



RECOMENDACIONES PARA EL RECIÉN NACIDO TRAS ALTA HOSPITALARIA



LA HIGIENE

EL BAÑO DEL RECIÉN NACIDO

- **No está recomendado** antes de la caída del cordón umbilical.
- Se recomiendan **baños cortos** con jabón de un pH **neutro**.
- Se **deberá secar la piel con cuidado** e insistiendo en los pliegues.
- La temperatura del agua recomendada es de **36 -37 °C**
- Se debe **sujetar al bebé con suavidad, pero con firmeza** apoyando las nalgas y sosteniendo con nuestro brazo y mano su espalda y cabeza.
- **No se deben utilizar colonias ni polvo de talco** sobre la piel del recién nacido.



EL CABELLO

- Se debe **lavar suavemente**
- **No es necesario** utilizar **jabón cada día**.
- **Secar inmediatamente** y con cuidado.
- Si la cantidad de cabello lo requiere, dar un ligero masaje con un **peine especial para bebés**.



LAS UÑAS

- En el recién nacido **son muy frágiles** y tienden a romperse espontáneamente.
- **No se recomienda utilizar tijeras** para cortar las uñas hasta que el pediatra lo autorice, pero sí está recomendado usar limas de cristal.



LA PIEL

- En el recién nacido **la piel es suave y delicada**. Le afecta tanto el frío como el calor, pero tienen una protección natural para ello.
- Toda la **ropa** que entre en contacto con su piel, es aconsejable que **sea de algodón**.
- Se debe tener **especial cuidado con las nalgas y los pliegues**, ya que se irritan con facilidad debido a una mezcla de calor y humedad que se acumula en el pañal.
- Por este motivo hay que **cambiarlo con frecuencia**. Esta zona **debe limpiarse y secarse bien después de cada micción y/o deposición**.



CAMBIO DE PAÑAL

- Se debe **cambiar frecuentemente** para preservar la integridad de la piel. A las niñas se recomienda **limpiar zona genital de adelante hacia atrás**.
- **No se recomienda el uso habitual de toallitas**, es preferible lavar con agua y jabón de pH neutro.



LOS OÍDOS

- El **cerumen** que sale del interior **protege el conducto auditivo y lo mantiene limpio**.
- Se tiene que limpiar **únicamente la parte externa** del pabellón auricular con una gasa seca.
- **No utilice bastoncillos** que podrían producir lesiones en el conducto auditivo.

LA BOCA

- No requiere ningún cuidado especial.
- Si aparecen **manchas blancas denominadas muguet** en el paladar y las encías, el recién nacido debe ser **inspeccionado por el pediatra**.

INFORMACIÓN PARA PACIENTES



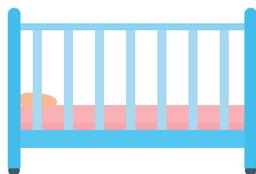
RECOMENDACIONES PARA EL RECIÉN NACIDO TRAS ALTA HOSPITALARIA

EL CORDÓN UMBILICAL

- La zona debe estar **siempre limpia y seca**. No tiene que aplicar desinfectantes, a no ser que sea por prescripción médica.
- **No aplicar polvos ni cremas.**
- El cordón suele **caer entre siete y catorce días** después del nacimiento.
- **Signos de alerta: Salida de líquido, mal olor, enrojecimiento, inflamación.**

SUEÑO

- La posición recomendada para el sueño del recién nacido es **boca arriba con la cabeza girada hacia un lado** para evitar riesgo de muerte súbita en el lactante.
- Se deberá **colocar los pies** del recién nacido **tocando la parte baja de la cuna**.
- **No se deben utilizar cojines** para dormir.
- Se tienen que **retirar los peluches y las mantas** de la cuna.



HOGAR Y VISITAS

- Los recién nacidos tienen un **riesgo elevado de contraer enfermedades infecciosas**. Para evitarlo es importante tomar algunas medidas higiénicas:
 - Es recomendable **lavarse las manos** con frecuencia.
 - **No se recomienda reunir mucha gente** en torno al bebé.
 - Se debe **evitar el contacto con personas resfriadas** ni con enfermedades contagiosas.

SALIDAS Y PASEO

- El recién nacido **puede salir de paseo**, pero es aconsejable **evitar los lugares con mucha aglomeración** y/o con presencia de humo o polución.
- Siempre **evitar fumar** junto al bebé.



- En verano, **evitar las horas de más calor** para las salidas o paseos.
- En coche se tiene que **utilizar siempre las sillas homologadas**. Así como se tiene que **evitar hacer viajes de más de una hora** en los primeros días o semanas. Y, el bebé siempre tiene que estar bajo vigilancia.

CRIBADO NEONATAL

- A partir de las 24 h de vida, al recién nacido se le recogerá una **muestra de sangre para realizar el diagnóstico precoz**. Se trata de una prueba para detectar de forma temprana posibles enfermedades metabólicas.
- Recibirá el **resultado de esta prueba por correo**, en la dirección que nos han facilitado, en **un mes aproximadamente**.
- En caso contrario, puede contactar telefónicamente con los siguientes números: **932275669 - 932275670**



DIAGNÓSTICO PRECOZ HIPOACUSIA

- Durante el ingreso, se realizará una **prueba de audición** mediante una técnica sencilla e indolora y que sirve para detectar de forma temprana **posibles déficits o pérdidas auditivas**.

PRIMERA VISITA AL PEDIATRA

- Su pediatra debería hacer la **primera visita entre los 3-5 días después del alta hospitalaria**. Solicite la cita en su ambulatorio lo antes posible.



TARJETA SANITARIA DEL BEBÉ

- Para obtener la tarjeta sanitaria del bebé deberá **acudir a la oficina del Centro de Atención e Información de la Seguridad Social (CAISS)** de su municipio.

A continuación, les detallamos las direcciones:

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

