

TU *Bienestar*
NOS MUEVE

Clínica 
El Rosario
Amor que Acompaña y Servicio que Alivia



Cuidados básicos del recién nacido
prematuro o de bajo peso



Versión:2
Publicación:
2021-09-30
Código:
MOP-PCU-GI-140

- Cuidados canguro _____ 1
- Baño _____ 2
- Cuidado del ombligo _____ 3
- Deposiciones _____ 4
- Lactancia materna _____ 5
- Vitamina D _____ 6
- Vacunas _____ 7
- Exámenes del recién nacido _____ 8
- Revisión por pediatra en plan canguro _____ 9
- Prevención de muerte súbita y sueño seguro _____ 10
- Prevención de infecciones-Ambiente adecuado en casa__ 11
- Signos de alarma para consulta inmediata a urgencias__ 12

Cuidados canguro:

El método canguro consiste en mantener todo el tiempo al recién nacido prematuro o de bajo peso contra el pecho de la mamá, papá o cuidador de la misma manera en que los canguros cargan sus crías para terminar el proceso de desarrollo, además de ser una fuente humana de calor permite que se proporcione amor, compañía y protección.

Beneficios del método canguro:

-La posición canguro le ayuda al bebé a regular la respiración y la temperatura, reducir el estrés y tolerar mejor el dolor. El bebé se adapta mejor al medio y a los estímulos externos.

-Otras ventajas son: disminuye la hospitalización prolongada, favorece el alta oportuna, disminuye el riesgo de infecciones y complicaciones hospitalarias.

Los beneficios para padres y cuidadores son:

-Permite establecer de forma temprana el vínculo físico y emocional con su hijo.

-Les permite como familia involucrarse activamente en el cuidado y sentirse partícipes de la recuperación de su bebé.

-Le facilita a la madre la lactancia materna.



Técnica posición canguro:

-Ponle al bebé pañal, gorro y medias mientras está en posición canguro.

-Adopta una posición cómoda para cangurear, sentado o semisentado, evitar cadenas, el uso de perfume o cremas, tener ropa cómoda.

-Colocarse la faja para cangurear, ésta le permite mayor movilidad mientras cangurea.

-Ubica al bebé en posición vertical entre la faja y los senos de su madre o el pecho de su padre o cuidador, en contacto directo piel a piel con la cabeza girada hacia un lado, los brazos extendidos sobre los pechos y las caderas separadas en posición de rana.

-Puedes dar lactancia materna conservando la posición canguro.

-Saca el bebé de la posición canguro por cortos períodos de tiempo, sólo para el cambio de pañal o para cambio de persona para cangureo.

¿Por cuánto tiempo?

El tiempo lo determina el bebé. Generalmente ocurre cuando se acerca al peso de 2500 gramos. Se debe suspender la técnica canguro si observa que se deteriora la salud del bebe y consultar.



Baño:

-En el recién nacido con bajo peso no se recomienda el baño sumergido en el agua hasta que pese más de 2500 gramos o según recomendación de su pediatra. Debe realizarse un aseo corto con esponja humedecida y secado.

-Prepara todo lo requerido antes de iniciar el baño: jabón neutro (no antiséptico), champú suave, agua tibia, algodones, toalla, crema anti-pañalitis, pañal, ropa, peine.

-Inicia con baño de esponja, pues el baño de inmersión en el agua se pospone hasta que recupere peso y después de la caída del muñón umbilical

-Aprovecha el contacto con el bebé para sonreírle, hablarle, realizarle masajes suaves en la espalda, brazos y piernas. Debes mantener en TODO momento el contacto con el bebé para evitar caídas, no lo dejes solo en ningún momento.

Procedimientos:

- El baño se realiza desde la cabeza hacia los pies.
- Empieza limpiando los ojos con un algodón húmedo, del ángulo interno (cerca de la nariz) hacia afuera. Utiliza un algodón para cada ojo. Si tiene secreción en un ojo inicia por el que está limpio.
- Limpia internamente los orificios nasales con algodones húmedos y luego el resto de la cara.

