

Cuidados del Recién Nacido

Unidad de Prevención y Educación en Salud
Preparado por Educadores en Salud Licenciados



Objetivos



Conocer las pruebas que le realizarán a bebé al momento de nacer.

Identificar los diferentes métodos de alimentación.

Conocer los cuidados adecuados para bebé en el hogar.

La llegada de bebé

- **Nacimiento a término** - luego de las 38 semanas de gestación.
- **Nacimiento prematuro** - antes de haberse completado la semana 37 de gestación.
- Todo el proceso de gestación es importante, sin embargo, en las últimas semanas ocurren cambios en bebé relacionados al proceso de poder sobrevivir fuera del vientre.



Nacimiento prematuro

- Los bebés prematuros presentan bajo peso al nacer.
- Sus órganos no tuvieron la oportunidad de desarrollarse completamente.
- Es por esto que necesitarán permanecer un tiempo en la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales (NICU) del hospital, hasta que su sistema y órganos puedan funcionar sin ayuda.
- Los bebés prematuros corren mayor riesgo de tener problemas graves de salud a corto y largo plazo, tales como:
 - Dificultad del sistema respiratorio, cardíaco, y digestivo.
 - Problemas visuales, auditivos y proceso de alimentación.
 - Ictericia (exceso de bilirrubina en la sangre).



Nacimiento prematuro (cont.)

- Bajo conteo de glóbulos rojos (anemia).
- Dificultad para controlar la temperatura corporal.
- Mayor riesgo de infecciones.
- Dificultad en el desarrollo motor por ejemplo, sostener la cabeza, gatear y caminar.
- Dificultad en el aprendizaje, la comprensión y la atención.
- Comportamiento agresivo, ansiedad o problemas para relacionarse con los demás.



Lo que ocurrirá al nacer

- Hasta que ocurra el corte del cordón umbilical, bebé estará recibiendo los nutrientes de la placenta.
- Una vez ocurre el corte del cordón umbilical, bebé podrá resistir aproximadamente hasta 5 horas sin recibir alimento.
- Esto da la oportunidad de que el obstetra termine de atender el proceso del parto y se le realicen diferentes pruebas al bebé para verificar su estado de salud.
- Lo ideal es que al nacer, bebé tenga contacto directo con mamá y se alimente durante las próximas una o dos horas.



Pruebas a realizar al nacer

Prueba de Apgar

- Examen rápido que se realiza al primer y quinto minuto después del nacimiento del bebé.
- El puntaje en el minuto 1 determina qué tan bien toleró bebé el proceso de nacimiento.
- El puntaje al minuto 5 le indica qué tan bien está evolucionando bebé fuera del vientre.



La puntuación APGAR evalúa lo siguiente:

Respiración, llanto

Irritabilidad, refleja

Pulso, ritmo cardíaco

Coloración de la piel del cuerpo y las extremidades

Tono muscular

Métodos para exámenes de detección

Examen de sangre - se toman varias gotas de sangre del talón del bebé. La sangre se envía a un laboratorio para su análisis.

Audiometría – se coloca un pequeño auricular o micrófono en el oído del bebé. Otro método consiste en usar electrodos que se colocan en la cabeza del bebé, mientras está calmado o dormido.

Detección de cardiopatías congénitas críticas - se coloca un pequeño sensor sobre la piel del bebé. A su vez, este se conecta a una máquina llamada oxímetro por varios minutos. El oxímetro medirá los niveles de oxígeno del bebé.



Administración de vitamina K

- Se realiza como tratamiento preventivo al nacer, esto para evitar sangrado que podrían ocurrir debido a la deficiencia de esta vitamina. Usualmente los bebés nacen con un bajo nivel de vitamina K.
- La Academia Americana de Pediatría (AAP) recomienda suplementar a los recién nacidos con una sola inyección de vitamina K aplicada por vía intramuscular al nacer. Se ha visto que esta forma de administración, protege más que cuando se suministra por vía oral.
- La Organización Mundial de la Salud (OMS) aconseja que se administre esta inyección luego de la primera hora del nacimiento para darle oportunidad a que ocurra el contacto piel con piel entre mamá y bebé, y pueda iniciarse el proceso de lactancia. Es decir, **no está justificado separar al recién nacido** únicamente para administrarle la vitamina K.

