

Manual de cuidados del bebé prematuro o con peso bajo al nacer



Recomendaciones Generales

- No colocarlo en posición horizontal (acostado).
- Solamente debe sacar al bebé de la posición canguro cuando:
 - Va a cambiar el pañal.
 - Para pasarlo a otra persona que le ayudará a "cangurearlo".
- La ropa de la madre y del bebé así como la faja canguro deben lavarse únicamente con jabón para ropa, y enjuagarse con abundante agua, luego colocarla al sol y guardar inmediatamente que se seque (no utilice cloro, detergente o suavizantes).
- Recuerde que mientras el bebé esté en posición canguro, la persona que lo cargue durante la noche debe dormir en posición semisentada.
- La madre o el familiar que pase más tiempo con el bebé en posición canguro, debe hacer ejercicios de relajación: en un ambiente calmado, con luces bajas y música suave, debe cerrar sus ojos y luego realizar movimientos circulares del cuello, además flexionar y estirar diferentes partes del cuerpo, finalmente aflojar todo el cuerpo haciendo ejercicios de respiración, debe respirar profundamente y posteriormente sacar el aire lentamente por la boca abierta. Estos ejercicios de respiración puede repetirlos 2 ó 3 veces al día.
- El padre y la madre deben participar en las charlas que el personal de salud brinde a la familia canguro.

Existen algunos signos que el personal de salud le llama **"señales de peligro"** porque precisamente traducen un problema de salud en su bebé, es importante que la familia esté atenta a ellos. Si su bebé presenta una de las señales descritas a continuación, acuda de inmediato a la unidad de salud más cercana.

Dificultad respiratoria

- Expansión de las fosas nasales (los orificios de la nariz se abren de manera exagerada).
- Color morado alrededor de la boca y de las uñas
- Hundimiento de la piel, en el pecho o alrededor de las costillas.
- No respira.

Otras señales de peligro

- Piel de color amarillo en su cuerpo.
- Palidez en todo su cuerpecito.
- No se amamanta normalmente.
- Fiebre (calentura): está irritable, piel enrojecida y temperatura mayor de 38 grados.
- Poca movilidad: Los bebés prematuros duermen y se mueven muy poco, sin embargo, si observa que pasa mucho tiempo dormido, no responde a los estímulos ni al cambiarlo de posición, es signo de poca movilidad.
- Defeca con sangre.
- Vómito frecuente.

Higiene del bebé prematuro

- Si el bebé pesa menos de 2,500 gramos, no debe bañarlo, únicamente limpie sus genitales con un paño húmedo cada vez que sea necesario. El personal de salud le informará hasta cuándo podrá bañar a su bebé.
- Cuando tenga que cambiarle el pañal, hágalo rápido y en un lugar donde no corra aire para que no se enfríe su cuerpecito, y previamente prepare todo lo que va a necesitar: pañal, algo suave donde colocar la cabeza del bebé para que quede más alta que su cuerpecito, cojín, almohada, paño y agua limpia para limpiarlo. Solamente cuando el bebé tenga irritadita sus partes, es necesario aplicar crema anti pañalitis o vaselina simple.
- Inmediatamente después de que le cambie el pañal, vuelva a colocarlo en la posición canguro.

Higiene de la madre y/o familia canguro

- Lávese las manos con agua y jabón siempre, antes y después de usar el inodoro o letrina y sobre todo antes de tocar al bebé y después de cambiarle el pañal.
- Báñese diariamente con agua y jabón, si es posible con un jabón que no sea perfumado
- Use ropa limpia y cómoda como se describe en este folleto.
- Use un desodorante no perfumado
- No se aplique cremas ni perfumes
- No se limpie los senos ni aplique ningún producto. El baño diario es suficiente.



De donde fue la Vicky Altamira, una cuadro abajo, una cuadro al sur, Edificio Plaza San Ramón, Segundo piso, Módulo 6, Managua, Nicaragua.

Tel: (+505) 278-7112,
 Fax: 278-0447, ext. 108

www.hciproject.org



USAID
 DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS UNIDOS DE AMÉRICA

El proyecto USAID/HCI es posible gracias al apoyo generoso del pueblo de los Estados Unidos de América a través de la Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (USAID).

Esta publicación es posible por el apoyo del pueblo norteamericano a través de la Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (USAID). El contenido expresado por los autores de esta publicación, no necesariamente refleja la opinión del Gobierno de los Estados Unidos de América o de la Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional.