Continúa con otro algodón limpiando las orejas solo en la parte externa

•Toma un poco de jabón neutro o champú suave y mediante ligeros movimientos circulares aplica en el cuero cabelludo, luego enjuaga y continúa con el cuello, axilas, brazos, manos, pecho, abdomen (sin mojar el ombligo) y espalda.

•Descubre el pañal y enjabona los genitales de adelante hacia atrás

•Enjuaga y continúa con los pliegues inguinales, caderas, muslos, piernas, pies.

•Seca al bebé muy bien, con pequeños toques de la toalla, especialmente en los pliegues y en los espacios entre los dedos.

•Viste, peina y deja cómodo en una posición segura.

Colócalo boca arriba

•Límpiale la boca: limpia suavemente la boca dos veces al día con un cepillo para recién nacido (que te colocas en el dedo índice) o con un paño limpio húmedo con agua hervida fría SIN crema dental. Empieza por las encías, luego los carrillos y finalmente la lengua.

•Cuidado de las uñas: no se recomienda cortarlas en los primeros días, si están muy largas puedes limar suavemente sosteniendo la base de la uña para evitar lesiones.



Cuidados con el ombligo

- ★ El ombligo es un tejido sin nervios por lo cual no duele. Se cae en un periodo de 5 a 15 días
- ★ Se recomienda manejo “seco” del muñón umbilical, esto es mantenerlo limpio y seco hasta que se momifique y caiga.
- ★ Luego del baño limpia con algodón seco o copito, pasándolo del centro hacia afuera, en la zona donde se une la piel con el cordón umbilical, por tres veces, con diferentes algodones o copitos.

Deposiciones:

La frecuencia de las deposiciones es variable, pueden presentarse luego de cada alimentación o demorarse varios días, siempre y cuando el bebé no se vea molesto o incómodo, ya haya presentado la primera deposición (meconio) y se siga alimentando normalmente. La consistencia puede variar; suelen ser blandas o semilíquidas cuando recibe sólo leche materna. También puede ser semiduras con más frecuencia en aquellos que se alimentan con leche de fórmula (de tarro).

La deposición en las primeras semanas no debe ser dura, no debe contener sangre, ni debe ser de color blanco; si esto sucede, debes consultar al pediatra. Generalmente los bebés hacen fuerza o pujan para hacer deposición y esto es normal.

El bebé se debe mantener limpio y seco, revise frecuentemente el pañal y cambie tantas veces como sea necesario, esto evita irritaciones. Limpie los genitales de adelante para atrás.



Lactancia materna:

Se recomienda la lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses de vida del recién nacido, ya que satisface los requerimientos nutricionales durante esta etapa. Ver Guía de lactancia materna.

NOTA: en algunos casos el pediatra o en la consulta de seguimiento del plan canguro se le recomienda a la madre ofrecer al bebé, adicional a la leche materna, algunas tomas de leche de fórmula especial para bebés prematuros o de bajo peso. Revisa muy bien la forma de preparación de esta leche, lava tus manos y asegúrate de usar sólo implementos limpios o estériles.