Vacuna de la Hepatitis B

- Debe administrarse dentro de las 24 horas posteriores al nacimiento. Luego de esto una segunda dosis entre el primer y segundo mes de vida y la tercera dosis entre los 6 y 18 meses.
- La vacuna protege a bebé de esta enfermedad que ataca el hígado inflamándolo.
- Es una enfermedad que causa una afección moderada que puede durar unas semanas o puede convertirse en una afección grave para toda la vida. Puede ocasionar daño, insuficiencia o cáncer en el hígado, o inclusive la muerte.
- La hepatitis B se contagia cuando la sangre, el semen u otros fluidos corporales infectados con el virus de la hepatitis B entran en el organismo de una persona que no está infectada. Un bebé puede infectarse durante el nacimiento si la mamá tiene hepatitis B.

Cuidados del recién nacido: ¡Bienvenido a Casa!



Reglas de seguridad al salir del hospital en el vehículo:

El auto y el asiento protector en el que se transporte a bebé, debe haber pasado la inspección de los Bomberos de Puerto Rico.

Los asientos protectores tienen fecha de expiración. Evite utilizar asientos con más de 6 años de uso para asegurarse de que esté en buenas condiciones.

No utilice asientos protectores comprados en tiendas de segunda mano o usados previamente. Pueden estar desgastados o expirados, por lo que su protección pierde efectividad.



Reglas de seguridad al salir del hospital en el vehículo:

Antes de cada viaje, verifique que bebé esté seguro en su asiento protector.

Nunca deje al niño sentado en el asiento protector sin abrocharle los cinturones.

No comparta cinturones de seguridad. Use un cinturón de seguridad por cada persona en el vehículo.

Los niños **nunca** deben viajar sobre las piernas de un adulto u otros niños. Tampoco en el baúl del automóvil o en el área de carga de camionetas (pick-ups).



Reglas generales del asiento protector:



- Todo niño(a) desde su nacimiento hasta los dos (2) años, o hasta que alcance el peso y estatura que indique el fabricante de asiento protector, tiene que estar mirando hacia la parte de atrás del automóvil. Esta posición es la que mayor seguridad y protección le ofrece a bebé.
- Las correas del asiento protector deben estar adjuntas en el hombro o por debajo del hombro. La hebilla de plástico de las correas debe estar a nivel de las axilas de bebé.
- El asiento protector debe estar reclinado hacia atrás, en un ángulo de 30 a 45 grados. El cinturón de seguridad del automóvil debe estar colocado correctamente para que el asiento protector se mantenga en su lugar.

Cuidados del Cordón Umbilical



Al hacer el corte del cordón umbilical quedará un muñón.

El muñón debe secarse y caerse cuando bebé tenga entre 5 a 15 días de nacido.

Mantenga el muñón limpio con gasas y agua solamente. Evite que el muñón roce con el pañal.

No sumerja a bebé en una tina con agua hasta que el muñón se haya caído. Mientras eso ocurre, puede bañarlo con un paño húmedo.

Deje que el muñón se caiga de manera natural. **No** intente halarlo, ni siquiera si sólo pende de un hilo.

Si observa que el área alrededor del ombligo o el muñón está de color rojizo o supurando, puede ser indicador de una infección. **Comuníquese de inmediato con su pediatra.**

¿Qué significa el llanto de bebé?



