

Los primeros días de un Recién Nacido

Llegar a casa con un Recién Nacido puede provocar, además de una inmensa felicidad, algo de ansiedad e inseguridad. Es normal y frecuente que un Recién Nacido llore y a veces pareciera difícil interpretarlo. Resulta fundamental confiar en nuestra intuición y sentido común, apoyarse en las personas cercanas sabiendo que pueden recurrir a la consulta médica si hiciera falta. En la primera semana, **un recién nacido se comporta a veces distinto a lo que pensábamos** y, así como nos saca sonrisas, nos genera dudas.

A continuación, les contaremos **comportamientos y situaciones** que pueden ayudarlos a estar más tranquilos.

- 1- **TEMPERATURA DEL BEBE:** El Recién Nacido no regula bien la temperatura, por eso sus manos y sus pies muchas veces pueden estar fríos. Se lo debe abrigar un poco más de lo que están sus padres. El ambiente debe estar ventilado y con temperaturas agradables.
- 2- **EI RECIEN NACIDO “TIEMBLA, SE ASUSTA y ESTORNUDA”,** abre sus manos y se sobresalta ante sonidos y movimientos. Los estornudos no tienen el significado habitual que nosotros le damos, es una manera de eliminar algo que le molesta.
- 3- **EL CORDÓN:** Puede tardar en caerse hasta 20 días (cuanto más grueso, más días) y puede mostrar algo de sangre cuando se está secando. Se lo sigue limpiando en la base con alcohol de 2 a 3 veces al día. Si no tenemos alcohol al 70%, se lo hace con alcohol común.
- 4- **GRANITOS:** Se llama Eritema Neonatal. Muchas veces parece una picadura, con base roja, y, otras, puntitos blancos. Cambian de lugar. No pican y tampoco es alergia. Desaparecen con los días.
- 5- **UÑAS:** Son largas, quebradizas y no se cortan, pero sí se deben limar.
- 6- **DORMIR:** Deben dormir “boca arriba”, con un colchón firme y sus brazos libres. Es importante aclarar que no tienen riesgo de ahogarse.
- 7- **LLORA DE NOCHE:** Durante la primera semana, es muy frecuente que el bebé llore de noche. Replica, por un lado, comportamientos y patrones intrauterinos y, por otro lado, es su manera de responder y “solicitar” la prendida al pecho. Además, este ciclo y la libre demanda promueven la producción de calostro y leche.

La bajada de leche en la madre sucede generalmente después del cuarto día. La naturaleza se hace cargo durante la primera semana de despertar al bebé y, así, aumentar y estimular la producción. Hasta que esta bajada de leche suceda, el pecho debe ser ofrecido a libre demanda, sin restricciones, sin horarios y permaneciendo siempre alertas a que debería despertárselo si no lo hace cada aproximadamente tres horas. De esta manera, tendría que prenderse de 8 a 12 veces por día durante la primera semana de vida.

- 8- **CATARSIS/DEPOSICIONES:** El Recién Nacido tiene de 2 a 8 deposiciones por día. Al comienzo son casi negras, luego verdes, para después ser de color mostaza (además de explosivas) tipo diarreicas, como si tuvieran semillitas. Esto no implica que estén enfermos, ni descompuestos, como tampoco depende de la comida de la madre. Estas deposiciones son normales en el primer mes de vida.

