

**INSTRUCCIONES GENERALES PARA
RECIÉN NACIDOS**
(NEWBORN GENERAL INSTRUCTIONS)**1. SEÑALES DE PELIGRO PARA SU RECIÉN NACIDO CUANDO ESTÉ EN EL HOGAR**

En caso de una emergencia que presente una amenaza a la vida, marque al 911 inmediatamente. Para cuestiones que no sean de gravedad, la mejor fuente de información es el doctor de su bebé. Si usted no logra comunicarse con él, usted puede comunicarse con un doctor de UCLA llamando a la operadora de UCLA al (310) 825-6301. Pida hablar con el “Pediatra de turno”. También puede hablar con un doctor o una enfermera llamando a la sala de emergencia del hospital Ronald Reagan-UCLA al (310) 267-8400 o a la sala de emergencia del hospital Santa Monica-UCLA al (424) 259-8219.

LLAME AL DOCTOR DE INMEDIATAMENTE SI:

- **El bebé tiene fiebre (una temperatura de 38 C ó 100.4 F o más).**
- **La respiración del bebé es inusualmente rápida o si respira con dificultad o si el bebé tiene una tos persistente.**
- **La piel del bebé se pone amarilla (o más amarilla que la última vez que el doctor consulto al bebé)**
- **El comportamiento del bebé ha cambiado y usted siente que algo no “anda bien”.** Por ejemplo: El bebé llora continuamente (y no logra consolarlo como normalmente lo haría, ya sea cargándolo o alimentándolo), o su bebé está inusualmente adormilado y no se despierta para comer.
- **El bebé vomita repetidamente (más que escupir), o el vómito es de color verde.**

2. EL ASIENTO DE COCHE PARA BEBÉS

Utilice un asiento para bebés orientado hacia atrás siempre que su bebé viaje en el automóvil. El asiento para bebés debería estar adecuadamente asegurado en el asiento posterior, de preferencia sobre el asiento de en medio, con el bebé sentado viendo hacia atrás. Para más información sobre las medidas de seguridad para los asientos para bebé, instrucciones de instalación, para encontrar una estación de inspección, o para información sobre retiros por el fabricante, ingrese al sitio de internet de la Administración Nacional de Seguridad Vial (*The National Highway Traffic Safety Administration*): <http://www.safercar.gov/parents/CarSeats.htm>

3. EL CUIDADO DEL CORDÓN UMBILICAL

Procure mantener la zona del cordón umbilical limpia y seca en todo momento. Es mejor si dobla la orilla del pañal de tal manera que el cordón permanezca sin tapar. Después de cada cambio de pañal, revise la zona. Si está limpia y seca, no necesita hacer nada. Si se ensucia, limpie la zona con cuidado utilizando bolas de algodón humedecidas con agua limpia. Después seque la zona con cuidado utilizando bolas de algodón secas. Normalmente el cordón se caerá en 7 a 14 días después del parto. Cuando el cordón se empiece a desprender, usted tal vez observe humedad alrededor de la base del cordón y un olor leve. Para esto, limpie la zona con un hisopo de algodón humedecido en alcohol. Se recomienda que el alcohol se utilice únicamente cuando el cordón ya se esté cayendo y haya humedad acompañada de olor. De lo contrario, basta con utilizar agua al limpiar. Es normal que haya una franja muy delgada (de 1/16 de una pulgada) de piel enrojecida alrededor de la base del cordón. No obstante, usted

INSTRUCCIONES GENERALES PARA RECIÉN NACIDOS

(NEWBORN GENERAL INSTRUCTIONS)

deberá llamar al doctor inmediatamente si usted nota pus, enrojecimiento o hinchazón de la piel alrededor del cordón umbilical.

4. CÓMO BAÑAR A SU RECIÉN NACIDO

Debe bañar al bebé utilizando únicamente una esponja después de que se le haya caído el cordón umbilical y que la base del cordón haya sanado completamente. Los bebés tal vez sólo necesiten un baño 2 o 3 veces por semana.

5. NIÑAS RECIÉN NACIDAS

Para ayudar a prevenir infecciones del tracto urinario, recuerde siempre limpiar a su bebé de enfrente hacia atrás (de la vagina hacia el recto) cuando le cambie el pañal. Muchas bebés despiden una pequeña cantidad de sangre o de flujo blanco transparente por la vagina. Esto es normal y desaparecerá dentro de unas semanas.

6. LACTANCIA

Durante los primeros días y las primeras semanas después del parto, usted debería de intentar amamantar a su bebé por lo menos 8 veces cada 24 horas. Amamante a su bebé siempre que este lo pida, es decir, siempre que el bebé se despierte y dé indicios de que está listo para que se le alimente (señales de hambre). La mayoría de los lactantes se alimentan 12 veces o más cada 24 horas durante la primera semana de vida. Por la noche amamante al bebé cuando este dé señales de hambre pero por lo menos hágalo cada 4 horas. A veces tendrá que despertar a su bebé cuando sea tiempo de alimentarlo. Es normal si el bebé se alimenta por un rato, se duerme y luego se despierta y vuelve a alimentarse.