En ocasiones, los bebés lloran sin una razón aparente, pero siempre quieren comunicarnos algo. Puede ser difícil entender qué es lo que está molestando al bebé. Algunas posibles razones incluyen:

- **Hambre:** Los recién nacidos comen con una frecuencia de cada 2 a 3 horas durante el día y la noche.
- **Dolor causado por gases y/o espasmos intestinales después de la alimentación:** El dolor se presenta si bebé ha sido alimentado en exceso o si no se le han sacado los gases lo suficiente. Los alimentos que una madre lactante consume, pueden causar gases o dolor en bebé.
- **Molestias:** como por ejemplo el pañal húmedo.

¿Qué significa el llanto de bebé? (cont.)



En ocasiones, los bebés lloran sin una razón aparente, pero siempre quieren comunicarnos algo. Puede ser difícil entender qué es lo que está molestando al bebé. Algunas posibles razones incluyen:

- **Cólicos:** Muchos bebés entre 3 semanas a 3 meses de nacidos desarrollan un patrón de llanto asociado con cólico. El cólico es una parte normal del desarrollo que puede desencadenarse por muchos factores y generalmente se presenta al final de la tarde o en las horas de la noche.
- **Tener frío o calor:** Los bebés también pueden llorar por sentirse demasiado envueltos en frazadas o por el deseo de que los abriguen bien.
- **Demasiado ruido, luz o actividad:** lo cual puede agobiar a bebé de manera lenta o súbita.

Recomendaciones para cuando no tenga certeza sobre las razones por las cuales su bebé está llorando

- Asegúrese de que bebé esté respirando con facilidad y que sus labios, los dedos de manos y pies estén tibios y de color rosado.
- Verifique si hay hinchazón, enrojecimiento, humedad, sarpullidos, dedos fríos en manos y pies, brazos o piernas retorcidos, lóbulos de las orejas doblados o dedos de manos y pies comprimidos.
- Cerciórese de que bebé no tenga hambre. No espere mucho cuando el bebé muestre señales de tener hambre.
- Asegúrese de estar alimentando al bebé con la cantidad apropiada y sacándole los gases en la forma correcta.
- Revise para cerciorarse de que el bebé no tenga demasiado frío ni demasiado calor.
- Revise el pañal.
- Asegúrese de que no haya demasiado estímulos a su alrededor como ruidos, luz o viento.

Colores de las deposiciones



Las primeras heces de un recién nacido posiblemente sean negras. A esto se le llama meconio y contiene mucosidad, células de la piel y líquido amniótico. Las heces negras no deberían durar más de 2 días.



Es normal ver heces de color amarillo claro en los bebés lactantes. Cuando aparecen las heces amarillas mucho más frecuentemente de lo usual y son muy líquidas, podría indicar diarrea. La diarrea puede aumentar el riesgo de deshidratación.



Las heces anaranjadas aparecen debido a pigmentos que se adquieren en el tracto digestivo del bebé. Es normal en bebés alimentados con leche de fórmula.



Una vez que se expulsa el meconio, las heces de un recién nacido pueden ser de color amarillo mostaza. Este color de heces también es más común en bebés lactantes.



Las heces blancas pueden indicar que el bebé no está produciendo suficiente bilis en su hígado para ayudarle a digerir los alimentos adecuadamente. Un pediatra debería tratar las heces blancas en cualquier etapa.

Colores de las deposiciones (cont.)



Los bebés que se alimentan con fórmula pueden tener heces que son una combinación de color dorado.



Las heces color verde oscuro son más comunes en bebés que están empezando a comer alimentos sólidos que son de color verde, como espinaca y guisantes. Los suplementos de hierro también pueden hacer que las heces de bebé sean verdes.



Al igual que las heces blancas, las heces de color gris pueden significar que tu bebé no está digiriendo los alimentos como debería. Debe consultar al pediatra si bebé tiene heces grises o de consistencia caliza.



Si el bebé no ha consumido alimentos rojos recientemente, llame al pediatra. Si ha comido alimentos rojos, observe si las heces regresan al color normal cuando vuelva a defecar. De lo contrario, llame al pediatra.

