



PUERICULTURA: CRIANZA, CUIDADO Y DESARROLLO DE NIÑOS/NIÑAS

Todos los niños y las niñas, tienen derecho a vivir en familia y a crecer en un entorno cariñoso, donde los comprendan, protejan y les ofrezcan diferentes experiencias que les permitan desarrollarse en plenitud.

COMPARTIMOS ALGUNAS SUGERENCIAS PARA LOS Y LAS INTEGRANTES DE LA FAMILIA.

ALIMENTACIÓN



En caso de que la madre no quiera o no pueda amamantar, el médico le indicará el tipo de preparado lácteo y la forma correcta de prepararlo.

No se debe dar ningún otro alimento, agua, ni endulzar los preparados.

HIGIENE



El baño del bebé puede realizarse antes de la caída del cordón, pero hay que asegurarse de realizar un buen secado en la zona del cordón con la piel.

LAS CONDICIONES IDEALES PARA EL BAÑO SON:

- ✓ Temperatura del agua adecuada
- ✓ Temperatura ambiental adecuada
- ✓ Jabón neutro a ácido
- ✓ No es necesario que sea prolongado



CAMBIO DE PAÑAL



PARA PREVENIR O CURAR LA DERMATITIS GENERADA POR EL PAÑAL, PONGA EN PRÁCTICA LOS SIGUIENTES CONSEJOS:

- ✓ Cambie con frecuencia el pañal de su bebé y lo más pronto posible si presenta deposiciones.
- ✓ Limpie suavemente la zona con agua y jabón suave (a veces, las toallitas pueden provocar irritación). Después aplique una capa de crema para dermatitis del pañal. Es conveniente usar cremas con óxido de zinc porque forman una barrera contra la humedad.
- ✓ Deja que el bebé esté sin pañal un rato al día. Esto le da a la piel la oportunidad de ventilarse.



Si la dermatitis del pañal continúa durante más de tres días o parece estar empeorando, consulte al médico.

SUEÑO SEGURO



El concepto sueño seguro refiere a una serie de recomendaciones y prácticas que tienen como objetivo disminuir el riesgo de síndrome de muerte súbita del lactante (SMSL).

El colecho, circunstancia en la cual el niño duerme en la misma cama junto a su madre u otros, constituye un **factor modificable** que incrementa el riesgo de *síndrome de muerte súbita del lactante* (SMSL).

SE RECOMIENDA QUE EL NIÑO DUERMA:

- ✓ En su propia cuna
- ✓ Boca arriba
- ✓ En un colchón firme
- ✓ Sin elementos que puedan cubrir accidentalmente la cara (almohadas, peluches, ropa de cama)

SUEÑO SEGURO



Compartir un ambiente libre de humo de tabaco y otros contaminantes es un factor protector de la muerte súbita e inesperada.

CUIDADO BUCAL



Es importante empezar a limpiar la boca del bebé durante los primeros días después del nacimiento. Conviene limpiar las encías con una gasa húmeda.



SUGERENCIAS PARA LA PREVENCIÓN DE LESIONES



- ✓ Si el recién nacido o lactante usa chupete, no debe utilizar collares para sujetarlo.
- ✓ Son frecuentes las caídas que se producen desde el cambiador o la cama, por eso se recomienda no dejar solo al bebé en estos casos.
- ✓ Evita consumir bebidas calientes cuando tenga en brazos al bebé.
- ✓ Utiliza los sistemas de sujeción cuando esté en el coche o en su silla aunque esté dormido, así como seguir las recomendaciones de seguridad vehicular cuando viaje en auto.
- ✓ Si tiene el bebé en brazos y siente que tiene riesgo de dormirse, debe dejarlo inmediatamente en su cuna para evitar caídas.

CONTROLES PERIÓDICOS



Realizar controles periódicos al recién nacido es fundamental para valorar su crecimiento y desarrollo.

- ✓ Durante el primer mes de vida deberá realizar entre 2 o 3 controles.
- ✓ A partir del mes el control debe ser mensual hasta los 6 meses.
- ✓ Desde los 6 meses hasta el año debe ser bimensual, excepto que la pediatra indique controles más frecuentes.



Hay muchas maneras de constituirse una familia, lo importante son los cuidados, el amor, el estímulo y la protección que les podemos dar a nuestros bebés.