

Health & Wellness 

# Primeros días del recién nacido en tiempos de COVID-19



## Primeros días del recién nacido en tiempos de COVID-19

**L**os bebés recién nacidos requieren cuidados especiales, pues son delicados en todos los sentidos. Como consecuencia del confinamiento a causa de la pandemia, las medidas deben ser más estrictas para evitar contagios.

### Recomendaciones generales para el cuidado del bebé

-Es importante que quienes estén en contacto con el recién nacido, ideal que solo sean los padres, procuren lavarse las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos, y en el caso de usar un desinfectante, que contenga al menos un 60% de alcohol. Este procedimiento debe realizarse antes y después de atender al bebé.

-**IMPORTANTE** los bebés **NO** deben usar mascarillas faciales por riesgo de asfixia  
-No aplique alcohol gel u otras soluciones antibacteriales al bebé, solo lávele las manos con agua y jabón.

### Cuidados al amamantar

-Al momento de alimentarlo la madre debe lavarse bien las manos, y si lo desea también puede higienizar los pezones con agua y jabón.

-Es recomendable no utilizar teléfono celular u otros dispositivos electrónicos mientras amamantas al bebé.

-Si presentan síntomas respiratorios o estuvieron expuestas a personas con síntomas respiratorios, se recomienda el uso de mascarilla facial.

### Infeción materna con COVID-19

Se aconseja que la madre siga amamantando dado

que no es la leche una vía de transmisión y por los beneficios que tiene la lactancia materna para el bebé.

-Debe SI utilizar mascarilla facial, cumplir las normas de higiene antedichas (lavado de manos, etc)

-Colocar la cuna del bebé a dos metros de distancia  
Vigilar la aparición de síntomas respiratorios en el bebé.

### Limpieza de utensilios y biberones

-Todos los utensilios que se utilicen para el cuidado del bebé deben ser lavados y desinfectados (en la medida de lo posible) antes de ser utilizados. Un implemento con el que debemos tener mayor precaución es con el biberón, los cuales deben ser lavados en profundidad.

-Tener en cuenta de desinfectar cambiador, cuna, paquetes de pañales, frascos de jabón, shampoo etc.

### Como manejar las visitas

Una de las medidas preventivas más efectivas para cuidar a tu bebé y evitar el contagio del COVID-19 es la restricción de las visitas. Es importante que familiares y amigos entiendan la importancia de evitar el contacto, y a su vez que entiendan que es una medida temporal.

Tenemos otras opciones para que abuelos y otros familiares conozcan al recién nacido, mediante videos, fotos, etc.

### Y los hermanos...

Se recomienda las mismas medidas de higiene en general, uso de mascarilla facial (en mayores de 3 años), lavado de manos, utilización de alcohol en gel. Si concurren a jardín preescolar o escuela, lavado de manos y cara y cambio de ropa previo al contacto con el bebé.

Evitar el contacto con el bebé si presenta síntomas respiratorios, y extremar los cuidados los padres cuando atienden al hermano mayor y luego al bebé.

### Salidas, paseos

Es bueno para la madre y el bebé realizar paseos al

aire libre, evitando lugares muy concurridos, manteniendo la distancia segura de 2 metros, utilice mascarilla facial.

Al volver a casa lavado de manos, cambio de ropa y calzado e higiene del cochecito del bebe.

### **Control Pediátrico y vacunas**

En los consultorios se han tomado medidas para mantener seguros a los pacientes. Entre estas medidas se encuentran el control de temperatura, el uso de desinfectantes (alcohol gel), alfombras sanitizadoras, uso de mascarilla obligatoria, limitar el numero de personas en sala de espera, etc.

Por lo que te recomendamos que concurras a los controles fijados por tu pediatra, así como a las citas para recibir las vacunas correspondientes.

Además de mantener el contacto con tu pediatra para que te oriente en caso de síntomas de enfermedad, y sepas como actuar, ya que es indispensable no exponer al bebe a escenarios que eleven las posibilidades de contagio.

El confinamiento no es fácil para nadie, pero con la llegada de un recién nacido a casa todo parece complicarse más, ser padres en tiempo de COVID-19 en la mayoría de los casos lleva a la renuncia de contar con la ayuda de abuelos y otros familiares, pero es la mejor manera de cuidar a nuestro bebe.

Todas estas medidas son recomendadas para los primeros meses del bebe, extremando los cuidados en el primer mes.

