

28 DÍAS
• tiempo para
cuidar y amar

TIEMPO PARA CUIDAR Y AMAR AL BEBÉ

ROTAFOLIO EDUCATIVO PARA PERSONAL COMUNITARIO



INDICACIONES PARA EL O LA FACILITADOR(A)

El rotafolio “Tiempo para cuidar y amar al bebé” es una iniciativa de la OPS/OMS y su Centro Latinoamericano de Perinatología (CLAP), en conjunto con la Secretaría de Salud, que buscan concientizar sobre la importancia del cuidado de los recién nacidos y brindar información de interés basada en la evidencia para atención del recién nacido. Los objetivos persiguen: Brindar cuidados de calidad, contribuir a la reducción de la tasa de mortalidad neonatal, y concienciar sobre la necesidad de acción ante situaciones que requieran intervenciones específicas.

Este rotafolio busca incrementar el conocimiento, las habilidades y la autoconfianza de las madres, familias y cuidadores de recién nacidos, con apoyo de los trabajadores de la salud, y agentes comunitarios de salud sobre la importancia de las buenas prácticas del cuidado de los recién nacidos y fomentar la toma de decisiones asertivas para reducir la mortalidad neonatal a nivel comunitario.

TEMAS

- 1 EN LAS PRIMERAS HORAS LA MADRE Y EL BEBÉ DEBEN TENER CONTACTO PIEL A PIEL (APEGO PRECOZ)**
- 2 LACTANCIA TEMPRANA Y EXCLUSIVA**
- 3 ALIMENTACIÓN DE LA MADRE**
- 4 PROTECCIÓN TEMPERATURA CORPORAL DEL BEBÉ**
- 5 HIGIENE DEL CORDÓN UMBILICAL Y LA PIEL**
- 6 REGISTRO DEL NACIMIENTO**
- 7 LAS VACUNAS DEL RECIÉN NACIDO EN LA PRIMERA HORA DESPUÉS DEL NACIMIENTO**
- 8 VACUNAS**
- 9 CONSULTAS MÉDICAS RUTINARIAS**
- 10 ALIMENTACIÓN DEL BEBÉ**
- 11 DETECCIÓN DE SÍNTOMAS Y SEÑALES DE PELIGRO**
- 12 DEPRESIÓN DESPUÉS DEL PARTO (POSPARTO) Y EL RECIÉN NACIDO**



EN LAS PRIMERAS HORAS LA MADRE Y EL BEBÉ DEBEN TENER CONTACTO PIEL A PIEL (APEGO PRECOZ)

En la primera hora posterior al nacimiento, los bebés tienen la capacidad de iniciar por sí solos la lactancia. Al nacer, luego de secarlos suavemente, los recién nacidos son colocados boca abajo directamente sobre la piel del abdomen y del pecho de la madre, sin interferencias en el contacto. El contacto piel a piel en la primera hora de vida facilita que el bebé mantenga su temperatura, reconozca los sonidos y las voces, se tranquilice y alcance la meta que el olfato y la vista le señalan: el pecho materno.

En esta posición, con el tiempo necesario, desarrollan una actividad que los lleva a iniciar la succión al pecho alrededor de una hora después de nacer. Es muy importante permitirles iniciar la lactancia en cuanto den señales de estar preparados para ello, sin forzarlos, y no interrumpir este momento hasta que finalice la ingesta de calostro. La lactancia queda instalada desde la primera hora después del parto.



LAS PRIMERAS HORAS, MADRE E HIJO(A) DEBEN TENER CONTACTO PIEL A PIEL (APEGO PRECOZ)

Es recomendable iniciar la lactancia en el transcurso de la primera hora después de nacer y dar al bebé el tiempo necesario en contacto piel a piel con la madre. Es importante no interrumpir este contacto hasta que finalice la ingesta de calostro

LACTANCIA TEMPRANA Y EXCLUSIVA

La madre va aumentando la producción de leche durante las primeras horas y días después del parto, con el estímulo de la succión del bebé al pecho.

En los primeros minutos después del parto comienza la secreción de calostro, un líquido de color amarillento, de alto valor nutritivo, que aporta beneficios únicos, exclusivos y adecuados para este momento. La ingesta de calostro es de mucha importancia para los recién nacidos.

