



HEALTH FOR LIFE

Cómo Bañar a su Bebé Recién Nacido

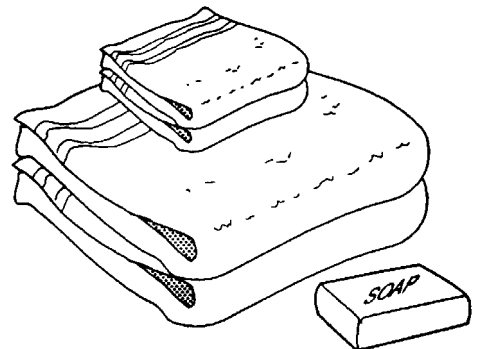
Este folleto le ayudará a prepararse para bañar a su bebé de manera segura y para brindarle un cuidado especial después del baño. El baño puede ser un momento alegre tanto para los padres como para el bebé. Esta actividad le permite al bebé jugar sin estar restringido con ropa. También es un momento para que el padre/la madre y el bebé se conozcan, se toquen y se vean a los ojos.

Usted decide cuándo será la hora del baño. El baño puede ser una buena rutina por la mañana o puede darse antes de acostar al bebé. Sin embargo, es buena idea bañarlo antes de darle de comer. Si baña a su bebé después de la comida, el bebé puede vomitar.

La enfermera de su bebé le enseñará cómo bañar a su bebé. Usted no tiene que bañar a su bebé todos los días. Un baño con jabón en todo el cuerpo puede darse 3 o 4 veces a la semana. Los otros días lávele las manos, los pies y el área del pañal con agua y jabón. La cara debe lavarse únicamente con agua. Tan pronto como el cordón umbilical se desprenda y el área sane, puede bañar al bebé en la tina de bebés. Por lo general, el cordón umbilical se desprende en el transcurso de 10 días a dos semanas. Hasta que ésto suceda, bañe a su bebé con una esponja.

Provisiones:

- Jabón suave, sin alcohol o perfumes
- Un paño suave
- Toallas comunes o con gorrito
- Un recipiente de agua si no está cerca del lavabo
- Un pañal
- Ropa
- Una cobija
- Un cepillo o peine
- Tijeras para manicure o un cortauñas



Sugerencias para la Seguridad:

- La temperatura del agua debe ser de 100 grados F para evitar que el bebé se enfríe o se queme. Si no tiene un termómetro para agua, use su muñeca para tocar el agua. Debe sentirse un poco caliente pero no mucho.
- La habitación no debe tener corrientes de aire, como ventanas abiertas o ventiladores prendidos.
- **Nunca deje a su bebé solo**, ni por un segundo. Si el teléfono suena o alguien toca a su puerta, ignórelo y termine el baño. Los accidentes pueden ocurrir rápidamente.
- Siempre sostenga la cabeza del bebé mientras lo bañe. Siempre agarre bien a su bebé. Un bebé cubierto con jabón puede ser muy resbaladizo.

Cómo Bañar a su Bebé:

Hasta que el cordón umbilical se desprenda o la circuncisión sane, dé a su bebé baños de esponja sobre una toalla doblada, como le enseñó la enfermera de su bebé. Después de que el cordón se desprenda o de que sane la circuncisión, usted puede usar una vasija en el lavabo o una tina para bebés.

1. Coloque a su alcance todo lo que necesitará.
2. Lávese las manos.
3. Llene la vasija o la tina para bebés con agua un poco caliente.
4. Revise que la temperatura sea la correcta.
5. Desvista a su bebé y póngalo en la vasija con agua o en la toalla doblada, si le está dando un baño de esponja.



6. Ojos

Use únicamente agua y un paño limpio y mojado para limpiar los ojos. Comience con la parte interior del ojo y lave hacia la oreja. Use una parte limpia del paño para lavar el otro ojo.

7. Cara

Lave la cara de su bebé con agua pero no use jabón.