A la hora del baño



- Colóquelo donde no entren corrientes de viento.
- Tenga todo lo que necesita antes de bañar a bebé.
- Utilice agua tibia, nunca caliente.
- Comience desde la cabeza hasta los pies.
- No enjuague a bebé con la misma agua donde lo bañó.
- Al terminar, arrope a bebé en la toalla y luego de secar colóquele el pañal y la ropa.

Detalles sobre el periodo de sueño



Duermen durante periodos de 2 a 4 horas.

Acueste al bebé boca arriba para dormir.

Retire cualquier objeto blando de la cuna del bebé, incluyendo colchas, edredones, peluches, cojines y almohadas para evitar que se enganche y se asfixie con ellos.

Al acostar al bebé, asegúrese de alternar la posición de su cabeza, apoyándola sobre el lado derecho y después sobre el izquierdo en noches consecutivas para evitar que se le aplane un lado de la cabeza.

Tipos de alimentación para bebés



Durante los primeros 4 a 6 meses de vida, los bebés únicamente necesitan leche materna o leche de fórmula para satisfacer todas sus necesidades alimentarias.

Recomendaciones generales para la alimentación de bebé

Los bebés deben ser alimentados a demanda, por lo que puede ocurrir entre 8 a 12 veces al día.

Si utiliza leche de fórmula, no sobrealimente a su bebé. Siga las indicaciones del pediatra.

Sostenga la cabeza de su bebé recién nacido para que esté más alta que su estómago cuando lo alimente.

No use el microondas para calentar la leche. Coloque el biberón dentro de una olla con agua tibia por unos minutos.

Si bebé está utilizando medicamentos, consulte con pediatra para conocer en qué momento es oportuno administrarlos.

Prevenga infecciones, mantenga el hogar limpio.



La leche materna contiene anticuerpos beneficiosos para mantener a los bebés sanos y protegidos de infecciones.

Asegúrese de desinfectar todas las superficies y lavarse las manos con agua y jabón antes y después de tocar al bebé.

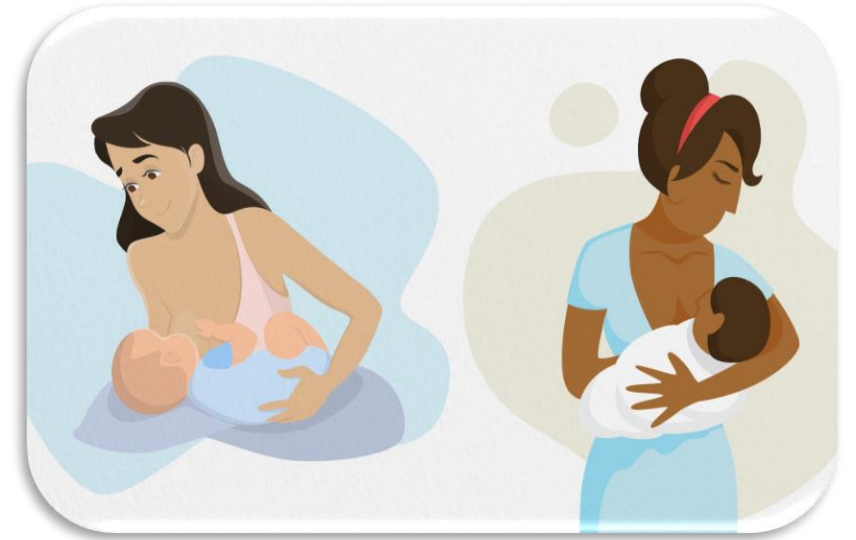
Al presente no se ha detectado la transmisión de casos activos de COVID-19 a través de la leche materna.

La OMS recomienda extender la lactancia mínimo hasta los 2 años de vida de bebé.

