

TABLA DE CONTENIDOS

¿Cómo se siente?

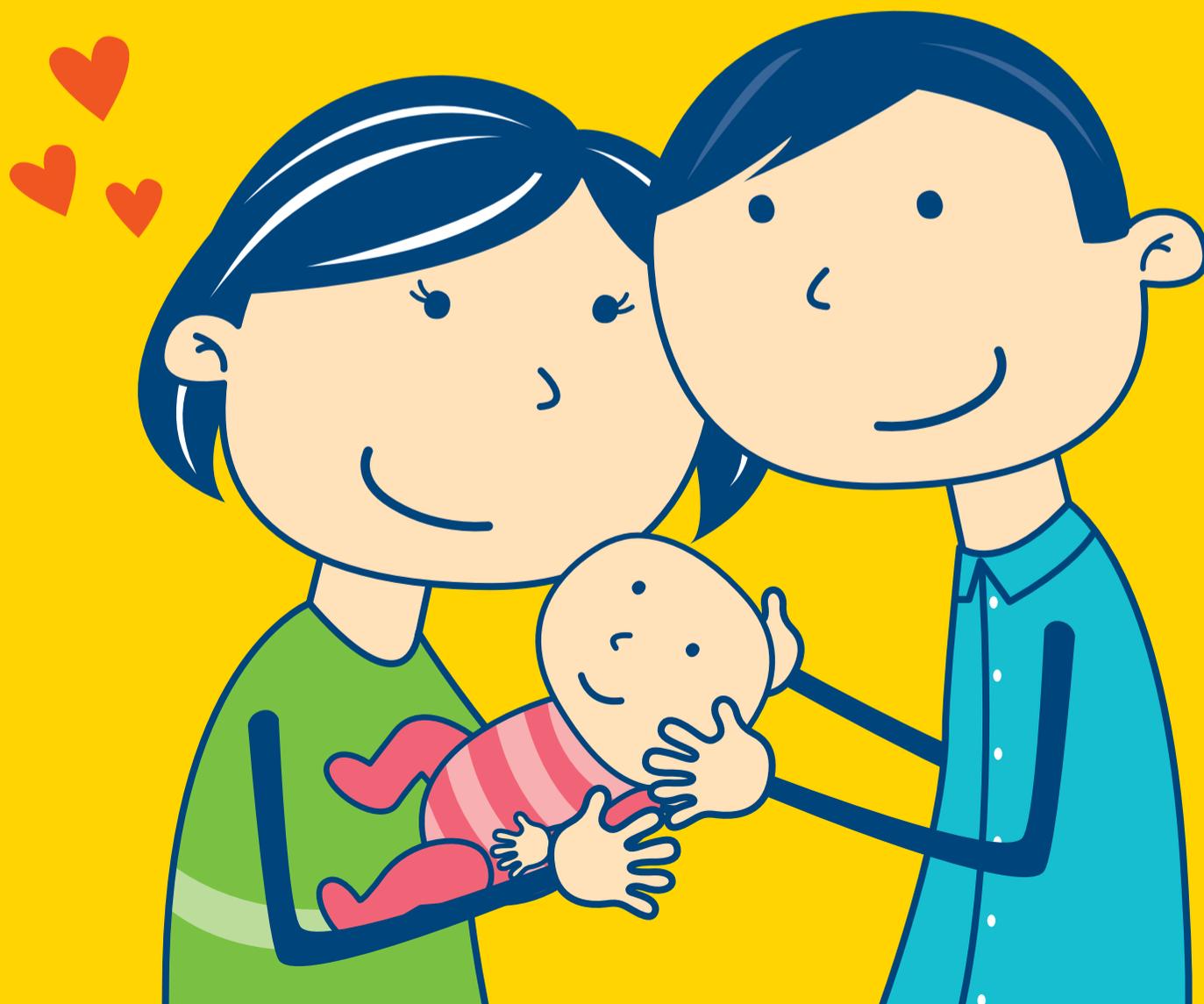
Alimentación de su hijo

Cuidados de recién nacido

Acostumbrándose a su hijo

Seguridad

Qué esperar del Control de Salud de 1 mes de edad



A

¿Cómo se siente?

