

Limpieza

Limpieza diaria

Todos los días, limpie la cara, el cuello, las manos y la zona del pañal de su bebé, en ese orden.

Baños



¿SABÍA USTED?

No es necesario bañar a su bebé todos los días.

Baños más seguros

- ✓ Siempre tenga al menos una mano sobre su bebé mientras esté en la bañera.
- ✓ Si puede, ponga su termostato a menos de 49°C (120°F).
- ✗ Nunca deje a su bebé sola cuando esté en la bañera o cerca de ella, ni siquiera por un momento.
- ✗ No use:
 - ✗ aceites de baño, porque la harán resbaladiza
 - ✗ hisopos de algodón, que pueden dañar zonas sensibles
 - ✗ asientos de baño ni anillos, porque representan un peligro de ahogamiento



CONSTRUCCIÓN DE CEREBROS

Haga del baño una experiencia interactiva. Sonría, haga contacto visual, cante y hable con su bebé.



CÓMO

Bañar a su bebé

1. Caliente la habitación –de 22 a 27°C (72 a 81°F).
2. Use el fregadero, lavabo, una bañera para bebés o, si se mete con ella, una bañera normal.
3. Ponga una manta o una toalla sobre una superficie plana.
4. Ponga a su alcance todo lo que va a necesitar.
5. Use agua tibia, no caliente.
6. Lave las partes de las más limpias a las más sucias. Empiece por la cara, usando sólo agua, y limpie el área del pañal al final. Use un jabón suave y sin perfume en las partes visiblemente sucias, como el área del pañal y las manos.
7. Use un jabón suave y sin perfume o champú para bebés en el cabello, y enjuague bien.
8. Colóquela sobre la toalla y séquela. Hágalo rápido, ya que los bebés se enfrían pronto. Asegúrese de secarle los pliegues de la piel.



APOYO

Qué puede hacer

Siéntese en la bañera y haga que su pareja le pase al bebé. Cuando termine el baño, pásese el bebé de vuelta antes de salir.

Las partes que requieren de cuidado especial

Ojos

Usando un paño limpio y húmedo, limpie de adentro hacia afuera.

Orejas

Limpie sólo la parte externa usando una toalla envuelta alrededor de su dedo. No use hisopos de algodón.

Genitales

Limpie suavemente entre los pliegues exteriores de los labios de las niñas. No tire del prepucio de los chicos.

Dientes y encías

Límpiele las encías diariamente con un paño húmedo y limpio. Una vez que le salgan los primeros dientes, use un cepillo de dientes suave para bebés y una dosis de pasta dental con flúor del tamaño de un grano de arroz por la mañana y a la hora de acostarse.

Cordón umbilical

Mantenga la zona seca. Después del baño y del cambio de pañal, limpie con un algodón o una toalla húmeda y séquela bien. Cuando le ponga el pañal, dóblelo para que quede por debajo del cordón. Después de que el cordón se caiga (alrededor de 5 a 15 días), limpie el ombligo durante unos días. Si la zona alrededor del cordón está tibia, roja o hinchada o tiene una secreción maloliente, o si el cordón no se seca, llame a su profesional de la salud.

Uñas

Manténgalas cortas para evitar que el bebé se rasguñe. Córtelas cuando esté dormido o adormecido, para que tenga las manos abiertas y quietas, o después de un baño cuando sus uñas estén más blandas. Use tijeras de punta roma o una lima de uñas. En los dedos de los pies, corte o lime en línea recta para que no se le encarnen las uñas.