Cuando bebé cumpla los 6 meses de nacido, puede continuar con la leche materna y añadir alimentos sólidos cuando sea recomendado por el pediatra.

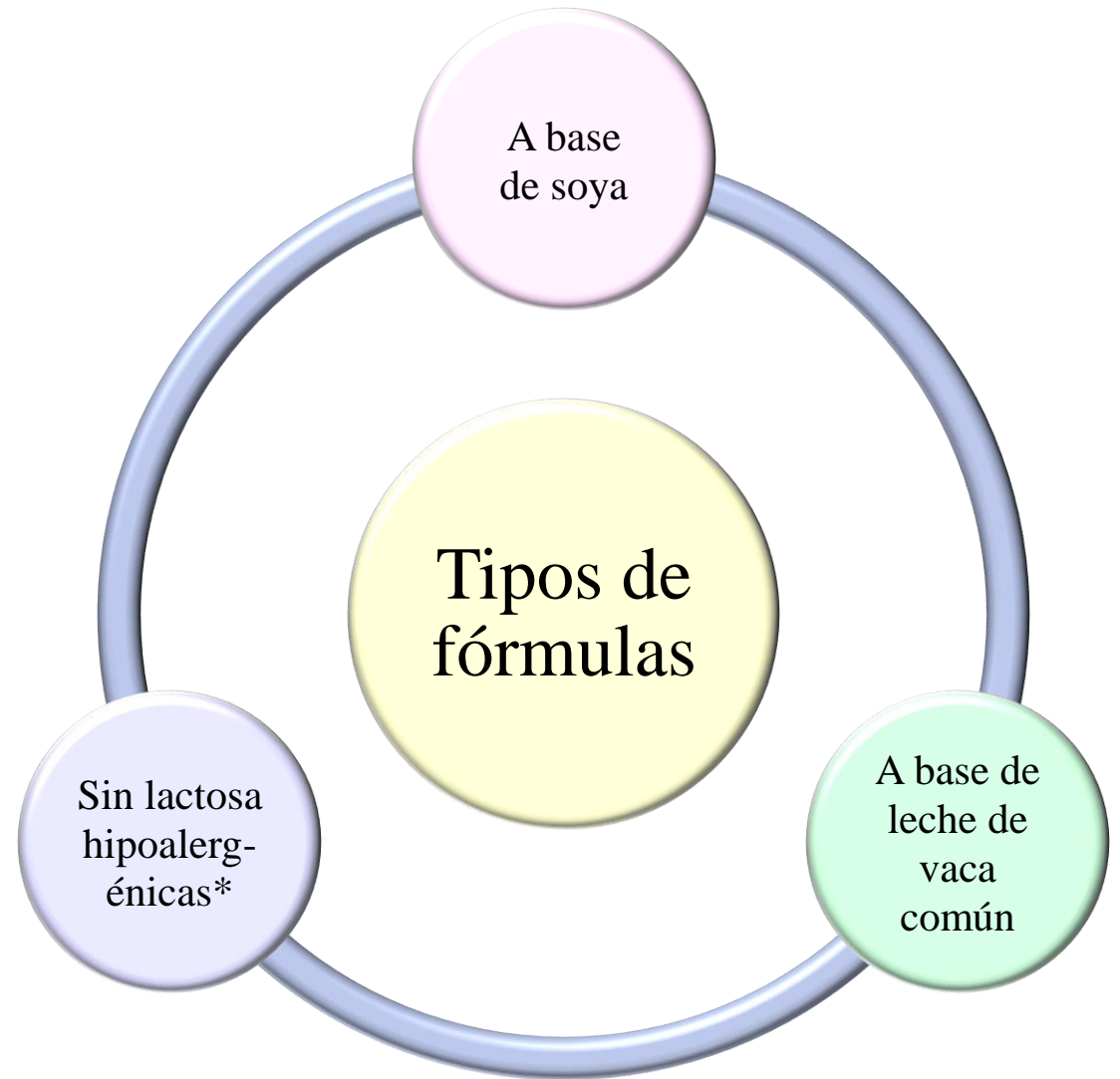
Estudios evidencian que la lactancia ayuda al desarrollo físico, cognitivo, emocional y social del bebé.

