

HIGIENE DEL BEBÉ



Al llevar a casa al recién nacido puede generar muchas dudas. Las más habituales son las relacionadas con los cuidados, aseo e higiene.

LOS BEBÉS RECIÉN NACIDOS...

- Necesitan cuidados que requieren tiempo y supervisión las 24 horas del día por lo que es importante prepararte y buscar el apoyo necesario.
- El cambio de pañal, el cuidado del ombligo y el baño son parte importante de la higiene del bebé.
- Estas actividades de higiene se pueden compartir con los familiares y amigos para que tengas oportunidades de descansar.

CAMBIO DE PAÑALES

- Los bebés mojan sus pañales aproximadamente 6 veces diarias y evacúan aproximadamente entre 4 a 8 veces diarias o cada vez que comen.
- Cambia el pañal cada vez que esté mojado o sucio para evitar irritación en la piel. En el caso de que tenga la piel irritada, coloca crema, según indique el pediatra.
- Coloca el pañal de manera que no cubra el área del cordón umbilical para mantenerlo seco.

CUIDADO DEL OMBLIGO

- El área del ombligo puede ser limpiado con alcohol o con agua y jabón. Es importante mantenerlo seco. No sumerjas al bebé en agua, puedes limpiarlo con una toalla suave.
- No trates de quitar el cordón umbilical, este se secará y se caerá solo.
- Notifícale al pediatra si, alrededor del cordón umbilical, el área se pone roja, huele mal, sangra o le sale algún líquido.

BAÑO DEL BEBÉ

- Mientras tenga el pedacito del cordón umbilical utiliza una esponja o toallita para limpiar al bebé.
- Cuando se le haya caído el cordón umbilical puedes sumergir su cuerpecito en el agua del bañito de bebé.
- Antes de comenzar, ten a la mano todo lo que necesitas para el baño.
- Verifica la temperatura del agua y nunca dejes solo al bebé en el bañito de bebé. Se recomienda utilizar jabones libres de fragancias y colorantes.
- Después del baño envuelva al bebé en una toalla para que no le de frío.

RECUERDE CONSULTAR CON EL PEDIATRA SI TIENE DUDAS SOBRE EL CUIDADO DE SU BEBÉ.



Para más información, comuníquese con la Unidad de Servicios Comunitarios de Prevención y Educación al: **787.277.6571**



Triple-S Salud, Inc. cumple con las leyes federales aplicables de derechos civiles y no discrimina en base a raza, color, origen de nacionalidad, edad, discapacidad, o sexo. Triple-S Salud, Inc. complies with applicable federal civil rights laws and does not discriminate because of race, color, national origin, age, disability, or sex. ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 787-774-6060, (TTY/TDD) 787-792-1370 or 1-866-215-1999. Free of charge 1-800-981-3241. If you are a federal employee or retiree call 787-774-6081, Toll Free 1-800-716-6081; (TTY / TDD) 787-792-1370; Toll-Free 1-866-215-1999 ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística llame al 787-774-6060, Libre de costo 1-800-981-3241. (TTY/TDD) al 787-792-1370 o 1-866-215-1999. Si es empleado o retirado federal llame al 787-774-6081, libre de costo 1-800-716-6081; (TTY / TDD) 787-792-1370; libre de costo 1-866-215-1999. Concesionario Independiente de BlueCross BlueShield Association. TSS-EDS-5040-2023-A