

ASPECTOS BÁSICOS DE LOS INFANTES

Cólicos, Posición al Dormir, Dentición, Escaldaduras.

Este folleto contesta algunas de las preguntas más comunes que tienen los padres acerca de sus bebés, sobre los cólicos, posición al dormir, dentición y escaldaduras.

Cólico

Los bebés pueden llorar fuertemente por muchas horas, aún cuando estén bien comidos, cambiados y muy cómodos. Este llanto puede ser muy intenso y aparenta ganas de molestar del bebé. Puede ser muy estresante para los padres y es importante saber que los largos periodos de llanto del bebé generalmente desaparecen cuando el bebé tiene alrededor de 3 meses de edad.

¿Porqué los bebés son proclives a sufrir de cólicos?

No conocemos con toda seguridad las causas del cólico, nunca ha sido demostrado si hay algún tipo de problema en el aparato digestivo de los bebés que lloran mucho. No hay una evidencia sólida de que el problema se deba a gases, digestión o alergias a los alimentos. El llanto hace que los bebés traguen aire. Esto produce eructos para eliminar ese aire, por lo tanto deben apretar los músculos de su abdomen y de esa manera forzar el aire hacia fuera a través del recto. Muy probablemente los niños con estas molestias son muy difíciles de manejar. Los niños que lloran bastante son más sensibles, más irritables y más difíciles de calmar. Usualmente son más activos, pero muy delicados y normalmente no aceptan ningún tipo de actividad para calmarlos.

¿Cómo puedo yo ayudar a un niño que sufre cólicos?

Los niños sanos usan el llanto como un medio de comunicación.

1

¿Cómo puedo limpiar los dientes de mi bebé?

Es importante el que se comience la limpieza de las encías del bebé antes de que el primer diente aparezca. Hágalo con un pequeño pedazo de tela envuelto en su dedo. Esto le dará al bebé la idea de una limpieza en forma regular de sus dientes y boca.

Una vez que el primer diente aparezca, utilice un pequeño y suave cepillo de dientes y una pequeña cantidad de pasta de dientes que no contenga fluor. La cantidad de pasta de dientes será como el tamaño de un grano de arroz. El uso de mucho fluor puede hacer que aparezcan manchas blancas en los dientes. Esto no es un problema de salud pero los dientes no se ven estéticamente bien.

¿Afectará el biberón a la hora de dormir los dientes del bebé?

Si su bebé va a la cama con un biberón de jugo, leche, o fórmula, corre el riesgo de desarrollar caries. Su bebé traga menos seguido cuando está dormido por lo tanto la boca no se limpia a sí mismo. Cualquier bebida que contenga azúcar (incluyendo la leche) deja restos en los dientes frontales del bebé y comienza a generar caries. Las caries pueden producir molestias en los dientes, infecciones y pérdida de los mismos. Esto puede generar problemas de alimentación, dolores de las encías, problemas del lenguaje y muchas visitas al odontólogo. Siga las siguientes sugerencias para evitar estos problemas:

- Sostenga a su bebé cuando esté dándole el biberón.
- No agregue nada que contenga azúcar al biberón.
- Trate de enseñarle a su bebé a usar una taza antes de que cumpla un año. Los bebés pueden sostener una taza de entrenamiento a los 6 meses.
- No de a su bebé alimentos o bebidas dulces, especialmente antes de acostarse.

6

Sin embargo, los padres comunmente se sienten responsables cuando los bebés lloran y esto puede causar mucho estrés y tensión en las familias. Trate de recordar que el cólico en algún momento va a ceder, los cólicos durante los primeros tres o cuatros meses no tienen efecto alguno en la salud del bebé en los años futuros. Algunas medicinas que se venden sin prescripción no han demostrado ser suficientemente efectivas para los cólicos de los bebés. Usted debe conversar con su doctor antes de administrar al bebé algún tipo de producto. Esto incluye medicinas a base de hiervas.

No hay una respuesta de cómo reducir el llanto de un bebé que sufre de cólico. Sin embargo las siguientes sugerencias le pueden ser de utilidad:

- Trate de llevar una rutina regular para los bebés que lloran.
- No altere el horario regular realizando muchos esfuerzos para calmarlo.
- Los bebés deben ser arropados cómodamente y manejados de una forma muy cuidadosa y gentil.
- Reduzca los niveles de ruido y de luz, muchos bebés se calman cuando existen ruidos repetitivos o vibraciones fijas como el de una aspiradora o un lavador de platos. Se puede probar una mecedora o un paseo en el carro para calmar al bebé.
- Lleve al bebé junto a su pecho cuando el bebé no esté llorando, esto también puede reducir los episodios de llanto.
- Chequee o verifique con su doctor antes de diagnosticar un cólico Usted mismo.