Lactancia materna

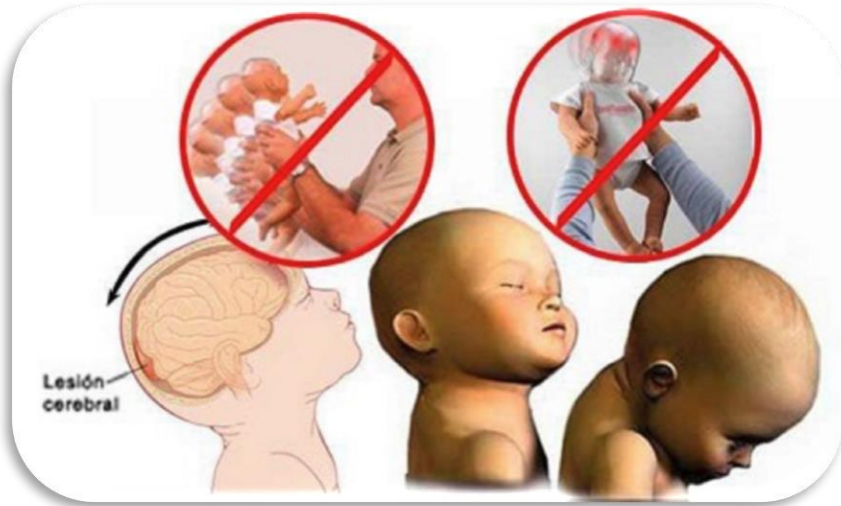


Fórmulas para infantes

Las fórmulas para bebé tienen diferentes presentaciones como polvos y líquidos concentrados listos para usarse. El hierro es un componente importante para el desarrollo de los bebés. Lo mejor es utilizar una fórmula fortificada con hierro (a menos que pediatra indique lo contrario).



Síndrome del bebé sacudido



Es un tipo de trauma cerebral que ocurre cuando un bebé es sacudido violentamente. Los músculos del cuello del bebé son débiles su cabeza es grande y pesada.

Las sacudidas hacen que el frágil cerebro salte para adelante y para atrás dentro del cráneo y sufra contusiones, hinchazón y hemorragia, que pueden causar daños cerebrales graves permanentes e incluso la muerte.

Las lesiones características del síndrome del bebé sacudido son hemorragias dentro del cerebro, hemorragias en el ojo dentro de la retina, daños de la médula espinal y el cuello, además de fracturas de las costillas y otros huesos.

Las señales que un bebé presenta cuando es sacudido incluyen: irritabilidad extrema, letargo, inapetencia, problemas respiratorios, convulsiones, vómito y piel pálida o azulada. Las lesiones del bebé sacudido suelen presentarse en niños menores de 2 años de edad, pero pueden verse en niños hasta los 5 años.

Señales de un desarrollo adecuado

A partir del nacimiento del bebé hasta los primeros 5 años, se deben ir desarrollando las siguientes áreas:



Habilidad motora

controlar la cabeza,
sentarse y caminar.



Habilidad motora primaria

sostener una cuchara,
sujetar un pedazo de cereal
con un dedo y
el dedo pulgar.



Sensorial

ver, escuchar, saborear,
tocar y oler.



Lenguaje

ser capaz de hablar, hacerse
entender y de comprender lo
que dicen los padres,
cuidadores u otros niños.



Social

habilidades para jugar con
los familiares y otros
niños.

Los bebés no se desarrollan al mismo ritmo. Su bebé puede llegar temprano en algunas áreas y un poco más tarde a otras. Si está preocupado por posibles retrasos, consulte con su pediatra.

¿Cuál es la diferencia entre inmunización y vacunación?

