



RECIEN NACIDOS

VISITA DE RUTINA

CENTRO PARA LA SALUD INFANTIL Y ADOLESCENTE
AT ST. CHRISTOPHER'S HOSPITAL FOR CHILDREN

¿Que va a pasar hoy durante la cita médica?

Es posible que esta sea la primera visita de su bebé con el pediatra. Su bebé será pesado y medido. Usted tendrá la oportunidad de hacer preguntas sobre su bebé y hablar acerca de cómo fue su embarazo. Por favor tenga a mano los documentos que el hospital le dio. Su médico necesitara una copia de ellos para el registro medico de su bebé.

Es posible que usted quiera hablar con el médico acerca de:

- ¿Cómo se siente ser madre o padre?
- ¿Cómo está la alimentación del bebé?
- ¿Su bebé tiene problemas para orinar o defecar?
- ¿Cómo saber si el bebé está enfermo?
- ¿Cómo lidiar con el sarpullido o erupciones del bebé?

Fecha de hoy: _____

Peso del bebé: _____

Talla (longitud) del bebé: _____

El médico que atenderá a mí bebe hoy es el / la Dr(a): _____

Lidiando con la depresión post-parto:

Alrededor del 80% de las mujeres tienen cambios en el estado de ánimo después del parto y tienden a sentirse tristes. Por lo general dura unos pocos días, pero puede durar hasta una o dos semanas hasta que las hormonas vuelvan a la normalidad. Asegúrese de descansar, comer bien y recibir apoyo de otras personas. Permita que los demás le ayuden y si quiere llorar, no contenga las lágrimas. Si se siente muy triste y no se siente capaz de cuidar a su hijo, por favor pida ayuda.

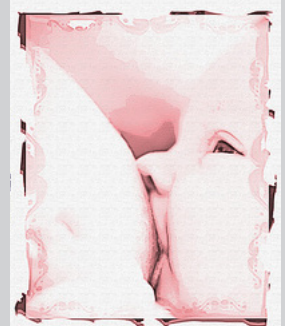


Sueño Seguro

- Siempre ponga al bebe boca arriba para dormir
- Que no duerma con otras personas
- Use una cuna con colchón firme
- Mantenga las cosas suaves lejos de la boca y nariz de su bebé
- Asegúrese de que la cuna sea segura (Espacio de de 2 3/8

Comiendo Todo el Dia!

- Alimente a su bebe cuando tiene hambre. Si se está chupando los dedos, es una señal de que tiene hambre. El llanto es un signo de que hace rato tiene hambre.
- La leche materna es la mejor leche para su bebé. Los bebés que son amamantados comen 8 – 12 veces al día.
- El bebé solo necesita leche materna o de fórmula.
- No le dé al bebe agua o jugo.
- Si lo está alimentando con biberón, aprenda a reconocer el ritmo del bebe y haga pausas en la alimentación. Si tiene reflujo o devuelve la leche frecuentemente puede significar que su bebé está recibiendo demasiada comida.
- Un recién nacido suele alimentarse cada 2 a 3 horas durante el primer mes y con menor frecuencia a medida que crece.
- El momento de alimentación no debe durar más de 10 a 20 minutos.





Consejos para bañarlo:

- Si el cordón umbilical del bebé no se ha caído aun, solo báñelo con esponja.
- El bebé solo se debe bañar 2 a 3 veces por semana.
- Después de que el ombligo se cure, puede bañar a su bebé en una bañera pequeña.
- Sostenga la cabeza del bebé mientras lo baña.
- Nunca deje al bebé solo en el baño.



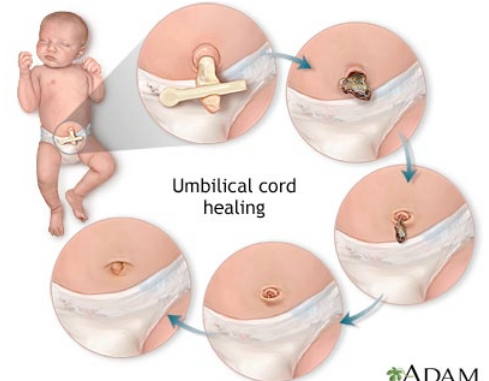
La seguridad ante todo:

- Ponga a su bebé en el asiento para automóvil, mirando hacia la parte trasera del automóvil. El mejor asiento, es el asiento del medio de la fila de atrás. Lo mejor es tener a alguien sentado en la parte de atrás del automóvil observando al bebé
- Mantenga el calentador de agua a menos de 120° F para evitar quemaduras
- Organice su casa a prueba de bebés (evite dejar a su alcance objetos que puedan ser peligrosos)
- Lleve a su bebé a todos los exámenes de rutina y hágale poner todas las vacunas
- No permita que nadie fume cerca del bebé
- No permita que personas que están enfermas estén cerca de su bebé
- Mantenga a su bebé protegido del sol.
- No aplique protectores solareantes de los 6 meses. El bebé no debe recibir luz solar directa.

¿Qué pasa si mi bebé está enfermo?

Llame al médico si usted nota alguno de estos síntomas:

- PROBLEMAS RESPIRATORIOS:
- Toser sin parar puede significar que su bebé está enfermo. El estornudo es normal.
- Dificultad para respirar o respiración muy rápida
- Los labios o uñas azulados
- Vientre hundido y costillas pronunciadas al respirar
- Respiración con dificultad: Ronquidos, gruñidos, silbidos.
- Hemorragia nasal (moco abundante)
- Mucosidad amarillenta o verdosa en los ojos.
- FIEBRE O CAMBIOS EN LA PIEL:
- Temperatura rectal superior a 100.4° F o por debajo de 97.8° F
- Ictericia (color amarillo en la piel o en el blanco de los ojos)
- Sangrado excesivo o pus alrededor del pene
- PROBLEMAS DE ALIMENTACIÓN, ORINA Y DEFECACIÓN:
- Cuando no orina el primer día en casa
- Cuando no defeca los primeros dos días en casa
- Cuando tiene vómitos
- Diarrea o heces acuosas con sangre o con mucosidad
- Menos de 4 pañales mojados en 24 horas
- Cuando se nota un punto suave y hundido en la cabeza del bebé
- Cuando no come
- PROBLEMAS PARA DORMIR:
- Dificultad para despertarse o demasiado sueño
- Mucho sueño o irritabilidad
- Lloro más de lo habitual
- PROBLEMAS DEL OMBLIGO:
- Infección en el ombligo
- Pus o enrojecimiento en la piel, en la base umbilico



EN LA PRÓXIMA VISITA:

Su bebé tendrá un examen físico. Es posible que su bebé reciba una o más vacunas. Para prepararse, cuénteles a su familia lo que aprendió hoy; lleve un registro de enfermedades y vistas al hospital y realice un seguimiento de sus preguntas.

Si usted necesita comentar algún problema que esté sucediendo con su bebé, llámenos al 215-427-5985. Después de las 5 pm., en la noche o los fines de semana llame a la línea: 800-203-6117.