

- f) Anticipar eventos fisiológicos que pueden preocupar a los padres, como hipo, reflujo, “manchas”, eritema neonatal, descamación de la piel, brote BCG, reflejo de Moro, etc.
- g) Asegurarse de que el niño siempre duerma en su propia cuna, con un colchón firme, en decúbito dorsal y con la carita descubierta.
- h) No exponerlo al sol
- i) Baño con agua tibia, una vez que el ombligo este seco. Usar jabón neutro o de glicerina. Jamás dejarlo solo en la bañera.
- j) No beber líquidos calientes con el niño en brazos.
- k) Insistir en la importancia de un ambiente libre de tóxicos (humo, polvos, etc)
- l) Usar siempre la silla porta bebé en el asiento de atrás del automóvil.
- m) Si tu bebé tiene algún síntoma como: fiebre, rechazo, de la alimentación, vómitos ictericia que se prolonga, deposiciones con sangre o de mal olor, puedes consultar telefónicamente a:

“Información rescatada de Tríptico del Equipo de Salud Cesfam Santa Cruz, año 2015.”

Hospital Santa Cruz

Colchagua



“CUIDANDO TU BIENESTAR”

Departamento de la Mujer

GUIAS ANTICIPATORIAS
EN EL EMBARAZO

Teléfonos Mesa Central
(72) 2332279

www.hospitalsantacruz.cl



EMBARAZO:

Se conoce como embarazo al período de tiempo comprendido que va, desde la fecundación del óvulo por el espermatozoide hasta el momento del parto.



EN EL EMBARAZADO:

- Mamá, debes hablarle a tu bebé, él te escucha desde las 16 semanas... ¡Es posible!
- Debes evitar fumar o estar en un ambiente de fumadores, bebedores o adictos. No debe ingerir ninguna medicina sin consultar a su médico o matrona.
- Debes acudir al dentista a tratarse cualquier carie o problema gingival antes de la llegada del niño.
- Debe alimentarse con una dieta equilibrada y sana.
- Mamá, recibirás orientación en la preparación de tus pechos para el futuro amamantamiento en los controles con matrona.

EL PARTO:

- Insistir en que la propia madre es la protagonista del parto. El equipo de salud está ahí para favorecer un proceso natural y hacerlo seguro. Nada más.
- El parto será más fácil y seguro si camina, además si en el trabajo activo esta más vertical que acostada en decúbito.
- Si el parto ha sido bueno, el niño debe ser entregado inmediatamente a su madre, para que se conozcan y se produzca contacto piel a piel. Cuando el RN mira a su madre, reconoce su voz. Estos dos hechos tan simples, dejarán una huella favorable para toda la vida.
- El niño ya sentirá hambre alrededor de una a dos horas de nacido. Si lo dejan sobre el pecho materno, será capaz de encontrar el pezón y mamar.

EN EL PUERPERIO:

- Promover la lactancia.**

Beneficios para el bebé:

La leche materna satisface las necesidades alimenticias del bebé hasta los seis meses cumplidos. Contiene los azúcares, las proteínas y las grasas en las cantidades necesarias para su óptimo crecimiento. Tiene sustancias defensivas que protegen al niño y le ayudan a combatir las infecciones. Contiene enzimas que ayudan en el proceso digestivo. Su costo es menor que el de la leche artificial, no necesita preparación y se puede ofrecer al bebé al instante.



BENEFICIOS PARA LA MADRE:

Le ayuda a recuperar el aspecto físico:
facilita la pérdida de peso.

Permite que el útero recupere antes su tamaño normal:
La succión estimula las contracciones uterinas.

Ventajas psicológicas:

Tranquiliza al bebé, da seguridad a la madre y fortalece su vínculo.

Además e importante:

- Aseo del cordón al menos dos veces al día con alcohol al 70%.
- No sobre abrigar al niño. Se suele decir que la guagua debe usar una prenda de vestir más que la madre.
- Desaconsejar el uso del chupete de entretención.
- Describir las características normales de las deposiciones, variabilidad del reflejo gastro-cólico, alertar frente a deposiciones poco frecuentes o duras.