

CUANDO CONSULTAR?

Sobre todo en el primer episodio y no se esta seguro si es un espasmo del sollozo o son muy repetitivas

Son **BENIGNAS** por lo cual no tienen ningún tipo de secuela ni consecuencia

COMO PREVENIR

No se pueden prevenir. Igual que vienen se van

Es importante seguir corrigiendo el comportamiento del niño a pesar de los espasmos

CÓLICOS DEL LACTANTE

Episodios recurrentes y prolongados de llanto intenso o irritabilidad que suceden sin causa aparente y que los cuidadores no son capaces de resolver

Es frecuente, uno de cada 5 niños lo padecen y aparece sobre los 15 días siendo el pico máximo al mes y medio y dura hasta los 4 meses de edad.

CAUSAS DEL CÓLICO

- No se conocen bien.
- Por una parte están los factores psicológicos y sociales
- Causas digestivas, como inmadurez del apto digestivo, alteraciones en la flora bacteriana o intolerancia o alergia a las proteínas de vacuno

SÍNTOMAS

Ataque de llanto más frecuente de cara a la tarde -noche que puede durar minutos e incluso horas

Suele acompañarse de encogimiento de piernas sobre el abdomen y cierre de los puños y enrojecimiento de cara por el esfuerzo

Cuando cesa el llanto el niño esta normal

QUE PUEDO HACER

- No existen remedios universales
- Es un trastorno benigno, no deja secuelas y desaparece con el tiempo , alrededor de 4 meses
- Control de tomas
- Los medicamentos son de dudosa eficacia

SUEÑO DEL BEBE

Consta de unos patrones y la mayoría desarrollan un patrón normal sin ninguna clase de ayuda, al igual de caminar, control de esfínteres.

Los lactados a pecho tardan más en establecer un patrón de sueño prolongado por la noche.

El patrón de sueño con interrupciones es normal en el modelo natural de desarrollo del ser humano

CUANDO SE DESPIERTA

Si llora : calmarlo en brazos con gestos tranquilos y devolverlo a la cuna

Siempre se debe atender el llanto del bebe

Es importante que el bebe se despierte para comer, así asocia comida con vigilia

RUTINA DEL SUEÑO

- Antes de dormir rutina relajante
- Debe aprender a dormirse solo, puede estar 20-30 min
- Evitar tomas nocturnas divertidas
- Intentar hacer los mismos horarios de sueño
- El llanto no es igual a hambre

FASES DEL SUEÑO

- **NO REM:** el cuerpo descansa físicamente
 - Fase I , sueño ligero que dura poco
 - fase II, de mayor duración , permite al cuerpo descansar y conservar energía
 - Fase III, sueño profundo. Difícil que se despierte, aparecen los terrores nocturnos y sonambulismo
- **REM:** fase de rápido movimiento de ojos. Aquí aparecen las pesadillas y sueños

FASES DEL SUEÑO SEGÚN LAS EDADES

- **RN** , duerme más tiempo, con breves despertares
- **3-6 m** , se regula los mecanismos de melatonina, cortisol y T^a. Tarda menos en quedarse dormido y la fase REM es más larga
- **6-12m**, aparece el sentimiento de extrañeza, echa de menos a sus padres .necesita a alguien o algún peluche para asociar sueño
- **12-24m** ,el niño duerme entre 14-15 horas divididas entre siesta y sueño nocturno, la fase REM va disminuyendo
- **2-5 años**,duerme 11 horas, a partir de los 3 años los despertares nocturnos son menos frecuentes
- **Mayores de 5 años** ,las fases del sueño son iguales que la de los adultos

CARACTERÍSTICAS DE LA CUNA

- La cuna debe ser amplia y confortable
- No situarla debajo de cuadros , ni estanterías
- Alejada de fuentes de calor o frío
- La cuna tiene que tener una altura interior de 60 cm y barrotes con separación de 4,5-6 mm
- Colchón duro, resistente y transpirable
- Hasta los 2 años no se aconseja almohada por riesgo de asfixia, primero empezaremos con una plana

DEPOSICIONES DEL BEBE

Al nacer el bebe en los primeros días expulsa el meconio (cacas como alquitrán)

Al 3-4º día las cacas se hacen más verdosas hasta que son cacas normales

Entendemos por caca normales , menos frecuentes , más duras como una pasta y de colores tanto marrones , verdes o amarillas

QUE HACER SI NO HACE CACA

Si el niño se encuentra bien, gana peso correctamente y las cacas son normales , **NO HACER NADA**

CUANDO CONSULTAR AL PEDIATRA

- No expulsa el meconio en las 1ª 24 horas de vida
- En las dos primeras semanas de vida y alimentado exclusivamente con L.M. no hace caca todos los días
- Si son duras o secas y al bebe les cuesta expulsarlas
- Si las cacas son blanco-grisaceas y la piel del bebe esta amarilla
- Si las cacas tienen sangre

REFLUJO GASTROESOFÁGICO

Es la vuelta al contenido del estómago , al esófago y sube a la boca sin molestias para el bebe

Suele ser frecuente después de las tomas y cuando esta acostado

No afecta a la ganancia de peso

Las digestiones son más lentas por lo que pueden vomitar lo que han comido hace unas horas

A partir de 6-7 meses al comer más sólido y estar más tiempo sentado los vómitos disminuyen

No precisa tratamiento

DESARROLLO DEL BEBE DE 1 MES

Los RN suelen ser bastante ruidosos, llora, gruñe, estornuda, tienen hipo y suspiran

Tienen unos reflejos normales como el Moro y prensión (que parece ser que son reflejos de autoprotección) y succión

El RN ve pero no enfoca, ni entiende lo que ve y es normal que hasta los 6 meses pongan los ojos bizcos

Los RN se socializan estando en brazos y reaccionando ante la voz humana

DESARROLLO BEBE 2-4 MESES

- **Desarrollo motor:**
 - ya es capaz de levantar la cabeza boca abajo
 - sobre los 3-4 m se pone el puño en la boca, proceso madurativo
 - a los 4 meses coge objetos con una mano
- **Visión:** ya es capaz de seguir objetos y sobre los 4 meses sonríe a su propia imagen en el espejo
- **Socialización:**sonríe cada vez mas e incluso a los 4 m a carcajadas. Les gusta escuchar voces familiares y es capaz de emitir sus propios gorgoros

DESARROLLO DE 5-7 MESES

- **Actitud motora:**
 - el bebe es capaz de girarse a los dos ladoso darse la vuelta
 - es capaz de alcanzar objetos, agarrarlos con las 2 manos y llevarselos a la boca
 - se mantienen sentados
- **Visión:** ya ven colores y tienen percepción de profundidad y por eso pueden coger objetos
- **Social:**
 - los padres ya interaccionan con el bebe,
 - sobre los 7 meses tienen mucha comunicación no verbal y expresa sus emociones y reconoce las nuestras
 - ya entienden la palabra no

DESARROLLO DE 8-12 MESES

- **Actividad motora:**
 - se sientan con apoyo y con la espalda recta
 - 8 meses se sostienen sobre manos y rodillas, inicio de gateo
 - se ponen de pie con apoyo
- **Desarrollo cognitivo:**
 - juega con varios juguetes
 - suelen buscar objetos que no están
 - no saben hacer la pinza
- **Socialización:**
 - les gusta jugar al juego de cu-cu y tirando objetos al suelo
 - aparece la angustia por separación
 - los niños que dormían bien empiezan a despertarse por la noche y llorar porque los padres no están
 - también empiezan los deseos de independencia y las rabietas
- **Comunicación:** reconoce su nombre, ya dice las primeras palabras