Es muy importante que los recién nacidos reciban exclusivamente la leche de su madre y que solo succionen el pecho materno. Cuando los bebés ingieren otros líquidos o alimentos sienten menos apetito por la lactancia, disminuye su demanda para ser amamantados y, como consecuencia, disminuye la producción de leche en la glándula mamaria. La succión de objetos que no sean el pezón puede confundirlos.

Se recomienda la lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses.



LACTANCIA TEMPRANA Y EXCLUSIVA

Es recomendable que la lactancia se inicie inmediatamente después del nacimiento, para que el bebé succione únicamente el pecho materno y que ingiera el calostro. Luego, su madre debe continuar amamantándolo de manera exclusiva durante los primeros 6 meses.



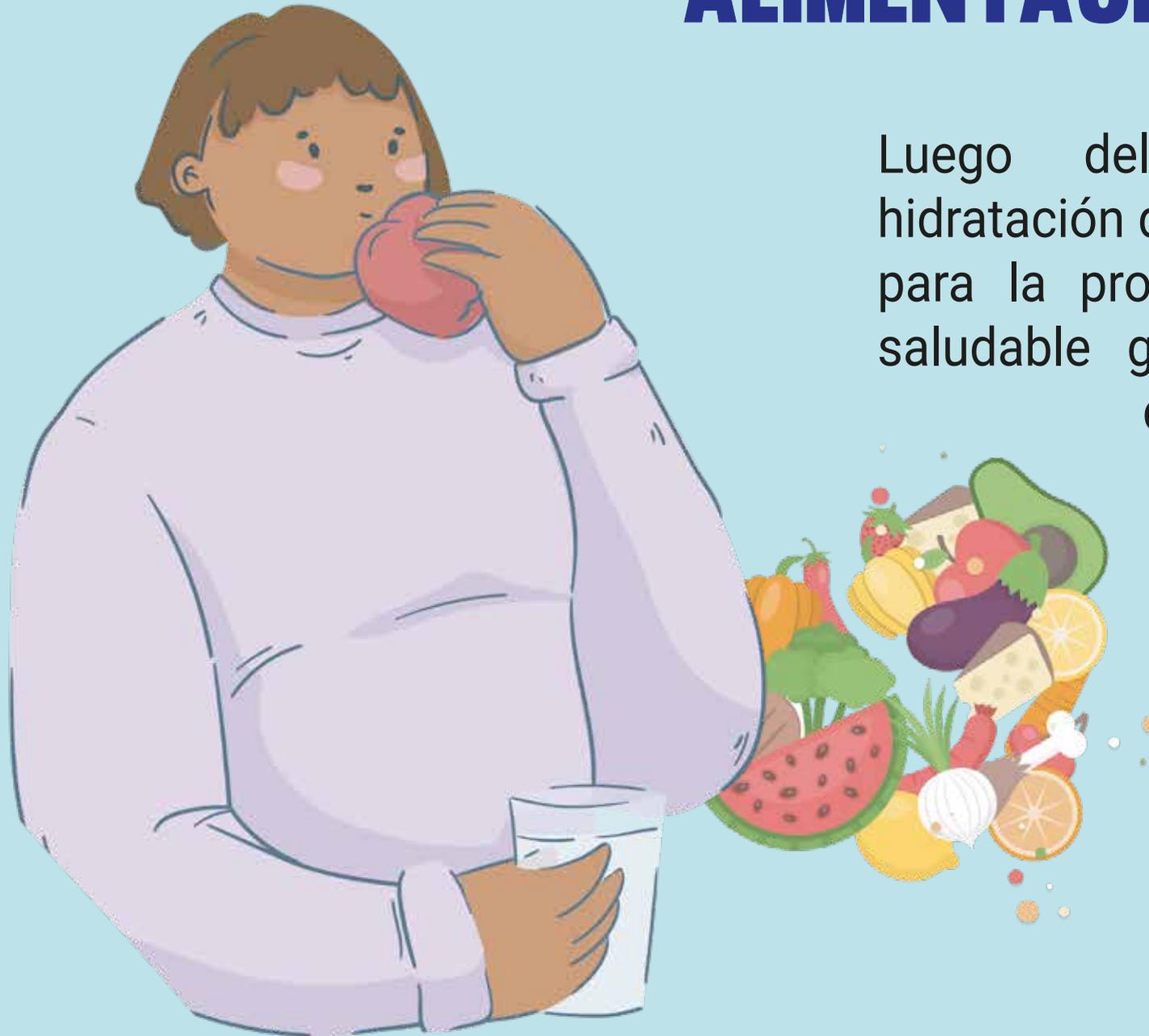
ALIMENTACIÓN DE LA MADRE

Luego del nacimiento del bebé es muy importante que la madre se mantenga hidratada. Una dieta variada y saludable, que genere bienestar y evite molestias estomacales, facilita la disponibilidad para el amamantamiento a libre demanda.