PROYECTO DE MEJORAMIENTO DE LA ATENCIÓN EN SALUD

El adecuado desarrollo emocional, físico y psicológico de un bebé que nace prematuro o con peso bajo al nacer, depende de los cuidados especiales que la madre, el padre y la familia le brindan.

¿Qué es un bebé prematuro?

Un embarazo dura 9 meses que es igual a 40 semanas. El bebé prematuro es aquel que nace antes de tiempo, es decir, antes de las 37 semanas. Estos bebés también nacen con un peso bajo, casi siempre menos de 2,100 gramos es decir menos de 5 libras.

¿Qué podemos hacer con un bebé prematuro?

Los bebés prematuros siempre son ingresados a la sala de neonatología del hospital, para brindarle los cuidados necesarios que le permitan una adecuada ganancia de peso, satisfaciendo las necesidades físicas y emocionales del bebé, su mamá y su papá.

¿Qué es una “Familia Canguro”

Es aquella, donde todos los miembros de la familia de un bebé prematuro, padres, hermanos y abuelitos, ayudan a la madre con los cuidados del bebé, y pueden también, al igual que la madre, colocárselo en el pecho y mantenerlo en contacto piel a piel y en posición vertical durante las 24 horas del día, si fuese necesario (Posición canguro).

¿Por qué es importante la posición canguro?

Porque mantiene al bebé calentito las 24 horas del día, lo estimula, le ayuda a respirar mejor, evita que vomite la lechita y fortalece el vínculo afectivo entre la madre, el padre y el bebé.

Recomendaciones sobre la vestimenta del bebé y la madre canguro.

Madre

- Blusa limpia, cómoda y abierta al frente
- No usar brassier
- No usar cremas, collares ni adornos en el cuello
- Usar una faja de material expansible alrededor del pecho (faja canguro), la cual mantiene al recién nacido en posición canguro y evita que se deslice o se caiga. El bebé debe estar dentro de la faja en posición vertical y luego la madre se coloca su blusa abotonada adelante o su camión, dejando abierto a nivel de la cabecita del bebé.

Bebé

- Gorrito de tela suave o de algodón
- Camisita abierta al frente para mantener contacto piel a piel con la persona que lo esté cargando en la posición canguro.
- Pañal impermeable para evitar el enfriamiento del bebé
- Calcetines

Cuidados para manipular al bebé prematuro

- Lavarse las manos antes de tocar al bebé.
- No pueden haber personas enfermas de gripe cerca del bebé. Recuerde que todo bebé prematuro tiene bajas sus defensas.
- Evite el contacto del bebé con mascotas (perro, gato, gallina, cerdo).
- No le ponga talco, cremas ni colonia, pueden ser perjudiciales para la salud del bebé.

Recuerde
Su bebé no necesita más ropas ni fajeros



Alimentación del bebé prematuro

El mejor alimento para un bebé prematuro es la leche materna por las siguientes razones:

- Aporta todo lo que el bebé necesita para su crecimiento y desarrollo.
- Protege a su bebé de enfermedades.
- Disminuye en el bebé el riesgo de enfermedades como inflamación de su barriguita.
- Le ayuda a su bebé a defecar (pupusear) con más tranquilidad, evita el cólico y el vómito.
- Le proporciona un contacto más íntimo con su madre, lo que le ayuda a desarrollar su cerebro.
- La leche materna está disponible todo el tiempo y se mantiene a la temperatura adecuada.

¿Cómo debe amamantar al bebé prematuro?

- Siéntese cómodamente, su espalda debe estar recta y si es posible apoyada sobre un cojín o almohada
- Coloque a su bebé en una posición cómoda (panza con panza).
- Dele de mamar durante el día, cada hora y media y durante la noche cada dos horas.
- Es probable que el bebé no se despierte para comer. Usted debe amamantarlo siempre. Si su bebé está dormido a la hora de comer, despiértelo suavemente, háblele con voz suave, él la escuchará y la entenderá. Los bebés prematuros duermen mucho, por lo que deben ser estimulados para que coman.
- Es normal que un bebé alimentado con leche materna, defecue frecuentemente.
- El bebé que es alimentado con leche materna, debe aumentar de peso, en un promedio de 15 gramos al día.
- En principio, el bebé puede demorar en tomar el pezón, en este caso, háblele y estimule sus mejillas y la barbilla.

Recuerde
Los bebés prematuros, succionan la leche de manera intermitente, es decir, chupan, paran y vuelven a chupar y así sucesivamente.