- La inmunización es el proceso mediante el cual se obtiene una respuesta inmune, es decir, el cuerpo logra resistencia ante una enfermedad específica.
- Una de las formas en la que ocurre la inmunización es a través de la vacunación. Las vacunas son la forma más segura y eficaz de prevenir enfermedades, discapacidades, e incluso la muerte.
- Las vacunas contienen gérmenes muertos o debilitados, o partes de su estructura, que causan una enfermedad en particular.
- Semanas luego del nacimiento, los bebés cuentan con alguna protección inmunológica. Esta se transmite desde el cuerpo de la madre al bebé a través de la placenta durante la gestación.
- Después de un corto tiempo, esta protección desaparece, entonces las vacunas ayudarán al bebé a protegerse contra muchas enfermedades.



Vacunas recomendadas para bebés:



- **DTaP:** el tétanos, la difteria y la tos ferina pueden ser enfermedades muy graves. Es seguro recibir la vacuna DTaP al mismo tiempo que las demás vacunas, incluso para los bebés. Se les debe administrar cinco dosis de la vacuna a las siguientes edades: a los 2, 4, 6 meses, entre los 15 y 18 meses, y entre los 4 y 6 años.
- **Poliomielitis (Polio) IPV:** es una enfermedad viral que puede afectar la médula espinal causando debilidad muscular y parálisis permanente y hasta causar la muerte. Sin embargo, la vacuna prepara al niño para luchar contra el virus. La mayoría de los niños que reciben todas las dosis recomendadas de la vacuna quedarán protegidos contra el virus.
- **Paperas:** es una enfermedad contagiosa causada por un virus. Se transmite con facilidad al toser y estornudar. No existe cura y puede causar problemas de salud a largo plazo. La vacuna protege contra las paperas y es una inyección que combina vacunas contra tres enfermedades: sarampión, paperas y rubéola.

Vacunas recomendadas para bebés: (cont.)



- **Varicela:** es una enfermedad causada por un virus que causa sarpullido, fiebre y puede ser grave. Algunos niños que han recibido la vacuna pueden tener varicela, pero normalmente en muy leve.
- **Meningococo (MCV4):** frecuentemente ataca sin advertencia, incluso a personas que parecen estar sanas. Protege contra la meningitis bacteriana. Se recomiendan dos dosis: la primera entre los 11 y 12 años y la segunda a los 16 años.
- **Hepatitis:** es una enfermedad que causa inflamación en el hígado. Puede provocar insuficiencia hepática, dolor en las articulaciones, complicaciones en los riñones, el páncreas, la sangre e incluso la muerte. Las vacunas protegen contra los tipos de hepatitis A y B.
- **Influenza:** infección respiratoria causada por un virus. La vacuna protege contra el virus y se debe administrar anualmente.