ALIMENTACIÓN DE LA MADRE

Luego del nacimiento, la correcta hidratación de la madre es muy beneficiosa para la producción de leche. Una dieta saludable genera bienestar y facilita la disponibilidad para amamantar.



CUIDADO DE LA TEMPERATURA CORPORAL DEL BEBÉ

En los primeros cuidados del bebé, la temperatura es un punto importante, aunque las manos y los pies los tengan fríos es normal en los recién nacidos sanos, esto no significa que sientan frío.

La cercanía permanente de la mamá facilita el contacto piel a piel, que ayuda a mantener la temperatura del bebé estable. Es recomendable retrasar el primer baño luego del nacimiento, en lo posible 24 horas, y evitar las corrientes de aire en el ambiente en que se encuentra el recién nacido. Para el abrigo se usa ropa adecuada a la temperatura ambiente sumando una o dos más que lo que usaría el adulto, además de un gorro.

CUIDADO DE LA TEMPERATURA CORPORAL DEL BEBÉ

Manos o pies fríos son normales en los recién nacidos y no significa que sientan frío. Cuidados como el contacto piel a piel con la madre o retrasar el primer baño por 24 horas ayudan a mantener la temperatura estable



HIGIENE DEL CORDÓN UMBILICAL Y ÁREA DEL PAÑAL

El cordón umbilical de los bebés debe mantenerse limpio y seco. No se coloca ninguna sustancia o objeto en esa área. Si en el cambio de pañal se nota que hay humedad, olor o enrojecimiento en la piel del ombligo, se debe acudir al establecimiento de salud más cercano.

La piel de los bebés recién nacidos, presenta una sustancia de color blanco que cubre la piel de muchos bebés cuando nacen, esto es para protegerles de cualquier tipo de infección al momento de nacer. Es recomendable no bañarlos hasta por lo menos un día después del nacimiento y no colocar ningún producto ni perfume sobre la piel.

HIGIENE DEL CORDÓN UMBILICAL Y DE LA PIEL

El cordón umbilical de los bebés debe mantenerse limpio y seco. No se coloca ninguna sustancia u objeto en esa área. Si en el cambio de pañal se nota que hay humedad, olor o enrojecimiento en la piel del ombligo, se debe consultar con el médico.

Puede ser limpiada con agua y jabón, importante se debe de secar, dejando al aire libre.



REGISTRO DEL NACIMIENTO

Además de los cuidados de la salud, el ir a inscribir al bebé al Registro Nacional de las Personas (RNP) es fundamental en los primeros días, generalmente existe una oficina del RNP en los hospitales públicos y Seguro Social.

El único requisito es la identidad del papá y la mamá, al bebé lo pueden inscribir los padres o un familiar con solo llevar la copia de las identidades y el acta de nacimiento.

Registrar el nacimiento es muy importante en los primeros tres meses, ya que éste le da garantía de derechos, y además, se guarda la información como ser: nombre, apellido, fecha de nacimiento, sexo y nacionalidad, posteriormente se puede solicitar la partida de nacimiento.

El gobierno de Honduras permite inscribir al bebé durante el primer año de nacido, de no hacerlo hay que acudir a las oficinas del RNP, ahí pedirán los requisitos como testigos y en algunos casos hay que contratar a un abogado para realizar este trámite.

REGISTRO DEL NACIMIENTO

Un bebé no inscrito en el Registro Nacional de las Personas (RNP), es una persona que no existe legalmente en el estado hondureño, y a corto plazo tendrá muchos problemas, ya que no podrá asistir a la escuela por no tener partida de nacimiento.



VACUNAS

Las vacunas estimulan el sistema de defensas del cuerpo para proteger a la persona contra infecciones o enfermedades posteriores. Es importante aplicar las vacunas a todos los niños y las niñas, de manera oportuna. El calendario de vacunación incluye diferentes vacunas, que se aplican en el transcurso de la infancia, e incluso en la vida adulta.

