

# Información de salud del bebe



## Busca atención médica de emergencia o llama al 911, si:

### Temperatura

- > Tu bebé tiene una temperatura rectal de 100.4 F (38 C) o más. Este valor se considera fiebre para un bebé y es una cuestión urgente.

### Sangrado

- > Si tu bebé fue circuncidado y el pañal está empapado de sangre, es una cuestión urgente. (Es normal encontrar pequeñas manchas de sangre, como una herida pequeña.)



## Llama al pediatra de tu bebé por cualquiera de las siguientes condiciones

### Problemas para orinar y defecar

- > Hay sangre (manchas o coágulos) o mucosidad en las heces.
- > No orina tres veces o más en 24 horas.
- > Sigue defecando meconio (muy espeso y oscuro) luego de cuatro días.

### Mal olor

- > Inusualmente comienza a tener heces acuosas o con mal olor. (Las heces de leche materna son muy blandas pero no huelen mal.)
- > Tiene mal olor o pus en el lugar de la circuncisión o del cordón (zona del ombligo) o si la piel alrededor del ombligo o del pene está muy colorada y caliente.

### Cambios en el color

- > La piel o los ojos se ponen muy amarillos.
- > Los labios, el área alrededor de la boca y/o las uñas se ponen azules o violetas.

### Cambios en el comportamiento, si tu bebé

- > Tiene dificultades para respirar o tragar.
- > Está más irritable que lo habitual o duerme más de lo normal.
- > No quiere comer dos veces seguidas o vomita la mayoría de las últimas dos veces que comió.

**Existen varias formas de cuidar a un bebé.** Existen varias formas de cuidar a un bebé. Prueba diferentes cosas hasta encontrar la que mejor te resulte y con la que te sientas más cómoda. Hay una nueva persona en casa y ahora son una familia. Pronto tendrás una nueva normalidad sana y feliz. Ponte en contacto con el pediatra de tu bebé si adviertes alguna de las siguientes señales de alarma. También llámalo si algo te preocupa. Asegúrate de hacer las citas y asistir a todas las consultas médicas de tu bebé.



## Cuidados de tu bebé

### Sentimientos

- > ¡Confía en ti misma! Tú eres la experta en tu bebé.
- > Cuidar a un bebé puede ser una tarea hermosa, aunque también difícil. Sé compasiva contigo misma. Acepta ayuda.
- > Si tu bebé está llorando, está respirando. Puedes tomarte un momento para respirar tú también y luego responder. Atender las necesidades físicas y emocionales de un bebé no significa "malcriarlo."
- > Nunca sacudas a un bebé.

### Seguridad

- > No fumes ni uses ropa con olor a cigarrillo cerca de tu bebé.
- > Usa detectores de humo y de monóxido de carbono en tu hogar.
- > Mantén a tu bebé alejado de personas enfermas.
- > Asegúrate de que los niños y los adultos que estén cerca de tu bebé estén vacunados (incluso el refuerzo Tdap y la vacuna antigripal anual.)
- > Usa un asiento de bebé en el auto mirando hacia atrás al menos hasta los 2 años. Tu bebé no debe estar abrigado cuando lo coloques en su asiento del auto.
- > Al cargar a tu bebé, colócalo en una posición que te permita darle un beso. Asegúrate de poder ver la cara de tu bebé (nada por encima de su nariz o boca).
- > Para bañarlo, mantén el agua tibia, no te alejes y no le quites los ojos de encima. Espera a que el cordón umbilical (ombligo) se le caiga antes de bañarlo realmente por primera vez.

### Sueño

- > Acuesta a tu bebé de espalda para dormir y sobre su pancita para jugar.
- > Mantén la temperatura de la habitación agradable para ti.
- > La Academia Americana de Pediatría recomienda que los bebés compartan la habitación con sus cuidadores, pero no la cama.
- > Donde sea que duerma tu bebé, asegúrate de que no haya sábanas, topes, animales de peluche, almohadas, mascotas, hermanos, globos o cualquier otra cosa en el área.

### Alimentación

- > Alimenta a tu bebé respetando sus señales (ofrécele el pecho o biberón cuando tenga hambre y detente cuando esté satisfecho), por lo menos de 8 a 12 veces al día. No es necesario que coma en horarios preestablecidos
- > La leche materna generalmente aporta nutrición total y protección inmunológica para tu bebé. Habla con tu equipo médico si tienes preguntas o inquietudes.
- > Si le das el biberón, un adulto debe sostenerlo en todo momento. Dejarlo desatendido con el biberón podría resultar en sobrealimentación o asfixia
- > Si lo alimentas con leche de fórmula, sigue al pie de la letra las instrucciones de la etiqueta.

### Mantener a tu bebé limpio

- > Usa un paño con agua o toallitas húmedas cada vez que le cambies los pañales.
- > Limpia a las niñas de adelante hacia atrás.
- > Si necesitas acceso a más pañales, existen bancos de pañales disponibles. Consulta a tu proveedor de salud para obtener más información.
- > Lávate las manos con agua y jabón o usa desinfectante para manos que contenga al menos 60% de alcohol después de cada cambio de pañal.



Para obtener más información, visita  
**NewMomHealth.com**  
y **SaludMadre.com**