A medida que su volumen de leche aumente, usted empezará a oír degluciones audibles cuando amamante a su bebé. Esto indica la transferencia de leche. Deje que su bebé se alimente hasta que parezca quedar satisfecho (las manos las relaja y/o suelta el pezón). Usted puede amamantar al bebé durante un mínimo de 10 minutos de cada lado o durante un máximo de 30 minutos de cada lado (durante los primeros 2-3 días únicamente amamante al bebé 5 minutos de cada lado). Evite darle biberón o cualquier otro pezón artificial tal como un chupón durante las primeras 2 a 3 semanas de su vida. Después, si desea, puede acostumbrar al bebé a que beba de un biberón una vez al día.

Si, para el cuarto día de vida su bebé parece estar satisfecho después de que se le amamanta, si come cada 2 a 3 horas y si orina por lo menos 4 veces al día, esto indica que su bebé está tomando suficiente leche. Muchos lactantes evacúan 4 a 8 veces al día, o más. Algunos evacúan con menos frecuencia.

Para educación parental y educación práctica sobre la lactancia, acuda al sitio de internet <http://kellymom.com/>. Para más información en cuanto a especialistas sobre lactancia en su zona, acuda a <http://www.breastfeedla.org/> y haga clic en el "Directorio de Recursos Sobre la Lactancia" (*Breastfeeding Resource Directory*).

MRN:
Patient Name:

(Patient Label)

**INSTRUCCIONES GENERALES PARA
RECIÉN NACIDOS**
(NEWBORN GENERAL INSTRUCTIONS)

7. EXTRACCIÓN Y ALMACENAMIENTO DE LA LECHE MATERNA

La extracción de leche sirve para establecer y/o proteger su suministro de leche en caso de que su bebé no sea capaz de prenderse o amamantar bien, que sus senos estén congestionados, que uno de ustedes esté enfermo o que usted y su bebé lleguen a estar separados por un período prolongado de tiempo. Existen 2 métodos para extraer la leche: (1) el método mecánico utilizando un extractor eléctrico o manual y (2) la extracción manual. La extracción manual facilita el contacto directo con la piel que se necesita para que la leche baje y para establecer y proteger su suministro de leche sin la necesidad de equipo adicional. La extracción manual se puede combinar con la extracción mecánica o se puede usar sola para extraer la leche materna. Para más información sobre la extracción manual, visite el sitio de internet <http://newborns.stanford.edu/Breastfeeding/HandExpression.html>.

Su leche materna recién extraída puede ser almacenada a temperatura ambiente (79F) por no más de 4 horas y en el refrigerador por no más de 8 días. Su leche materna recién extraída también puede ser almacenada en el congelador del refrigerador (5-15F) por 3 a 4 meses o en un arcón congelador (un congelador tipo baúl) por hasta 12 meses. Su leche materna congelada puede descongelarse y almacenarse en el refrigerador por hasta 48 horas siempre y cuando no haya sido calentada. Vaya utilizando el suministro de las primeras dos semanas de leche materna extraída en el orden en que la extrajo, y después utilice leche materna recién extraída siempre que esté disponible.

8. ALIMENTACIÓN CON BIBERÓN

A los bebés que usan biberón se les debe alimentar cada 2 a 3 horas cuando se observan señales de hambre. El tamaño del estómago de su bebé irá aumentando gradualmente durante los primeros 10 días de vida. Para el tercer día su bebé tomará por los menos 30 cc (1 onza) de leche materna extraída o de leche maternizada (*conocida como "fórmula"*) cada vez que lo alimente y para el décimo día su bebé tomará de 2 a 3 onzas. Consulte con el pediatra qué tipo de leche maternizada darle a su bebé si es que ha recibido indicación médica de utilizarla. No es necesario esterilizar los biberones. Sólo lávelos con jabón y agua tibia.

9. DARLE AGUA AL BEBÉ

No hay necesidad de darle agua al bebé. La leche de pecho o la leche maternizada son suficientes.

10. PAÑALES MOJADOS Y DEPOSICIONES

Un bebé amamantado tendrá deposiciones frecuentes que serán suaves y blandas. Un bebé que se alimenta con biberón tendrá deposiciones más firmes y menos frecuentes. Las deposiciones normalmente son de color amarillo, café, o verdes. Todos los bebés tienen que hacer un poco de esfuerzo cuando defecan. Siempre y cuando las deposiciones estén blandas, no es necesario que se preocupe por esto. Durante las primeras 24 horas el bebé debería de mojar por lo menos un pañal. Todos los días deberían de ir aumentando la cantidad de pañales mojados (por ej. 2 pañales mojados para el segundo día, 3 el tercer día, etc.) hasta que el bebé moje 6 o más pañales cada 24 horas. Durante los primeros días, incluso una pequeña cantidad de orina se considera un pañal mojado. Después debería de haber un aumento obvio en la cantidad de orina en los pañales.

