



Cuidados rutinarios de su bebé

El aseo con esponja

1. Antes de proceder al aseo de su bebé, cierre todas las ventanas y puertas para evitar que entre corriente de aire o frío.
2. No es aconsejable que use una mesa para bañarlo es preferible colocar el cambiador o vestidor en el suelo o una cama baja.
3. Tenga junto a Ud. la ropa limpia, una toalla chica, jabón de glicerina, gasa o algodón hidrófilo, una toalla grande y por supuesto una o dos palanganas con agua caliente.

Procedimiento:

1. Coloque al bebé de espaldas sobre el cambiador, déjele la batita y el pañal.
2. Moje la gasa en agua caliente y comience limpiándole de adentro hacia fuera los ojitos. Primero límpiele un ojo, séquelo con algodón hidrófilo u otra gasa y proceda luego con el otro ojito.
3. Con otra gasa humedecida limpie la mitad de la cara. Quite bien la leche pegoteada o alimentos sólidos derramados que puedan irritarle la piel. Séquelo con algodón hidrófilo y después haga lo mismo con la otra mitad.
4. Con otra gasa humedecida limpie alrededor de la oreja. Examine bien los oídos y fosas nasales pero evite limpiarlos con hisopos comunes a menos que lo crea muy necesario.
5. Con la toalla chica humedecida limpie el cuello, manos y axilas del bebé. Séquelo con la toalla grande.
6. Si prefiere puede lavarle las manos con el agua de la palangana utilizando jabón de glicerina.
7. Sosteniendo la cabecita del bebé encima de una de las palanganas, humedezca el cuero cabelludo y enjabónelo con el jabón de glicerina. Limpie bien las distintas zonas comenzando por delante e imprima luego unos ligeros masajes con la punta de sus dedos por toda la superficie.
8. Enjuague la cabecita, tomando si prefiere agua de la otra palangana. Séquelo con la toalla grande.
9. Sáquele luego la batita y con la esponja enjabonada lávele el pecho suavemente, haga igual con los brazos y el abdomen. Enjuáguelo con la misma esponja y séquelo con la toalla grande.
10. Sosteniendo la cabeza de vuelta al bebé, colóquelo boca abajo para lavarle la espalda con la esponja del mismo modo que hizo antes para lavarle el pecho y el abdomen. Enjuáguelo de la misma forma para quitarle todo el jabón y séquelo con la toalla grande.
11. Ahora sí, quítele los pañales. Lave bien la colita extrayendo los restos de Materia fecal. Enjabone y enjuague bien los genitales, nalgas y miembros inferiores. No



toque los genitales. No retire el prepucio en los varones. No lave los labios mayores

en las nenas. Seque bien la zona. No aplique ninguna crema ni talco a menos que su médico lo recomiende. Coloque luego el pañal.

12. Cepille el pelo del bebé con el cepillo especial para bebés. Córtale las uñas con una tijera que no tenga punta. No intente cortar las uñas en otras oportunidades. Luego del baño es lo más aconsejable, pues las ablanda y es más fácil.

El baño del bebé en la bañera

Si Ud. prefiere puede bañar a su bebé en la bañera, en vez de hacerlo sobre el cambiador utilizando una esponja.

En general se aconseja un baño de bañera día por medio y uno de esponja también día por medio.

Lo que siempre debe mantenerse limpios son la cara y los genitales.

El jabón a utilizar es el de glicerina, ya que el perfumado puede irritar la piel del bebé produciendo escamas y eccemas.

Estos son los elementos a utilizar:

- Una bañera portátil
- Una toalla grande
- Una toalla chica
- Una esponja
- Una olla de agua con un recipiente chico
- Un jabón de glicerina

Procedimiento:

1. Primero póngase un delantal impermeable.
2. Llene la bañera con 6 o 7 cm. de agua. Controle con su codo si la temperatura es adecuada. Debe ser tibia para el codo, es decir, alrededor de 31 o 32 grados.
3. Desvista al bebé sobre el cambiador y envuélvalo en una toalla.
4. Colóquelo sobre su regazo, lávele primero con la cabeza con jabón y proceda luego a levantar la cara.
5. Coloque su mano izquierda detrás de la nuca a fin de sostener la cabeza, y la mano derecha detrás de la colita y el muslo.
6. Sumérjalo ahora si en el agua, muy lentamente, suavemente para que se acostumbre.
7. Una vez relajado retire su mano derecha y proceda a enjabonar paulatinamente el cuello, detrás de las orejitas, los pliegues de la piel debajo del mentón, el cuerpo, los genitales y los miembros superiores e inferiores.
8. Una vez concluido, trate de sentar al bebé tomándolo de la cabeza, y con un recipiente chico extraiga de la olla el agua adecuada y enjuague los residuos de jabón.



9. Sáquelo de la bañera tomándolo con cuidado, y envuélvalo en una toalla grande

para secarlo. Déle palmaditas por todo el cuerpo, a fin de que se seque bien.

UD debe saber que...

- a) Debe colocar poca cantidad de agua en la bañera. No más de 5 o 6 cm., solo 3 cm. y acostar al bebé en ella sosteniéndole la cabecita con una almohada de plástico pequeña, así el bebé estará acostado y Ud. podrá utilizar las dos manos.
- b) no se recomienda el uso de cremas o polvos para la piel pero si los utilizara, tenga cuidado de no formar una nube que el bebé puede aspirar (los polvos que tienen estearato de cinc son perjudiciales para los pulmones). Puede utilizar shampoo para bebé en el cuero cabelludo en lugar del jabón de glicerina.
- c) No se recomienda al uso de aceites. La mejor manera de cuidar la piel del bebé, no usando jabones perfumados, secándolo bien y no bañarlo muy seguido.
- d) Puede utilizar el baño para realizar algunos masajes. Los bebés gustan de ellos. Les resultan sedantes y relajantes.
- e) El pene circunciso se cicatriza a los 10 días. Luego de ello puede seguir segregando algunas gotas de sangre que no debe preocupar. El lavado es normal como si el pene no se hubiese circuncido. No es aconsejable retraer el prepucio hasta los 18 meses en los penes normales.
- f) No debe utilizar las bañeras de su baño hasta que el bebé no haya cumplido 9 meses por lo menos. Hasta esa fecha se aconseja la bañera de plástico.
- g) La temperatura del medio ambiente, cuando se extrae al bebé del agua, debe oscilar entre los 23 y los 26 grados.
- h) No debe utilizar el agua que esté más fresca o más caliente para su codo.
- i) Si su bebé no está adaptado al baño de esponja, proceda paulatinamente a acostumbrarlo a la bañera.