

Raúl RUFAS FANLO

# Padres primerizos: “Llego a casa, ¿y ahora qué?”

**L**A LLEGADA al mundo de nuestro nuevo hijo es algo maravilloso, que nos llena de felicidad y de alegría. Ese pequeño que tanto llegamos a querer nos trae además las mil y una dudas.

Cuando decidimos tener un hijo pensamos en todas las cosas que podremos hacer con él, en como lo educaremos, en todo lo que disfrutaremos juntos, pero justo antes de la llegada de esta nueva personita se abre ante nosotros un mundo nuevo: La Puericultura

Cuando ya llevamos unos meses de embarazo comenzamos a pensar en todo aquello que podremos necesitar para la llegada al mundo de nuestro primer retoño. En ese momento vemos la cantidad de chupetes, biberones, tetinas, materiales y distintos dispositivos que existen para intentar facilitarnos o dificultarnos un poco las cosas.

## ¿Es bueno el uso del chupete?

La respuesta a esta pregunta es bastante complicada, y la respuesta no puede ser absoluta, hay que hacer uso del chupete para aprovechar sus beneficios, pero no abusar del mismo para evitar sus riesgos.

Ciertos profesionales lo desaconsejan, pues puede dificultar la lactancia materna, pero bien es cierto que el chupete puede servir para realizar una analgesia no farmacológica o para favorecer el sueño del bebe.

Las últimas recomendaciones de la asociación española de pediatría al respecto nos hablan de no emplearlo en los primeros días de vida hasta que el bebe coja el pecho perfectamente y en los niños a los que se les da el biberón se recomienda durante el sueño, pues se reduce el riesgo de sufrir el síndrome de muerte súbita del lactante.

En todos los casos se recomienda no emplear el chupete por encima del año de edad.

## ¿Látex o silicona?

Ambos tienen sus ventajas e inconvenientes y prácticamente todas las marcas de chupetes tienen de ambos materiales.

En cuanto a los de látex podemos decir que se asemejan más en cuanto a elasticidad y dureza al pecho de la madre, pero su duración es corta pues se deforman con facilidad y captan olores y sabores rápidamente.

Los chupetes de silicona son más duros y resistentes, difieren un poco más del tacto del pecho pero no se deforman ni captan olores y sabores. Cuando comienzan a salir los dientes los chupetes de silicona tienen mayor resistencia a la rotura que los de látex.

## ¿Uso del biberón?

Se recomienda la lactancia ma-

Ese pequeño que tanto llegamos a querer nos trae además las mil y una dudas que queremos resolver.



Un padre contempla a su bebé.

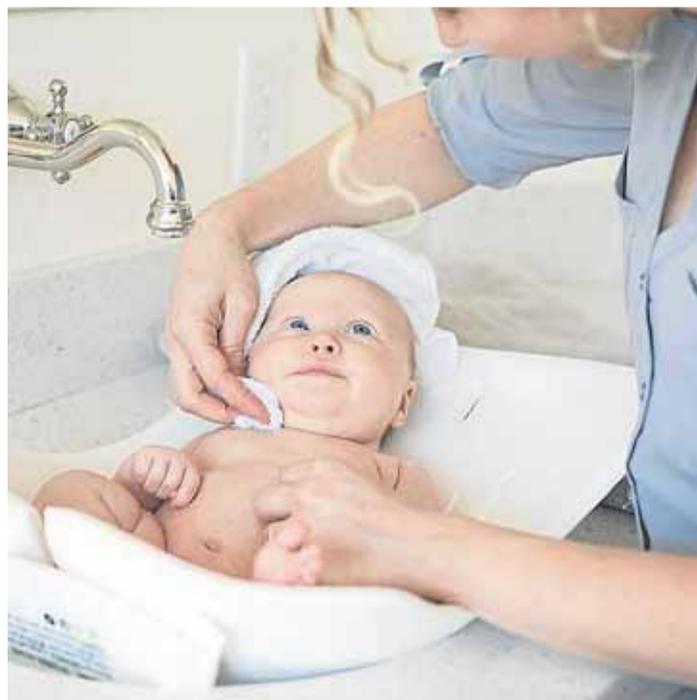
terna exclusiva hasta los 6 meses de edad, a partir de ese momento se debe ir combinando ésta con el resto de alimentos.

Para aquellas circunstancias en las que por alguna razón no se puede dar el pecho, o para ayudarnos a la hora de introducir ciertos alimentos, podemos servirnos del biberón.

Es muy importante emplear el tipo de tetina correcta para cada alimento, hay tetinas específicas para agua, para leche, para alimentos u otras que dependiendo de la posición dan mayor o menor flujo. También es importante que el tamaño de la tetina se adapte a la edad del bebe.

## ¿Puedo bañar a mi bebe?

El nuevo miembro de la familia, y en especial esos primeros días en la casa de unos padres primerizos nos parece algo tan delicado que nos hace dudar de todo.



El cuidado de los bebés es prioridad total de los padres.

A nuestro pequeño lo podemos bañar desde el primer día que estamos en casa, no hay que bañarlo con una frecuencia diaria, pero si cada dos o tres días empleando productos adecuados para la piel del bebe. Es muy importante tras el baño secar bien al bebe, en especial las zonas de pliegues donde podría acumularse la humedad y facilitar el crecimiento de ciertos patógenos o ciertos tipos de dermatitis.

Después del baño deberemos hidratar la piel, también con productos específicos para bebe evitando la zona de las axilas y la acumulación de crema en especial en las zonas de pliegues.

## ¿Qué hago con el ombligo?

Llegamos a casa y vemos que nuestro hijo trae una pinza grande en la zona del ombligo que nos dificulta el cambio del pañal y que además nos dicen que tenemos que limpiar. Lo primero que debemos saber es que a nuestro hijo el ombligo no le duele, podemos tocarlo sin ningún temor a hacerle daño. Y para la limpieza con agua y jabón es más que suficiente, pero también podemos emplear una solución de clorhexidina al 10% o alcohol de 70º ayudándonos con una gasa de algodón.

## ¿Le puedo cortar las uñas?

Los niños en los primeros meses de vida mueven los brazos de manera caótica, sin tener en cuenta que se pueden hacer daño a ellos mismos.

Una de las cosas que hemos de controlar es que tienen unas uñas muy finas con las que se pueden dañar a si mismos o incluso a los padres, dándose el caso de arañazos en el ojo de los padres. Para cortarles las uñas nos podremos servir bien de tijeras o cortaúñas adaptados al tamaño de sus uñas y siempre al acabar limar posibles vértices que hayan podido quedar.

Espero que todas estas recomendaciones os hagan esos primeros días un poco más sencillos, en un principio puede parecer un poco complicado pero estas dudas las tienen todos los padres primerizos, no dudéis en preguntar a vuestro farmacéutico y disfrutar de vuestro niño.

Vocal Ortopedia Colegio Oficial de Farmacéuticos de Huesca

**El farmacéutico es el profesional sanitario más accesible y el experto en el medicamento**