¿Qué se debe evitar hacer?

- Nunca sacuda a su bebé.
- No lo sostenga por mucho tiempo cuando él o ella esté molesto. No lo meza (excepto en una silla mecedora) ni sacuda, de palmaditas una y otra vez.
- Para los bebés que toman biberón el cambio de las fórmulas usualmente no ayuda a reducir los cólicos. Los cólicos se presentan tanto en bebés que son alimentados con el pecho o por medio del biberón.
- El darle alimentos tales como cereal porque Usted piensa que su bebé está hambriento no reduce el llanto. Más aún, es difícil introducir el cereal porque el bebé todavía no ha aprendido a aceptar la cuchara .

2

- Algunos bebés pueden tener alergia a la leche de vaca o a la proteína de soya. Estos bebés usualmente van a tener molestias más allá de los 3 meses que es el período en donde se presentan con más frecuencia los cólicos, más aun si existen algunos miembros de la familia que sufren de enfermedades alérgicas como asma o eczema. Estos bebés pueden tener diarrea y deposiciones con moco, vómito y pequeñas cantidades de sangre en sus deposiciones, (esto se confirmará por un test que el Pediatra ordene).

Para los bebés con este tipo de alergia el cambio a una fórmula diferente puede ayudar. Es necesario que usted consulte esto con su médico antes de tomar cualquier decisión.

¿Qué puedo hacer acerca del estrés?

El hecho de que su bebé esté muy molesto no significa que Usted no haya hecho bien su trabajo como madre o padre. Cuide de que todas las necesidades de su bebé sean satisfechas, tales como cambiar los pañales mojados, darle afecto y alimentarlo a tiempo. Entonces escoja entre dejar llorar a su bebé o tratar de darle algún tipo de ayuda para que se calme. No se preocupe acerca de que va a "malcriar" a su hijo por cargarlo demasiado. Todavía hay mucho tiempo para establecer rutinas una vez que este periodo de mucho estrés haya pasado. Si Usted se siente demasiado preocupado o estresado es importante que pregunte a otros miembros de la familia y amigos que le ayuden con el cuidado del bebé. El que Usted descanse o se aleje por un periodo de tiempo le dará mayor energía para continuar cuidando a su bebé y tendrá mayor capacidad de cuidado una vez que descanse apropiadamente.

Es difícil el reconocer si Usted como padre o madre está reaccionando en forma exagerada o no está tomando en cuenta el llanto de su bebé. Si tiene alguna duda acerca de esto, por favor converse con su Pediatra quien le explicará con mayor detalle cualquier tema.

POSICIÓN PARA DORMIR

¿Cuál es la mejor posición para dormir de un bebé recién nacido?

Por años, los bebés en los primeros meses de vida fueron colocados boca abajo para dormir. Informaciones actuales nos aconsejan que es más seguro colocar sobre su espalda

3

¿Cómo trato la escaldadura de mi bebé?

La prevención es muy importante.

Siga las siguientes sugerencias para tratar el escaldado:

- Cambie el pañal de su bebé tan pronto como Usted sepa que está sucio o mojado. La mejor manera de limpiar la nalga de su bebé es con una toalla suave y con agua sin jabón luego de cada deposición.
- Evite el frotar las partes enrojecidas de la nalga, en estos casos utilice aceite mineral y algodón para limpiar las nalgas del bebé.
- Evite el utilizar talco o polvos para bebé.
- Exponga las nalgas de su bebé a la temperatura y al aire ambiental cuando sea posible.
- Aplique una capa gruesa de unguento protector o crema que contenga óxido de zinc.

Si el problema persiste, consulte con su médico para que le dé los consejos adecuados.

¿Cómo tratar las infecciones por levaduras en el área del pañal?

La levadura llamada Cándida, causa un salpullido con manchas rojas en sus bordes. La dermatitis por Cándida puede desarrollarse en algunos bebés después de que éstos han ingerido antibióticos. Este tipo de infección puede también mostrarse o aparecer en otras áreas del cuerpo. Cuando se produce en la boca se la conoce comunmente como Aftas. Estas aparecen como manchas blanquecinas en la boca, en las paredes de las mejillas y en las encías.

Lleve al bebé al doctor si Usted piensa que tiene este salpullido de tipo Cándida. Normalmente toma varios días para que este problema se cure. Al menos que su bebé tenga Aftas, no hay necesidad para tomar medicinas.

7

8

a un bebé para que duerma. Una manera fácil de recordar esto es la frase "de espaldas a dormir". Parece ser que los bebés que tienen entre dos o cuatro meses de edad y que duermen boca abajo o de lado tienen mayor riesgo de presentar el Síndrome de "muerte de cuna". Algunos bebés pueden dormir boca abajo como indicación médica para tratar algún problema digestivo.

