

Hábitos en la infancia



Dr. Diego Fernandez Sasso

Médico Pediatra

Médico hematólogo, Jefe de Internación de Pediatría del IADT
(Instituto Argentino de Diagnóstico y Tratamiento)
Director Médico de CrioCenter

Para solicitar una consulta prenatal o pediátrica

Turnos: www.docturno.com

Llamando al 5272-2219 (de L. a V. de 14 a 19hs.)



diegofernandezsasso@criocenter.com



[@DrDiegoFSasso](https://twitter.com/DrDiegoFSasso)



[/DrFernandezSasso](https://www.facebook.com/DrFernandezSasso)

“Un hijo
te cambia
la vida”

Cuando nazca pedilo, abrazalo, ponelo al pecho, miralo

Primeros controles



- ♡ Inyección de vitamina K
- ♡ Vacuna Hepatitis B
- ♡ Colirio en los ojos
- ♡ Estudios de oftalmología y otoemisiones

¿Cómo se ve?

Es normal que el bebé pueda nacer con:

- ♥ Manchas: son normales y se van con el pasar de los días.
- ♥ Chichones: suelen aparecer por la presión que se genera al pasar por el canal de parto.
- ♥ Piel descamada: su piel es muy sensible y puede aparecer descamada los primeros días.
- ♥ Uñas largas: es importante limarlas y no cortarlas para evitar accidentes.

Sentidos

El recién nacido ve 25 cm. de profundidad que es la distancia que lo separa de la cara de su mamá durante la lactancia. El niño la ve y la reconoce.

La escucha y gracias a su olfato que suele estar muy desarrollado la reconoce como su mamá desde el primer instante.

“El bebé decodifica el mundo a través del contacto con su mamá, abrazalo mucho”



Alimentación



La leche materna es el mejor alimento



Por su composición, ya que influye no solo en el presente sino también en el futuro del bebé y por su interacción, ya que genera una conexión única entre un hijo y su mamá

Higiene

La primera caca del bebé se llama meconio y es muy oscura y de consistencia viscosa. Lo mejor para limpiarlo es el oleo calcareo y algodón.



Con cada cambio de pañal hay que limpiarle con alcohol y una gasa el cordón umbilical hasta que termine de secarse y se caiga. Recién ahí empezar a bañar al bebé con agua tibia y agradable.



Sueño

Para que el sueño del recién nacido sea seguro se deben tener en cuenta algunas pautas:

- ♥ Acostarlo boca arriba siempre
- ♥ Sacar almohadones o muñecos
- ♥ Evitar cualquier elemento que pueda taponarle la cara (por ejemplo sábanas o frazadas)

Colecho, si o no?

Es una decisión de los padres, lo importante es consensuar en familia alineando el pensamiento con la palabra y la acción.

Se **desaconseja** el colecho con **bebés prematuros** y si alguno de los padres consume **alcohol o drogas** para dormir.

Urgencias Médicas

Fiebre



Tomar la fiebre con termómetro digital debajo de la axila.

Se considera fiebre más de 38°.

En recién nacidos es motivo de control pediátrico siempre.

Prevención de Accidentes y Enfermedades

- Nunca dejar a un bebé en altura solo.
- En el auto usar siempre el huevito mirando hacia atrás.
- No dejar solo a un bebé con una mascota.
- Nunca dejar a un bebé solo en el agua o cerca.
- Vacunar al bebé.
- Lavarse bien las manos.



Ante cualquier duda consultar a su pediatra

La llegada de nuestros hijos al mundo está llena de amor y de ilusiones.



Es importante disfrutar de este momento pero también tener en cuenta que de ahora en más seremos el espejo en el que se mirarán nuestros hijos durante los primeros años y quienes debemos enseñarles buenos hábitos y costumbres.



El sueño, la alimentación, la actividad física, el manejo de las frustraciones son algunas de las primeras enseñanzas que debemos darles.



¿Y qué mejor manera de enseñar que con el ejemplo?

Si vivimos una vida saludable nuestros hijos aprenderán a vivir de manera saludable. Puede ser difícil con la acelerada vida que llevamos los adultos en la actualidad, pero vale la pena intentarlo! Ellos nos lo van a agradecer.

“Miralo, abrazalo y decile cuánto lo querés todo el tiempo”