Las primeras dosis de vacuna contra la hepatitis B y la BCG (vacuna contra la tuberculosis) deben ser aplicadas a todos los recién nacidos, durante las primeras 24 horas de vida, lo antes posible tras el parto. El esquema de vacunación se completa con otras dos dosis durante el primer año de vida. Se estima que millones de personas están infectadas por el virus de la hepatitis B, en situaciones de riesgo y muerte.

Las vacunas son seguras, eficaces y brindan más de un 95% de protección. Las vacunas no solo evitan enfermedades y las discapacidades que pueden generar, sino que también limitan su propagación. Por este motivo son un instrumento de protección individual y también colectivo para toda la sociedad.

LAS VACUNAS DEL RECIÉN NACIDO EN LA PRIMERA HORA DESPUÉS DEL NACIMIENTO

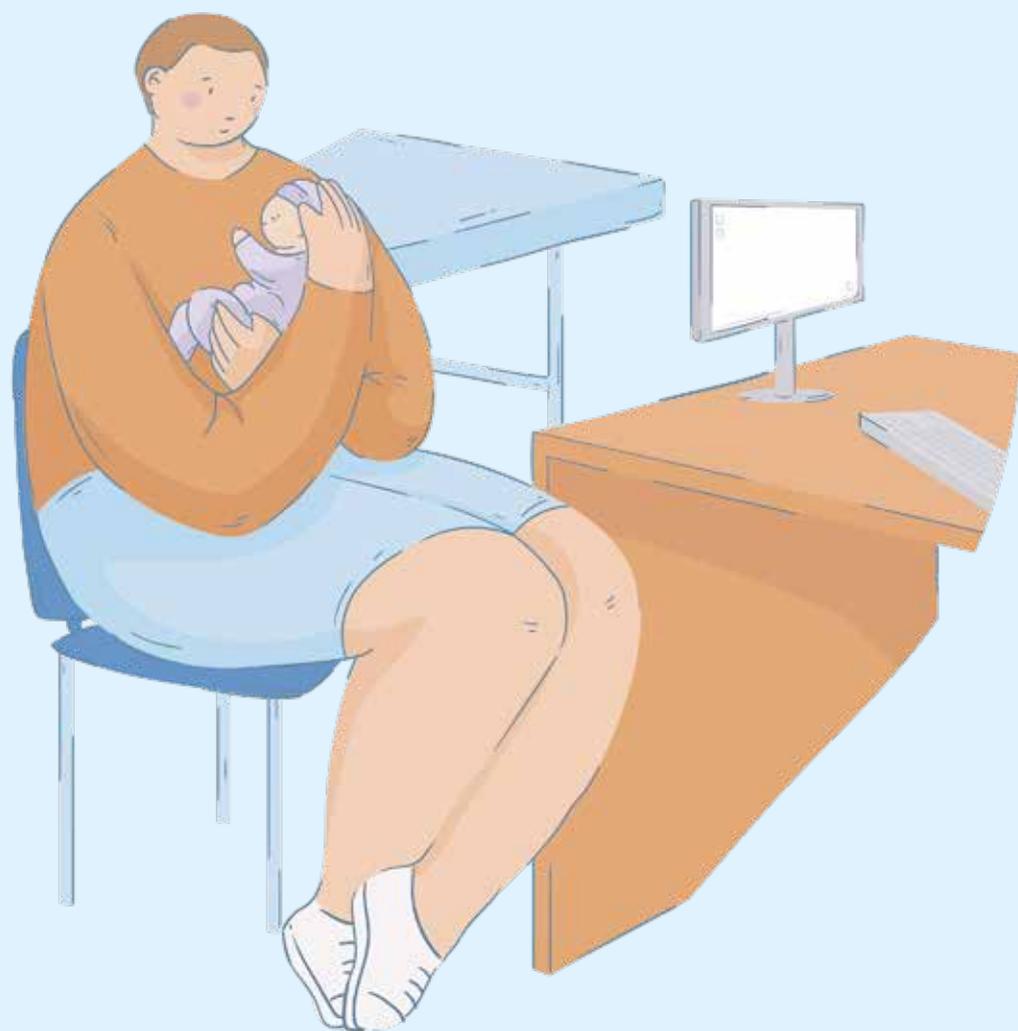
Es muy importante que verifiques que tu bebé reciba las vacunas previo al alta, en caso de que tu bebé haya nacido con bajo peso, debes acudir al centro de salud para aplicárselas y protegerlo de futuras enfermedades que le pueden causar en el peor de los casos la muerte. Es un acto de amor asistir para que le apliquen las vacunas el día que corresponde, porque si vamos “días después” se rompe el ciclo.