- » Pídanos ayuda si se siente triste, melancólica o abrumada por más de algunos días.
- » Trate de dormir o descansar cuando su hijo esté durmiendo.
- » Acepte la ayuda de su familia y amigos. Pida a sus otros hijos que le ayuden con el recién nacido en cosas simples y seguras.
- » Tenga un tiempo individual con cada uno de sus hijos.
- » Mantenga las rutinas familiares.
- » Si le ofrecen ayuda que usted no quiere o no está de acuerdo, sonría, dé las gracias y cambie el tema.



A

Alimentación de su hijo

B

C

D

E

F



- » Alimente a su hijo solo con leche materna. No le dé agua los primeros 6 meses.
- » Alimente a su hijo solo cuando tiene hambre:
 - › Se pone la mano en la boca.
 - › Chupetea.
 - › Se queja.
- » Deje de alimentarlo cuando esté satisfecho:
 - › Aleja la cara.
 - › Cierra la boca.
 - › Relaja las manos.
- » Ofrézcale pecho 6 a 8 veces al día.
- » Debe mojar 6 a 8 pañales al día.
- » Evite comidas a las que usted sea alérgica o le provoquen malestar.
- » Espere hasta que tenga 4-6 semanas antes de ofrecerle chupete.
- » Recorra a la Clínica de Lactancia para recibir apoyo e información si se siente insegura.



A

B

C

D

E

F

Cuidados del recién nacido

- » Aprenda a tomar la temperatura.
- » Fiebre es temperatura axilar sobre 37,5°C o rectal sobre 38°C.
- » Si tiene fiebre antes de los 3 meses, debe comunicarse con su pediatra o acudir a un servicio de urgencia.
- » Si desea, puede tomar clases de primeros auxilios y resucitación cardiopulmonar infantil.
- » Tenga una lista de números de teléfono de emergencia.
- » Todos los que toquen a su hijo deben lavarse las manos previamente.
- » Lave sus manos frecuentemente.
- » Evite multitudes.
- » Evite que le lleguen los rayos de sol.
- » Los recién nacidos tienen muchas erupciones desde las 4-8 semanas. Llámenos si está preocupada.



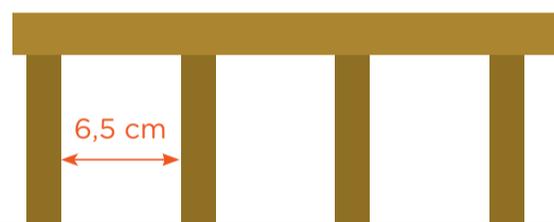
A

Acostumbrándose a su hijo



- » Regalónéelo:
 - › Tóquele suavemente la cabeza.
 - › Arrúllelo.
- » Comience rutinas para bañarlo, alimentarlo, hacerlo dormir y jugar diariamente. Despiértelo para que se alimente:
 - › Acariciándolo.
 - › Cambiándole su pañal.
 - › Desnudándolo.

- » Debe dormir de espalda:
 - › En una cuna segura, en la pieza de usted pero no en su cama.
 - › Evite que su hijo esté demasiado frío o demasiado caliente.
 - › No ponga mantas sueltas, almohadas, ni juguetes en la cuna.
 - › Los barrotes de la cuna deben tener no más de 6,5 cm de separación entre sí.



A

Seguridad

- » La silla del auto debe ponerse mirando hacia atrás y al medio del asiento trasero.
- » Su hijo nunca debe estar en un asiento con airbag.
- » Mantenga su auto y casa libre de humo de tabaco.
- » No tome bebidas calientes mientras tiene a su hijo en brazos.
- » Asegúrese de que la temperatura del agua de la tina sea menor a 38°C.
- » Pruebe la temperatura del agua con su muñeca.
- » Póngase siempre el cinturón de seguridad y nunca beba alcohol cuando maneje.



¡ATENCIÓN!
siga las instrucciones
del fabricante para la
instalación y uso de la
silla para el automóvil.

A

Qué esperar del Control de Salud a 1 mes de edad

B

Hablaremos de:

- » Las preocupaciones que tenga sobre su hijo.
- » La alimentación de su hijo.
- » Cómo su hijo está integrándose a su familia.
- » Su recuperación y salud.
- » Cómo cuidar y proteger a su hijo.
- » La seguridad en la casa y el auto.

C

D

E

F



Única clínica privada del país acreditada según la iniciativa "Hospital Amigo del Niño y de la Madre" de UNICEF y la Organización Mundial de la Salud.

Adaptado de la Academia Americana de Pediatría



Departamento de Pediatría
Clínica Las Condes / Fono: 2610 8000

Pañales Ultra Absorbentes
Babysec®

Clínica Las Condes

