

Consejos para una buena lactancia artificial y un buen cuidado del bebé

Lactancia

- Cuando vaya a dar el biberón procure estar relajada en posición cómoda y a ser posible en un ambiente tranquilo.
- Antes de darle el biberón, tiene que comprobar que la temperatura de la leche sea la adecuada, tirando unas gotas en la muñeca.
- Es importante procurar que la tetina siempre quede llena de leche, a fin de evitar que el bebé trague aire.
- Después de cada toma incorpore al bebé para que pueda eructar y expulsar el aire que haya podido tragar.
- Después de cada toma debe comprobar que el pañal esté limpio, aunque no siempre hará deposición.
- Cuando el recién nacido toma lactancia artificial se considera normal que haga una sola deposición al día, de consistencia y color variable.
- Hasta que su pediatra no le indique lo contrario tiene que dar a su bebé un biberón cada 3 horas y si es posible respetar el sueño nocturno

Preparación y esterilización de los biberones

- Para preparar los biberones tiene que hervir agua del grifo durante unos diez minutos.
- Primero tiene que poner la cantidad adecuada de agua y después añadir las medidas correspondientes de leche en polvo.
- Debe calcular que para 30cc de agua hervida debe poner una medida rasa de las que ya vienen en el pote de leche, para 60cc de agua, tendrá que poner 2 medidas, si su bebé tiene que tomar 50cc tendrá de preparar 60cc i tirar 10cc.

- Una vez, han sido utilizados los biberones hay que lavarlos y una vez al día ponerlos a hervir 10 minutos en agua para que queden esterilizados.

Cuidado umbilical

- Limpiar el cordón umbilical una vez al día, con agua y jabón.
- No cubrir la zona del ombligo con gasas ni con el pañal.
- Normalmente tarda entre 5 y 15 días en secarse, adquiere un color negro y cae por sí solo.
- Controlar que la zona no se inflame, esté enrojecida, desprenda un olor desagradable o secreción purulenta, que el bebé presente fiebre. En estos casos, se debe solicitar atención médica.

Baño del bebé

- Hasta que el ombligo no haya cicatrizado por completo, tiene que hacer la higiene corporal del bebé sin baño.
- Si necesita jabón debe ser neutro.
- Bañar al bebé por primera vez 2 o 3 días después de la caída del cordón umbilical, siempre que el ombligo esté cicatrizado.
- Debe utilizar una bañera expresamente diseñada para niños pequeños. No dejar NUNCA al bebé solo.
- Procurar que el agua esté a una temperatura: entre **36 ° - 38 ° C**. La temperatura de la habitación donde se baña el bebé debe estar a unos **25 ° - 27 ° C**, sin corrientes de aire.
- A la hora de secar, debe controlar especialmente las zonas del cuerpo con pliegues, que no acumulen humedades.

Paseo del bebé

- El aumento constante de peso es la señal más fiable que el bebé está alimentado correctamente. La mayoría de bebés

recuperan el peso del nacimiento al cabo de una o dos semanas.

- Por ello, sería conveniente pesar al bebé una vez a la semana para controlar su peso.
- Para que el peso sea fiable, procurar pesar al bebé a la misma hora, con la misma ropa y la misma balanza.

Descanso del bebé

- Poner el niño en posición supina (boca arriba).

Paseo

- Es conveniente salir cada día de paseo preferiblemente en las horas de menos frío, en invierno, o de menos calor, en verano.
- Evitar que le toque el sol directamente.
- Evitar llevar al bebé a espacios cerrados y con humo.

Enfermedad

- Evitar la proximidad de personas que sufren enfermedades contagiosas.
- Es esencial el **lavado de manos** antes de tocar al bebé.
- A veces, los bebés pueden tener dolor de estómago por los cólicos propios de los lactantes. Cuando aparece el cólico hay que mantener la calma, tratando de masajear la barriga del bebé en el sentido de las agujas del reloj antes de la toma o realizar cambios posturales donde el bebé se sienta más confortable. Es necesario que el /la pediatra descarte la existencia de ninguna enfermedad.

Primera visita al/a la pediatra o a la enfermera de pediatría

- El/la pediatra o el/ la enfermera/o debe visitar a su bebé a las 72 horas después del alta. Antes llame para pedir hora de visita en su CAP (Centro de Asistencia Primaria).

- * El/la pediatra o el/ la enfermera/o debe visitar a su bebé a las 72 horas después del alta. Antes llame para pedir hora de visita en su CAP (Centro de Asistencia Primaria).