CONSULTAS MÉDICAS RUTINARIAS

Es muy importante que vaya a los controles después del parto, esto nos garantiza que las condiciones de los primeros días de vida deben ser monitoreadas para asegurar el bienestar del bebé, el desarrollo adecuado del bebé, la coloración amarillenta de la piel, el progreso de peso, la evolución del estado del cordón umbilical. Si el bebé requiere tratamiento en algunas de las condiciones antes mencionadas, acuda al establecimiento de salud más cercano, para evitar complicaciones.

Los controles médicos son espacios donde se pueden despejar todas las dudas que puedan surgir en los primeros días en el hogar. Es por ello que es prioritario acudir a la cita programada con el equipo de salud.



CONSULTAS MÉDICAS RUTINARIAS

Durante los controles ambulatorios se monitorean las condiciones de los primeros días de vida para confirmar que el bebé permanece saludable. Es además un espacio para despejar dudas con el equipo de salud. Asistir a la cita programada es importante.

ALIMENTACIÓN DEL BEBE

La alimentación con calostro y leche materna inmediatamente después del nacimiento es la recomendación para todos los recién nacidos, incluso los prematuros. La alimentación inicial en el bebé consiste en la administración de calostro o leche materna en cantidades que no tienen consecuencia nutricional, mantenida por varios días hasta que la alimentación completa sea posible.

Al igual que la leche materna, el calostro contiene células y factores que brindan protección frente a una amplia variedad de infecciones, especialmente las intrahospitalarias (dentro del hospital). El calostro es particularmente rico en estos factores antiinfecciosos y su consumo durante la primera hora de vida, previene la mortalidad en los recién nacidos. Además, contiene los nutrientes de mejor digestión y absorción, estimulan la digestión y favorecen al sistema nervioso y cerebral.

ALIMENTACIÓN DEL BEBÉ

El inicio de la alimentación de los bebés prematuros debe comenzar lo más precozmente posible, con calostro y leche materna. El calostro es particularmente rico en factores antiinfecciosos, entre otros beneficios.



DETECCIÓN DE SÍNTOMAS Y SEÑALES DE PELIGRO

Los programas de pruebas de detección (tamizaje) se identifican a los bebés que tienen alguna enfermedad antes de que presenten síntomas y permiten su tratamiento específico. Esto puede contribuir sustantivamente a la reducción de muertes y complicaciones en condiciones tempranas, con implicaciones durante su vida.

Honduras dispone de leyes específicas que estipulan la toma de pruebas de detección (tamizaje), los establecimientos de salud deben facilitar el acceso a los elementos, los dispositivos y el personal calificado para su realización, así como los tratamientos respectivos a cada enfermedad detectada y su eventual seguimiento.

DETECCIÓN DE SÍNTOMAS Y SEÑALES DE PELIGRO

En las consultas médicas para control del bebé (tamizaje) se identifican enfermedades en los recién nacidos antes de que presenten síntomas, esto permite su tratamiento específico.



DEPRESIÓN DESPUÉS DEL PARTO (POSPARTO) Y EL RECIÉN NACIDO

En la atención después del parto es necesario contar con un mecanismo de traslado o atención oportuna y eficiente.

Cuando los nacimientos ocurren en los establecimientos de salud, se considera que las madres y los recién nacidos deben recibir atención inmediata, como mínimo, durante las primeras 24 horas posteriores al parto. La gestión del sistema de salud debe considerar que, si el nacimiento ocurrió en el domicilio, el primer contacto postnatal con profesionales calificados debe ser lo más pronto posible, dentro de las primeras 24 horas postnatales.

DEPRESIÓN DESPUÉS DEL PARTO (POSPARTO) Y EL RECIÉN NACIDO

Los nacimientos en los establecimientos de salud requieren atención después del parto, como mínimo, durante las primeras 24 horas.

Cuando el nacimiento es en el domicilio, el contacto con personal calificado debe ocurrir dentro de las primeras 24 horas posteriores.