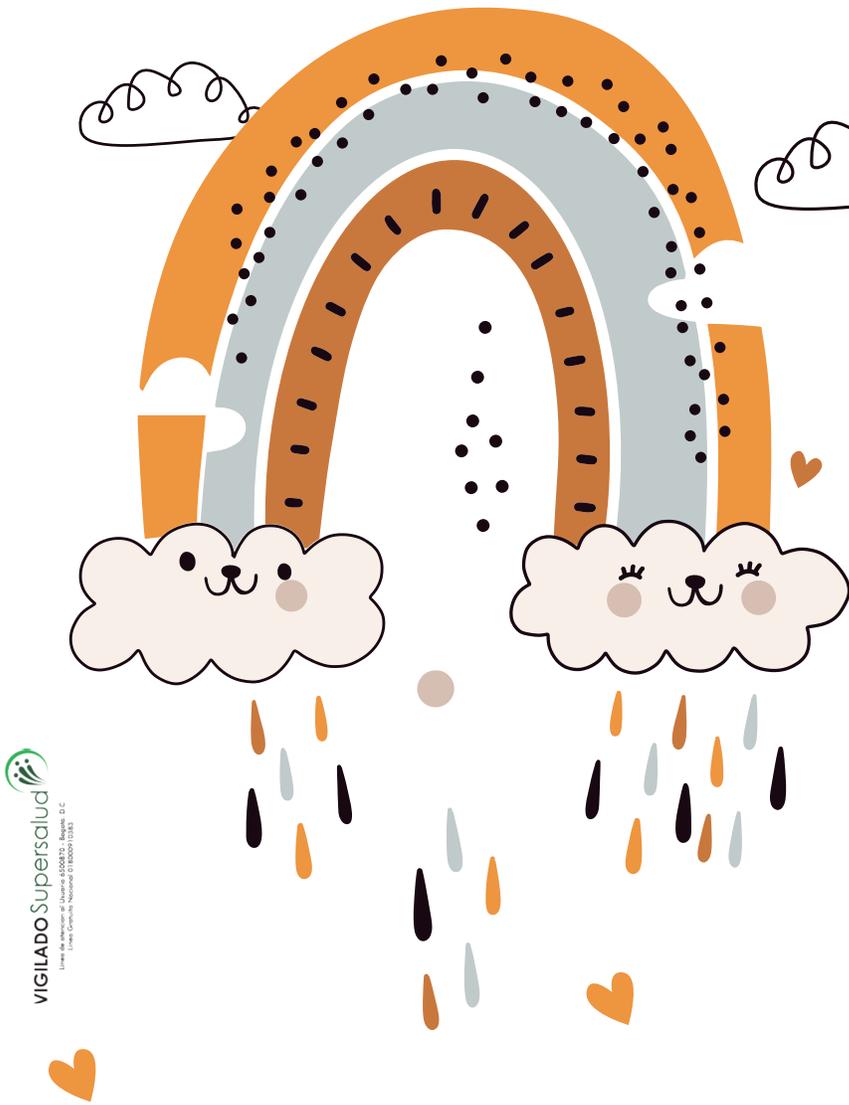
VITAMINA D:

El pediatra le recomendará dar al bebé vitamina D oral 400 U diarias, ya que la exposición al sol de manera directa no está recomendada por las guías actuales del recién nacido. No se recomienda exponer al sol a los bebés prematuros porque su piel es muy delicada y pueden insolarse o por el contrario enfriarse fácilmente.

Vacunas:

Al recién nacido se le aplica la primera dosis de vacuna para hepatitis B y una dosis única de vacuna BCG (para la tuberculosis). Algunos bebés de bajo peso no reciben la vacuna de BCG, te informarán al momento del egreso si aún no ha sido vacunado y esta se le aplicará en la visita de seguimiento del plan canguro. Al momento del alta se le entrega a la familia el carné con registro de estas primeras vacunas y te indicarán cuándo debes continuar con el esquema.

Algunos bebés prematuros o con enfermedades respiratorias pueden recibir una vacuna llamada Palivizumab, que los protege contra el virus sincitial respiratorio. En el plan canguro te asesoran para continuar la aplicación de este producto en caso necesario.



Nota: Algunos bebés prematuros requieren repetir la TSH a las 2 semanas, pregunta en la consulta de seguimiento si este es tu caso.

También le ordenarán realizar al recién nacido tamizaje auditivo o potenciales evocados durante el primer mes.

