

CUIDE SU EMBARAZO

MAYO 2009

Pregunta: ¿Qué debo hacer para atender a mi primer hijo recién nacido?

CUIDADOS del RECIEN NACIDO – PADRES PRIMERIZOS

Una serie de pequeñas “grandes cosas” usted debe conocer para manejar diariamente con éxito a su hijo recién nacido y cada día pase que su aprendizaje se irá incrementando. Madre y padre conocerán mejor a su hijo y él a ustedes. El aprendizaje recibido en el hospital por mejor que nunca es suficiente y muchos interrogantes quedarán sin respuesta. Frente a esta situación lo primero que piensan es pedir ayuda, en cosas trascendentes y preguntarse en como lo alimento, como lo higienizo, como debe dormir, como lo controlo y varias otras cosas y cuestionamiento que requieren respuestas adecuadas. Pero, es la práctica diaria con el manipuleo de su hijo lo que le dará sus frutos en corto tiempo. Familiares y amigos querrán ayudarla y aunque usted no esté acuerdo en ciertas cosas no subestime sus experiencias.

Seguramente, le preocupe su fragilidad y ello le produzca temor y nerviosismo. Solo le describiremos 4 puntos básicos a tener en cuenta:

- Tenga cuidado en sostener la cabeza y el cuello del bebé, incluso cuando lo incorpore lo saque de la cuna o lo acueste.
- No sacuda al recién nacido aunque sea jugando. Si lo va a despertar hágale cosquillas o dele un beso, pero no lo sacuda.
- Asegúrese que el bebé esté bien sujeto cuando lo lleve en silla, porta bebé o cochecito. Evite cualquier maniobra brusca.
- Recuerde que el recién nacido no está preparado para tratarlo bruscamente; todas las maniobras deben ser suaves.

La bibliografía que le sugerimos (Guías para padres primerizos) tiene una serie de capítulos muy bien desarrollados y con palabras simples.

Tocan temas sobre como incrementar el vínculo con su hijo, como tranquilizarlo, como usar y cambiar los pañales, como debe asearlo, cuidar el cordón umbilical, alimentarlo, ayudarlo a eructar, señalarle los aspectos fundamentales del sueño entre otras importantes recomendaciones que la ayudarán a contestarse algunas de sus preguntas que tiene pendiente.

Usted dispone del link para entrar directamente al documento que está en idioma español (castellano).

No olvide que frente a cualquier duda, consulte con su pediatra, que es quien mejor está capacitado para solucionar los problemas.

BIBLIOGRAFIA SUGERIDA

Kids Health Nemours. Guías para padres primerizos

http://kidshealth.org/parent/en_espanol/embarazo/guide_parents_esp.html

Este documento es un instrumento de información, que no reemplaza al personal médico en el cuidado de la salud y no es responsable directa ni indirectamente dl posible daño causado a terceros.