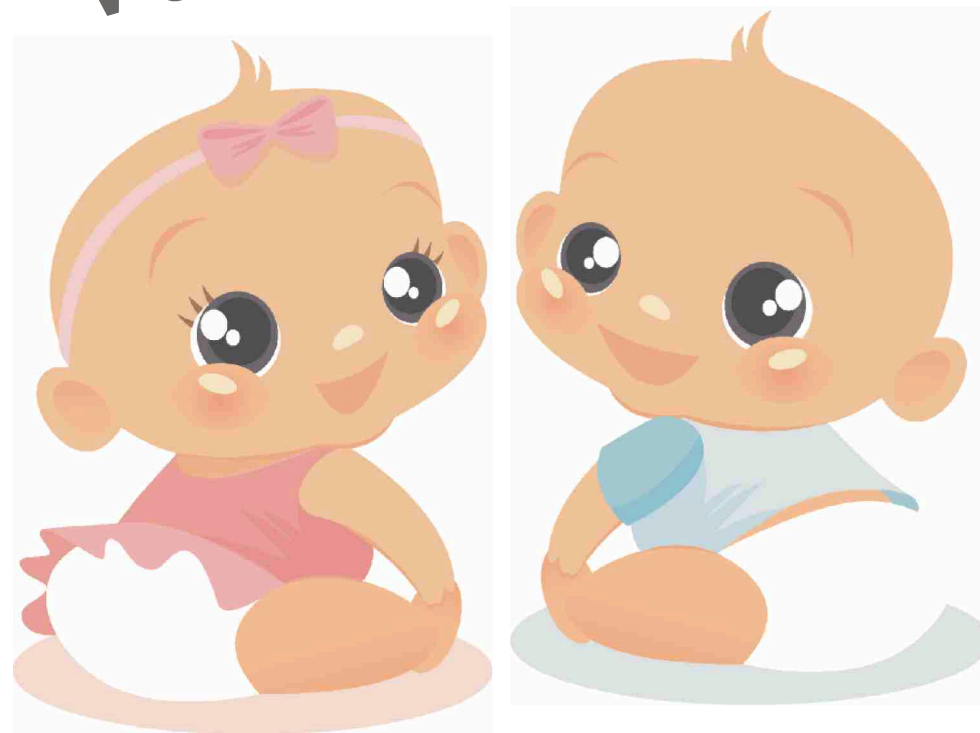


Vámonos a casa

Indicaciones al alta recién nacidos



Vámonos a casa



Indicaciones al alta recién nacidos

Para salir del hospital...

1. Procura darme de comer antes de irnos a casita.
2. Necesito ropa adecuada (cómoda y de algodón).
3. ... y un transporte adecuado.

Una vez en casa

Me gustaría que mi habitación fuese tranquila y luminosa a 22° - 24°.

A la hora de comer

Recuerda que no debo estar sin comer más de 3 horas en mis primeros días de vida...
¡¡¡Debo expulsar bien los gases!!!

La hora del baño

- Todos los días por la noche, antes de la toma.
- El agua a 32-36°C, jabón neutro y esponja natural.
- No me sumerjas mucho tiempo hasta que el cordón caiga.
- Sécame bien sobretodo los pliegues cutáneos.

Respecto a mi higiene

- Cámbiame de pañal siempre que sea necesario, evita que esté mojado.
- Aplícame crema "al agua" en los pliegues si los tengo enrojecidos para evitar la dermatitis.
- Cúrame el ombligo con alcohol de 70° de 2-3 veces al día hasta que cicatrice y se caiga entre los 6-15 días.
- No olvides echarme crema en la cara y el cuerpo después del baño.
- Puedes cortarme las uñas pasados al menos 15 días desde mi nacimiento con tijeras con punta redonda.
- Aunque me cortes el pelo no me crecerá más fuerte.

Y la hora de dormir

- Debo hacerlo yo solo en mi cuna.
- No me arropes demasiado.
- El colchón me gusta duro.
- Recuerda que me debes cambiar de postura; boca arriba o de lado y no debo estar boca abajo hasta los 6 meses... y que no me gustan las almohadas hasta que cumpla 1 año.

Y por último recuerda

- No olvides que tengo que ir a mis revisiones con el pediatra y al Centro de Atención Primaria entre mi 4°-10° día de vida para que me hagan las pruebas del talón.
- Las luces intensas pueden dañar mi retina (el flash de las fotos...).
- A partir de los 7-15 días pásame a diario, sea cual sea la estación del año, aprovechando las horas de sol.
- Me gustan los juguetes de colores brillantes y que suenen.
- Evita fumar cuando estés conmigo, no me gusta el humo.