**INSTRUCCIONES GENERALES PARA
RECIÉN NACIDOS**
(NEWBORN GENERAL INSTRUCTIONS)**11. SUEÑO**

Su bebé siempre debe de dormir boca arriba durante las siestas y por la noche. Los bebés recién nacidos deben de dormir sobre una superficie firme, cerca pero a la vez separados de usted. Nunca acueste al bebé en la misma cama cuando usted esté durmiendo o cuando haya la posibilidad de que usted se quede dormido. Dormir juntos no es seguro para el bebé, ya que aumenta el riesgo del síndrome de muerte súbita del lactante. Mantenga todos los objetos blandos/suaves, los juguetes, lienzos protectores y ropa de cama suelta fuera del área en donde duerme el bebé. Nunca permita que se fume cerca de su bebé y recuerde que el tomar medicinas recetadas, bebidas alcohólicas y otras drogas puede causarle somnolencia o afectar el juicio mientras amamanta a su bebé. Acuérdesse de siempre acostar a su bebé en la cuna o en un moisés (cunita portátil) antes de que usted se duerma.

12. CUANDO EL BEBÉ ENFERMA

Haga lo posible para que su bebé no esté expuesto a las personas enfermas. Si el bebé se enferma, o si parece tener fiebre, tómese la temperatura con un termómetro. Si su temperatura está por encima de los 38 C (o 100.4 F), llame a su doctor *inmediatamente*.

13. CUANDO EL BEBÉ ESCUPE

Muchos bebés estornudan, les da hipo, y escupen un poco de leche o tienen un poco de congestión nasal después de que se alimentan. Todo esto es normal. Si la congestión nasal interfiere con la alimentación, intente succionarle el moco de la nariz con una perilla succionadora.

14. COMO VESTIR AL BEBÉ

Usted debe de vestir a su bebé de la misma manera y con la misma cantidad de ropa que usted utilice. Si hace frío o el bebé parece tener frío, asegúrese de cubrirle la cabeza con un gorrito.

15. ¿QUIÉN ESTÁ CUIDANDO AL BEBÉ?

Nunca deje a su bebé solo con otro niño o con una mascota.

16. ¡NUNCA SACUDA A SU BEBÉ!

El sacudir a su bebé puede causar MUERTE o LESIONES GRAVES tales como: daño al cerebro, retraso, parálisis, ceguera y retrasos en el desarrollo normal. Si usted se siente enojado, **NO PIERDA EL CONTROL** – en vez de eso, intente lo siguiente:

- Camine a otra parte de la casa. Está bien dejar al bebé en la cuna o en un lugar seguro, pero revíselo cada 15 minutos.
- Llame a su familia, a sus amistades o a su pediatra para consejos y apoyo.
- Aprenda diferentes métodos de disciplina por medio de clases para padres. El sacudir a su bebé **NUNCA** es una forma aceptable de disciplina.
- Aprenda la forma adecuada de efectuar la resucitación cardiopulmonar (el “CPR”). **NUNCA** sacuda a un niño que se esté asfixiando o que haya dejado de respirar.

MRN:
Patient Name:

(Patient Label)

**INSTRUCCIONES GENERALES PARA
RECIÉN NACIDOS**
(NEWBORN GENERAL INSTRUCTIONS)

17. EL CUIDADO MÉDICO DE SEGUIMIENTO

Su bebé necesitará acudir de forma constante a consultas de seguimiento con un doctor. La primera cita debería de ser dentro de uno a tres días después de que se le dé de alta. Esto dependerá de la edad que tenga el bebé cuando se le dé de alta y también de otros factores. A usted se le dirá específicamente cuándo deberá de acudir a la primera cita. Se espera que usted se comunique con su doctor o con la clínica para agendar la cita y que tenga una cita ya confirmada antes de que al bebé se le dé de alta del hospital. Es posible que esto no lo pueda hacer durante los fines de semana y durante los días feriados.

En este caso, le pedimos que tan pronto como la clínica o el consultorio vuelva a abrir usted llame para agendar la cita.

**IDENTIFICACIÓN DEL RECIÉN NACIDOS AL
TIEMPO DE QUE SE LE DÉ DE ALTA DEL HOSPITAL**

Certifico que durante el procedimiento de alta del hospital yo recibí a mi bebé y revisé que los números del brazalete de identificación sellado de mi bebé corresponden con los números de mi brazalete de identificación..

Engrape los brazaletes aquí:

[Empty box for taping identification bands]

Número de identificación _____

Firma de la Enfermera _____

Firma _____ Fecha _____ Hora _____

Parentesco con el bebé _____

Otra Identificación (si es necesario) _____

MRN:
Patient Name:

(Patient Label)

**INSTRUCCIONES GENERALES PARA
RECIÉN NACIDOS**
(NEWBORN GENERAL INSTRUCTIONS)

**ACUSE DE RECIBO DE LAS INSTRUCCIONES
DE ALTA PARA RECIÉN NACIDOS**

Me han explicado y he entendido las "Instrucciones Generales Para Recién Nacidos". He recibido una copia de estas instrucciones. Entiendo cuándo tengo que llevar a mi bebé a su primera cita de seguimiento con un pediatra, así como se indica en el Resumen de Alta y en el Resumen Posterior a la Consulta.

Firma _____

Firma de la Enfermera _____ Fecha _____ Hora _____