¿Hasta qué edad deben los bebés dormir de espaldas?

Los bebés deben dormir sobre sus espaldas tanto como sea posible. Esto se aplica desde el nacimiento hasta que comienzan a darse vueltas por sí solos, lo que hacen usualmente entre los 5 y 6 meses de edad.

¿Qué posición es la más segura cuando el bebé está despierto?

Su bebé se beneficiará de una variedad de posiciones cuando está despierto, incluido de espaldas, de lado y sobre su abdomen. Es importante colocarlo sobre su abdomen cuando está despierto durante el día, esto ayuda a que el bebé fortalezca los músculos de su cuello. También ayuda a que su bebé conozca o aprenda qué debe hacer cuando se de vueltas durante la noche. Siempre mantenga vigilado a su bebé cuando esté despierto.

¿Cómo puedo prevenir la cabeza plana en mi bebé?

Los bebés tienen la tendencia de girar sus cabezas hacia un lado cuando están colocados sobre sus espaldas. A través de un tiempo sus cráneos pueden aplanarse. Esto es conocido como "cabeza plana". El aplanamiento normalmente se mejora por sí solo, pero puede prevenirse.

Para prevenir la "cabeza plana" colóquela en la parte opuesta de la cuna cada noche. También recuerde que cuando su bebé esté despierto debe permanecer lo más que pueda sobre su abdomen y chequee para ver si su bebé gira la cabeza a los dos lados de igual forma.

Si Usted piensa que su bebé tiene tendencia a uno de los lados haga lo siguiente:

4

¿Cuándo debo visitar al Doctor?

Consulte a su doctor si el salpullido:

- Tiene ampollas o heridas llenas de pus
- Si no mejora entre 48 o 72 horas
- Si las condiciones del salpullido empeoran



Esta información no debe ser usada como sustituto del cuidado médico y del consejo de su doctor. Pueden existir variaciones en el tratamiento que su médico puede recomendar basado en las evidencias del caso y circunstancias.

visite nuestra página

www.farmaciasfarmashop.com

FARMASHOP
FARMACIAS

UN NUEVO CONCEPTO EN SALUD

Local 1: Miguel Cordero 6-140 y Av. Solano (Edf. de Consultorios Monte Sina) Telf.: 281 4813
Local 2: Mall del Río junto a ETA FASHION Telf.:281 8416
Local 3: Av. 12 de Abril y José Peralta (Edf. Paseo del Puente) Telf.: 288 7467

- Cuando Usted esté sosteniendo o cargando a su bebé durante el período de juego, use juguetes muy atractivos, con colores muy vivos y brillantes, para fomentar que mire en la dirección que no tiene mucha preferencia.
- Si la cuna de su bebé está contra la pared coloque a su bebé en la parte opuesta de la cuna cada noche. Los bebés prefieren mirar dentro del cuarto hacia la pared.
- Si la cuna de su bebé no está contra la pared, coloque un juguete que sea seguro en una posición diferente cada noche para que su bebé lo siga y pueda mantener la cabeza moviéndose hacia los diferentes lados.

Dentición

Su bebé puede ponerse muy molesto cuando le aparecen los dientes. La dentición usualmente comienza entre los 6 y 8 meses. No se preocupe si su bebé no muestra ningún diente hasta un periodo más tardío; eso no significa que algo esté mal. La dentición puede causar:

- Algo de irritabilidad
- Llanto
- Una elevación de la temperatura sin llegar a la fiebre
- Bastante salivación
- Deseo de mascar algo duro
- Hinchazón y sensibilidad de las encías

¿Cómo puedo ayudar en la dentición del bebé?

Frotando suavemente las encías del bebé con un dedo limpio o con el reverso de una cucharilla. Existen algunos aditamentos como un pedazo de tela que esté frío o algunos anillos que se ponen a congelar pueden también proveer algo de alivio, así como también hacer que mastique una zanahoria cruda, pelada y limpia. No utilice artefactos que contengan azúcar, así como tampoco algún tipo de bebidas alcohólicas o brandy ya que el alcohol es un veneno muy peligroso para los bebés.

Si su bebé tiene mucho dolor puede administrarle Acetaminofen. Sin embargo la medicina tendrá efecto entre 30 o 40 minutos.

Consulte con su farmacéutico para la dosis correcta a administrar a su bebé basado en el peso del mismo.

5

Infantes

Aspectos Básicos
Cólicos, Posición al Dormir, Dentición, Panalitis



DocuPrint: 2021 074

FARMASHOP
FARMACIAS

UN NUEVO CONCEPTO EN SALUD