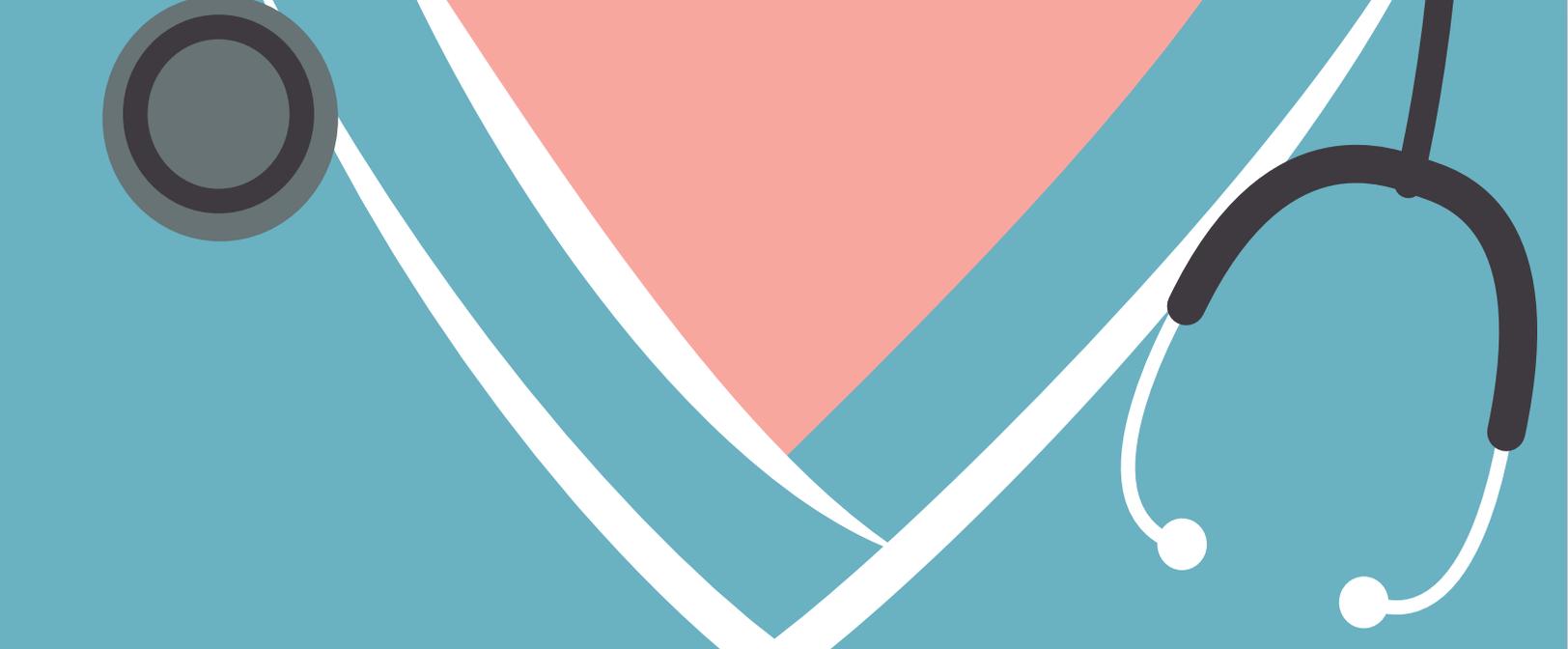
Al egresar de la institución le darán indicaciones para su realización al igual si requiere otros exámenes por su condición de prematurez.

Exámenes del recién nacido:

A todos los recién nacidos al nacer se les toma muestra del cordón umbilical para la Hormona Estimulante de la Tiroides (TSH), este examen ayuda a descartar que el bebé padezca hipotiroidismo congénito. El resultado se reclama en el laboratorio de 3 a 5 días luego del nacimiento. Si éste sale alterado, se debe repetir tomando muestra sanguínea al bebé. Es importante hacer revisar el resultado de su pediatra. Si la muestra no fue tomada por alguna razón, previo al alta te deben entregar una orden para realizarlo entre el 3er y el 7mo día de vida.