ITINERARIO DE VACUNACION PARA NIÑOS Y ADOLESCENTES 2022
EIDADES O A 18 AÑOS

VACUNA	BIRTH	1 MES	2 MESES	4 MESES	6 MESES	9 MESES	12 MESES	15 MESES	18 MESES	19-23 MESES	2-3 AÑOS	4-6 AÑOS	7-10 AÑOS	11-12 AÑOS	13-15 AÑOS	16 AÑOS	17-18 AÑOS
Hepatitis B (Hep. B)	1 dosis	← 2da dosis →			← 3ra dosis →												
Rotavirus (RV) RV1 (Serie 2 dosis) RV5 (Serie 3 dosis)			1ra dosis	2da dosis	Ver nota al calce												
Difteria, tétanos y pertusis acelular (DTaP: <7 años)			1ra dosis	2da dosis	3ra dosis			← 4ta dosis →				5ta dosis					
Haemophilus influenzae tipo b (Hib)			1ra dosis	2da dosis	3ra dosis		3ra o 4ta dosis ver nota										
Neumococo Conjugado (PCV13)			1ra dosis	2da dosis	3ra dosis		← 4ta dosis →										
Polio Inactivado (IPV: <18 años)			1ra dosis	2da dosis	← 3ra dosis →						4ta dosis						
Influenza (IIV) ó Influenza (LAIV)					Vacunación Anual 1 o 2 dosis									Vacunación Anual 1 dosis			
Sarampión Común, Sarampión Alemán, Paperas (MMR)					Ver Nota	← 1ra dosis →						2da dosis					
Varicela (VAR)						← 1ra dosis →						2da dosis					
Hepatitis A (Hep. A)					Ver Nota	← Serie 2 dosis, ver nota →											
Tétanos, difteria, pertusis acelular (Tdap: ≥7 años)														1ra dosis			
Virus Papiroma Humano (VPH)														Ver Nota			
Meningococo - MenACWY-D ≥9 meses; MenACWY-CRM ≥2 meses)													1ra dosis		2da dosis		
Meningococo B													Ver Nota				
Neumococo polisacárida (PPSV23)													Ver Nota				
Dengue (DEN4CYD; 9-16)													Seropositivo en Áreas Endémicas (Ver nota)				

 Edad recomendada para todos los niños
 Edad recomendada para alcanzar a aquellos con vacunación incompleta
 Recomendaciones para grupos de alto riesgo
 Edad recomendada para decisiones clínicas individuales
 No recomendación

Dr. Carlos Mellado López, Secretario – Departamento de Salud

Cambios emocionales que puede experimentar con la llegada de su bebé



La tristeza posparto pudiera durar las primeras dos semanas.

Depresión posparto puede diagnosticarse hasta un año después del embarazo.

Busque ayuda inmediatamente si se siente triste o con pensamientos negativos.

Puedes comunicarte a:

- **Línea de Consejería Médica**

1-844-347-7801

TTY/TDD: 1-844-347-7804

Disponibile las 24 horas al día

7 días a la semana

- **Línea de Servicio al Cliente**

1-844-347-7800

TTY/TDD: 1-844-347-7805

lunes a viernes 8:00 a.m. – 5:00 p.m.



Preguntas o Comentarios



Referencias:

- Kids Health. *Guía para padres primerizos*. Recuperado de:
http://kidshealth.org/parent/en_espanol/embarazo/guide_parents_esp.html
- Medline Plus. *Nacimiento vaginal-Serie procedimiento (sexta parte)*. Recuperado de:
https://medlineplus.gov/spanish/ency/esp_presentations/100198_8.htm
- Medline Plus. *Prueba de detección para recién nacidos*. Recuperado de:
<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/007257.htm>
- Medline Plus. *Examen del recién nacido*. Recuperado de:
https://medlineplus.gov/spanish/ency/esp_imagepages/9074.htm
- Medline Plus. *Bebé prematuro*. Recuperado de: <https://medlineplus.gov/spanish/prematurebabies.html>
- Medline Plus. *Llanto en la lactancia*. Recuperado de:
<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/002397.htm>

Referencias:

- Health Line. *Tabla de colores de las heces*. Recuperado de: <https://www.healthline.com/health/es/color-de-las-heces-en-bebes#tabla>
- Medline Plus. *Fórmulas para lactantes*. Recuperado de: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/002447.htm>
- Medline Plus. *Parto Prematuro*. Recuperado de: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000486.htm>
- CDC. *Lactancia y cuidado del recién nacido si tiene COVID-19*. Recuperado de: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/pregnancy-breastfeeding.html>
- ACAA.Gobierno PR. *Asiento Protector*. Recuperado de: <http://www.aaa.gobierno.pr/asiento-protector>



Código para acceder a la
evaluación del Evento

Gracias por su participación

Para mayor información: mas@firstmedicalpr.com



¿Ayuda con su Plan de Salud del Gobierno?



Línea libre de cargos
1-800-981-2737
TTY 787-474-3389