



RECOMANACIONS PEL NOUNAT DESPRÉS DE L'ALTA HOSPITALÀRIA



LA HIGIENE

EL BANY DEL NOUNAT

- **No està recomanat** abans de la caiguda del cordó umbilical.
- Es recomanen **banys curts** amb sabó d'un pH **neutre**.
- **S'haurà d'assecar la pell amb cura** i insistint en els plecs.
- La temperatura de l'aigua recomanada és de **36 -37 °C**
- S'ha de **subjectar el bebè amb suavitat, però amb fermesa** secundant les natges i sostenint amb el nostre braç i mà la seva esquena i cap.
- **No s'han d'utilitzar colònies ni pòlvores de talc** sobre la pell del nounat.



EL CABELL

- S'ha de **netejar suaument**.
- **No és necessari** utilitzar **sabó cada dia**.
- **S'ha d'assecar immediatament** i amb compte.



- Si la quantitat de cabell ho requereix, és recomanable donar un lleuger massatge amb un **raspall especial per bebès**.

LES UNGLES

- Les ungles dels nounats **són molt fràgils** i tendeixen a trencar-se espontàniament.
- **No es recomana utilitzar tisores** per tallar les ungles fins que el pediatre ho autoritzi, però sí estan recomanades les llimes de cristall.



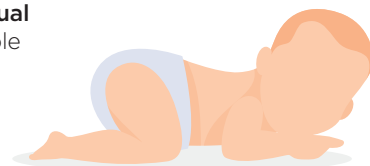
LA PELL

- En els nounats, **la pell és suau i delicada**. L'afecta tant el fred com la calor, però tenen una protecció natural per a això.
- Tota la **roba** que entri amb contacte amb la seva pell, es recomana que **sigui de cotó**.
- S'ha de tenir **especial cura amb les natges i els plecs**, ja que s'irriten amb facilitat a causa d'una barreja de calor i humitat que s'acumula als bolquers.
- Per aquest motiu, s'ha de **canviar amb freqüència**. Aquesta zona **s'ha de netejar i assecar bé després de cada micció i/o disposició**.



CANVI DE BOLQUERS

- S'ha de **canviar sovint** per preservar la integritat de la pell. A les nenes es recomana **netejar la zona genital d'endavant cap enrere**.
- **No es recomana l'ús habitual de tovalloletes**. És preferible netejar amb aigua i sabó de pH neutre.



LES ORELLES

- El **cerumen** que surt de l'interior **protegeix el conducte auditiu i el manté net**.
- S'ha de netejar **únicament la part externa** del pavelló auricular amb una gasa seca.
- **No utilitzi bastonets** que podrien produir lesions en el conducte auditiu.

LA BOCA

- No requereix cap cura especial.
- Si apareixen **taques blanques anomenades muguet** al paladar i geniva, el nounat ha de ser **inspeccionat pel pediatre**.

INFORMACIÓ PER A PACIENTS



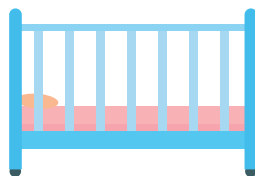
RECOMANACIONS PEL NOUNAT DESPRÉS DE L'ALTA HOSPITALÀRIA

EL CORDÓ UMBILICAL

- La zona ha d'estar **sempre neta i seca**. No s'ha d'aplicar desinfectants, si no és per preinscripció mèdica.
- **No és recomanable aplicar pólvores ni cremes.**
- El cordó acostuma a **caure entre setè i catorzè dia** després del naixement.
- **Signes d'alerta: sortida de líquid, mala olor, vermellor, inflamació.**

SON

- La posició recomanada pel son del nounat és **boca amunt amb el cap girat cap a un costat** per evitar el risc de mort sobtada en el lactant.
- S'haurà de **col·locar els peus** del nounat **tocant la part baixa del bressol**.
- **No s'han d'utilitzar coixins** per dormir.
- Així com s'han de **retirar pelutxos i mantes** del bressol.



CASA I VISITES

- Els nounats tenen un **risc elevat de contraure malalties infeccioses**. Per evitar-ho és important prendre algunes mesures higièniques:
 - **Rentar-se les mans** amb freqüència.
 - **No es recomana reunir molta gent** al voltant del bebè.
 - S'ha d'**evitar el contacte amb persones constipades** o amb malalties contagioses.

SORTIDES I PASSEJOS

- El nounat **pot sortir de passeig**, però és aconsellable **evitar els llocs amb molta aglomeració** i/o amb presència de fum o pol·lució.
- S'ha d'**evitar sempre fumar a prop** d'un bebè.



- A l'estiu, s'han d'**evitar les hores de més calor** per les sortides o passejos.
- Al cotxe s'han d'**utilitzar sempre les cadiretes homologades**. S'haurà d'**evitar fer viatges de més d'una hora** els primers dies o setmanes, i el nounat haurà d'estar sempre sota vigilància.

CRIBRATGE NEONATAL

- A partir de les 24 h de vida, el nounat se li recollirà una **mostra de sang per realitzar el diagnòstic precoç**. Es tracta d'una prova per detectar de manera primerenca possibles malalties metabòliques.
- Rebrà el **resultat d'aquesta prova per correu**, a la direcció que ens ha facilitat, en **un mes aproximadament**.
- En cas contrari, poden contactar telefònicament als següents números: **932275669 - 932275670**



DIAGNÒSTIC PRECOÇ HIPOACÚSIA

- Durant l'ingrés, es durà a terme una **prova d'audició** mitjançant una tècnica senzilla i indolora, i que serveix per detectar de manera precoç **possibles dèficits o pèrdues auditives**.

PRIMERA VISITA AL PEDIATRE

- El seu pediatre hauria de fer la **primera visita entre els 3-5 dies després de l'alta hospitalària**. Sol·liciti la cita en el seu ambulatori l'abans possible.



TARGETA SANITÀRIA DEL BEBÈ

- Per obtenir la targeta sanitària del bebè haurà d'**acudir a l'oficina del Centre d'Atenció i Informació de la Seguretat Social (CAISS)** del seu municipi.

A continuació, li detallem les direccions:

- **CAISS Santa Coloma de Gramenet:**
C/ Rafael de Casanovas, 44. Telf: 934.662.567
- **CAISS Badalona:**
C/ Margarida Xirgu, 33-39. Telf: 933.841.311 - 934.462.715
- **CAISS San Adrián del Besos:**
C/ Mar, s/ n. Telf: 933.810.677