Revisión por pediatra

Los bebés prematuros o de bajo peso al nacer deben ser evaluados entre las 24 y 72 horas del egreso en consulta de pediatría de alto riesgo, con su asegurador, donde continuará y harán seguimiento al plan canguro. Es indispensable asistir a este seguimiento, porque allí se identifican riesgos para el bebé que se pueden intervenir precozmente; además, te asesorarán sobre el momento de ingresar al programa de crecimiento y desarrollo de tu asegurador.

A stylized graphic at the top of the page features a baby's head in profile, rendered in white and light blue, with a red triangular shape representing the ear area. To the right, a black stethoscope is depicted, with its chest piece and earbuds visible. The background is a solid teal color.

Prevención de muerte súbita del lactante

Cuando ya no esté en posición canguro están son las recomendaciones para el SUENO SEGURO, lo que reduce el riesgo de muerte súbita del lactante.

- Acuesta al bebé siempre boca arriba.
- Retira todos los elementos del lugar donde duerme (juguetes, almohadas, peluches, etc.)
- Deja la cara del bebé descubierta.
- No lo abrigues excesivamente. Ponle un mameluco cómodo y si se requiere, una cobija suave o bolsa de dormir. Deja los brazos descubiertos por fuera de la cobija.
- Evita fumadores dentro de casa.
- Lo ideal es que el bebé duerma en un espacio cerca de los padres pero separado de ellos para evitar accidentes durante el sueño.

Prevención de infecciones:

- Mantén estricta higiene de manos. Lava frecuentemente tus manos con agua y jabón. Usa alcohol glicerinado cuando no tengas acceso al lavado de manos.
 - Evita el contacto del bebé con personas que padezcan gripa o síntomas respiratorios como tos, estornudos, congestión nasal, dolor de garganta o fiebre.
 - Si alguien del círculo cercano al bebé tiene síntomas respiratorios, debe usar permanentemente un tapabocas adecuado que cubra nariz y boca y debe mantener estricta higiene de manos y no acercarse
 - Si es la madre quien padece síntomas de infección respiratoria, se recomienda mantener la lactancia materna con una estricta higiene de manos antes y después de lactar, así como usar permanentemente tapabocas
-
- En las primeras semanas no se recomienda recibir visitas ni sacar al recién nacido a lugares concurridos si no es necesario. Así se reduce el riesgo de contagio de enfermedades.

Ambiente adecuado en casa:

- ★ El ambiente debe permanecer muy limpio, libre de polvo, la habitación debe estar a una temperatura adecuada, entre 24 a 26°C, evitar corrientes de aire, emplear ropa de algodón.
- ★ Es importante que el recién nacido prematuro no sea expuesto al frío, pero tampoco se debe sobrecalentar con calentadores, cobijas térmica.
- ★ Los bebés prematuros son muy sensibles al ruido ambiental, procure mantener muy bajos los niveles de ruido en el ambiente donde vive el bebé.



Signos o motivos de alarma para consultar inmediatamente a urgencias:

- ★ La fiebre en el menor de 3 meses es un signo de peligro (temperatura mayor de 37.5°C) ó si está frío y no calienta al ser abrigado (temperatura menor de 36°C).
- ★ Tiene dificultad para respirar la cual se puede evidenciar porque se le hundén las costillas, abre las fosas nasales al respirar, respira muy rápido, se observa con coloración morada o azul en labios y alrededor de la boca o está haciendo pausas respiratorias.
- ★ El recién nacido no puede beber o tomar del seno, rechaza la alimentación.
- ★ Permanece muy dormido, no se logra despertar estimulándolo y desvestiéndolo.
- ★ Tiene ictericia (coloración amarilla) de las escleras (parte blanca de los ojos), las mucosas (lengua y encías), las palmas o las plantas, o se ve muy amarillo.
- ★ Presenta sangre en las deposiciones, si son de color blanco ó vomita todo lo que se come.
- ★ Si el muñón umbilical se pone rojo, tiene secreción y fetidez.

