

Cuidados del recién nacido

Cuando un hogar se ve bendecido con la llegada de un hijo todo es alegría, sobre todo si el niño está sano. Pero a la par de los sentimientos de alegría, existe siempre el temor de estar haciendo las cosas correctamente, tanto en la alimentación como en los cuidados generales.

📄 **El cuidado del ombligo.** La ligadura del ombligo la hace el médico para evitar el sangrado a través de sus vasos, los cuales cumplieron el papel fundamental de alimentar al feto. El resto que queda del cordón umbilical se momifica y se desprende entre el 5 y el 10 día. Durante este tiempo el ombligo debe estar seco, sin sangrado, sin secreciones ni olor fétido, y la piel a su alrededor no debe estar enrojecida, lo que nos indica que no hay infección. Para mantenerlo en esas condiciones, se recomienda limpiarlo diariamente con alcohol de 70 grados, y una vez que el muñón se ha caído, con agua y jabón.

📄 **El baño.** Desde los primeros días el recién nacido se puede bañar usando para ello agua tibia, evitando que el nivel del agua llegue al ombligo; debe utilizarse un jabón simple, sin perfume ni agregados que puedan irritar la piel sensible del niño, de preferencia neutro, y asegurarse de quitarle el jabón por completo. El niño se debe cambiar cada vez que defeque, y limpiarse con agua tibia. Es mejor no usar cremas ni aceites, y debemos recordar que los talcos están contraindicados en los niños pequeños, por el riesgo de aspiración.

📄 **El abrigo.** Los recién nacidos, y con mayor razón si son prematuros, tienen mayor dificultad para controlar la temperatura, por lo que es necesario mantenerlos adecuadamente abrigados, pero sin excesos. La ropa es mejor que sea de algodón, ya que la lana les puede irritar la piel y brotarse por ello. Al asolearlos deben tener poca ropa y debe evitarse el sol directo en la cara.

Los recién nacidos estornudan con frecuencia, y prácticamente presentan hipo cada vez que comen, vomitan a veces y regurgitan pequeñas cantidades de leche, evacuan muy líquido y muy frecuentemente, y conforme pasan las semanas, pueden pasar varios días sin evacuar, todo lo cual es perfectamente normal.

Existen sin embargo, algunos signos de alerta que nos obligan a consultar con el médico, tales como:

- El sangrado por el ombligo o por cualquier otro sitio.
- La presencia de fiebre o la hipotermia.
- La flacidez y el llanto débil.
- El quejido constante.
- Los cambios en el color de la piel (palidez, cianosis o sea el color azulado, la ictericia, que es el color amarillo).
- La dificultad para comer
- El vómito o el llanto constantes.

Menos de tres orinadas por día.

- La ausencia de evacuaciones con distensión del abdomen.
- Pérdida de peso en los primeros días de más del 10% del peso al nacer.

Podríamos citar más signos de alerta, pero como en todo, debe usarse el sentido común, y recordar que es mejor consultar cuando se tiene la duda, ya que siempre debe prevalecer el interés del niño.