

AMBIENTE EN CASA

Mantenga un ambiente fresco, evite permanecer en un lugar muy encerrado, esto le produce exceso de calor, sudoración y brotes. Durante el primer mes, no utilice escoba al barrer, hágalo con trapero húmedo para evitar que el polvo se esparza en el ambiente y así el bebé respira un aire libre de polvo. **No sacuda el polvo. Use un trapo húmedo y páselo suavemente por las superficies.**

EVITE:

Fumar o que fumen dentro de la casa, que le den besos al bebé en la boca, cara y manos, que los visitantes lo carguen sin lavarse las manos, aplicar lociones, perfumes o colonias directamente en la piel.

ALIMENTACIÓN CON FÓRMULA INFANTIL

La lactancia materna es fundamental para el desarrollo del recién nacido. En contadas excepciones el bebé puede necesitar alimentarse con fórmula infantil (bajo indicación médica), asegúrese de seguir las recomendaciones en la etiqueta del producto o acuda a su médico tratante para recibir más información.

VISITAS

Durante el primer mes, es recomendable evitar exponer al bebé a muchas personas, pues es un período en el que no tiene suficientes defensas.

El riesgo de contraer infecciones respiratorias (gripa) es muy alto en este período, por esta razón intente no acudir con el bebé a lugares concurridos o ambientes de construcción o humo. Las personas que conviven con el bebé deben mantener su esquema de vacunación completo.

SUEÑO SEGURO

Los recién nacidos duermen la mayoría del tiempo. Se despiertan por períodos de muy pocos minutos durante las primeras semanas. Es importante asegurar un sueño sin riesgo de asfixia.

Deben dormir con la cabeza descubierta, siempre sobre su espalda (boca arriba), sobre una superficie plana y firme, en un colchón que encaje bien. Retire juguetes y objetos blandos de la cuna, evite el uso de almohadas.

Si necesita poner una manta sobre el bebé, hágalo por debajo de los brazos.

Cuando el bebé lllore, acuda siempre a verificar que todo está bien.

EVITE PONER A SU BEBÉ A DORMIR BOCA ABAJO, puede ser causa de muerte por asfixia.