8. Oídos

Use su dedo meñique envuelto en un paño mojado para limpiar los oídos. Nunca use un cotonete dentro del oído de su bebé.

9. Cabello y cuero cabelludo

Mientras su bebé está recostado en la almohadilla o en la vasija, levante la espalda y la cabeza del bebé con su brazo, poniendo su brazo debajo de la espalda. Sostenga la cabeza en su mano y recargue la espalda en su antebrazo. Esto le da al bebé una sensación de seguridad y le permite a usted agarrar bien el cuerpo del bebé.

Moje la cabeza del bebé con agua. Enjabone bastante el paño. Ponga la jabonadura en la cabeza del bebé y suavemente frote la cabeza de adelante hacia atrás para que no le caiga el jabón en los ojos. Enjuague la cabeza con agua limpia y seque suavemente con una toalla.

10. Cuerpo

Enjabone el paño. Comience con el cuello del bebé y lave la espalda, el estómago, los brazos y los dedos. Enjuague el paño y enjuague con agua el área que acaba de lavar. Enjabone otra vez el paño y lave las piernas y pies. Repita el enjuague y ponga más jabón en el paño. Lave el área del pañal comenzando de adelante hacia atrás. Enjuague y seque a su bebé con una toalla limpia y suave o con una toalla con gorrito.



Después del Baño:

1. Seque bien a su bebé.
2. Vista al bebé.
3. Cepille o peine al bebé.
4. Limpie las uñas de las manos y de los pies de su bebé con un paño. Use el cortauñas para bebés. Es importante mantener las uñas de su bebé cortas para que no se rasguñe.
5. Si quiere, póngale crema a su bebé, pero no en la cara. Si usa talco para bebé, úselo siempre por debajo de la cintura, especialmente si los bebés tienen problemas pulmonares. Use únicamente fécula de maíz. Nunca use el talco y la crema al mismo tiempo porque se pegan y pueden irritar la piel del bebé.

Cuidado Especial:

- Si el cuero cabelludo (cabeza) de su bebé se vuelve escamoso, seco o parece estar sucio, póngale aceite para bebé o una pequeña cantidad de vaselina. Frote bien el aceite y déjelo toda la noche o por lo menos durante 8 horas. Cubra la cabeza del bebé con un gorrito para evitar que ensucie las sábanas o la ropa. Lave con champú la cabeza y la piel del bebé. Si el cuero cabelludo no mejora después de lavarlo con champú, es posible que necesite repetir esto todos los días hasta que el cuero cabelludo se vea limpio y normal.



Si después de varios días de hacer esto el cuero cabelludo no mejora, llame a su pediatra. Siempre lave y seque el cepillo del bebé después de usarlo.

- Si a su bebé se le hizo la circuncisión, asegúrese de seguir las instrucciones de cómo limpiar y cuidar la circuncisión. A los niños que se les hizo la circuncisión, suavemente jale el resto de la pequeña porción del prepucio y limpie. No trate de forzar el prepucio hacia atrás. Los baños en la tina se prohíben hasta que la circuncisión sane; generalmente, esto ocurre en dos semanas.
- Recuerde que a las niñas siempre hay que limpiarles el área de los genitales de adelante para atrás. Esto evita que el excremento del recto entre a la cavidad que conduce a la vejiga. Las infecciones de las vías urinarias pueden ser comunes en las niñas. Esta infección es el resultado de los gérmenes en el excremento que entran a la vejiga. También recuerde limpiar entre los dobleces del área de los genitales. A veces se puede encontrar excremento y pedazos de pañal entre estos dobleces, por lo que es muy importante limpiarlos bien.

© Copyright, (5/2000) N
Departamento de Cuidado de Mujeres y Bebés
The Ohio State University Medical Center

- Si requiere, todas estas hojas están disponibles en formas adaptadas para personas con problemas de visión, audición, y lenguaje, llame a (614) 293-3191. Llame a (614) 293-3707 para más información.