- 9- **EI BAÑO:** El bebé se puede bañar, así se hizo cuando permanecía en el Hospital. Esto se debe hacer con precaución sin dejar el cordón umbilical más de 1 o 2 min debajo del agua (y posteriormente pasarle alcohol) a temperatura agradable cercana a los 37° (se puede medir con el codo) y usando jabón neutro.
- 10- **MI BEBÉ SE ESTA PELANDO:** Suele suceder en la primera semana. Para hidratarlo, colocar Óleo calcáreo (no se aconsejan otras cremas).
- 11- **OJOS:** Si hay lagañas, lo que al principio puede ser habitual porque los conductos lagrimales no siempre funcionan bien ni limpian el ojo como debieran, solo se debe limpiar con agua. **NARIZ Y OÍDOS:** El bebé a veces ronca, son secreciones móviles que ocurren muchas veces después de alimentarse y con el sueño profundo. Ya va a estornudar y sacarlas.
- 12- **LIMPIEZA ZONA PAÑAL:** Hacerlo con óleo calcáreo **desde los genitales hasta el ano**. De arriba hacia abajo, para que las heces no vayan hacia los genitales. No usar agua o toallitas embebidas en solución acuosa. Si se irrita, se puede colocar algún aceite para bebés o aceite comestible.
- 13- **CÓMO LAVAR LA ROPA DEL RECIÉN NACIDO:** Para evitar posibles reacciones, es recomendable lavar la ropa del bebé por separado con jabón blanco.

COVID-19: Información para familias con Recién Nacidos

La infección o enfermedad por COVID-19 es la patología infecciosa causada por el nuevo coronavirus. Antes de que estallara el brote en China en el 2019, tanto el virus como la enfermedad eran desconocidos.

Por esta razón, aún se desconocen muchos aspectos acerca del comportamiento del virus y sus efectos en las diferentes etapas de la vida, y nos encontramos en constante revisión de conocimientos y conductas a tomar frente a esta enfermedad.

Hasta el momento, son muy pocos los recién nacidos afectados por la enfermedad.

¿Cuáles son los síntomas en la población?

Fiebre, cansancio y tos seca. Algunas personas pueden presentar dolores musculares, congestión nasal, rinorrea, dolor de garganta y diarrea. Otras pueden estar infectadas y sin síntomas.

Una característica de este virus es la alta contagiosidad, produciendo una enfermedad más grave en personas mayores o con alguna condición subyacente.

En niños, aparentemente, la enfermedad es leve y hay pocos casos descriptos en recién nacidos y embarazadas. Sin embargo, las embarazadas y madres recientes deben tener especial cuidado.

¿Cómo se contagia?

Las personas infectadas por COVID-19 contagian con síntomas o **SIN** síntomas.

Puede propagarse de persona a persona a través de las gotitas procedentes de la nariz o la boca, o cuando estos fluidos quedan en alguna superficie.

Se ha encontrado el virus en la materia fecal de los infectados.

NO se transmite por la leche humana.

Hasta el momento no se ha observado transmisión de madre al hijo durante el embarazo (transmisión vertical).

¿Qué medidas de protección se sugieren?

- 1) Lavado frecuente de manos con agua y jabón. Uso de alcohol en gel.
- 2) Mantener distancia mínima de 1.5 m entre usted y cualquier persona que tose o estornuda.
- 3) Evitar tocarse la cara.
- 4) Limpiar superficies de su casa con productos adecuados (el virus es lábil a detergentes comunes, lavandina y productos habituales de limpieza).
- 5) Cumplir con las normas impuestas por el Ministerio de Salud. Mantenerse informado.
- 6) Quedarse en casa. **NO** sacar al Recién Nacido (RN), salvo que tenga una indicación médica.
- 7) **Lactancia materna:** la leche humana siempre es la mejor opción de alimentación a un RN (salvo algunas excepciones).
- 8) En caso de tener que administrar fórmula al RN, tomar todas las medidas de higiene que les haya recomendado el personal de salud.
- 9) Si la madre o el padre o cualquier conviviente del RN tiene síntomas respiratorios, usar barbijo y mantener idealmente una distancia de por lo menos 1,5m del RN. Consultar al médico en caso de síntomas, especialmente si estuvieron en contacto con alguien que tuvo la enfermedad.
- 10) Concurrir al control del RN según indicación médica. Si surge alguna duda, es mejor consultar telefónicamente con su pediatra y no sacar al RN de la casa.

Actualmente los consultorios de Neonatología del Hospital Universitario Austral se encuentran en la Sede Champagnat de lunes a viernes de 12 a 15 y los sábados de 8 a 12.

Estamos para cualquier consulta.