

SERVICIO MATERNOINFANTIL

RECOMENDACIONES EN EL ALTA PARA EL BEBÉ

DAR A LUZ



Alimentación



- En caso de lactancia materna, que sea a “demanda” favoreciendo el contacto piel con piel lo máximo posible, sobre todo los primeros días para que tu bebé haga entre 8-12 tomas al día y así aumentar la producción de leche.
- Identifica las señas que te da tu bebé de que es hora de comer:
 - meterse la mano en la boca
 - está más despierto
 - se estira ...
- Intenta que el bebé no llore ya que puede dificultar la toma.
- El bebé NO necesita agua ni otros alimentos.



Pes



- Todos los niños pierden peso tras nacer.
 - Se considera una pérdida normal no más del 10% del peso del nacimiento.
 - Normalmente se recupera al cabo de 10 días, aunque hay bebés que puedan tardar un poco más.

Plor



- El bebé utiliza el llanto para comunicar emociones y es a través de él que sabemos si tiene ganas de comer, malestar o necesita contacto para sentirse seguro.

Deposicions i miccions



- Es importante comprobar el pañal con regularidad.
- Las primeras deposiciones, meconio, son de color negro o verde fuerte, de consistencia muy pastosa y se pega mucho a la piel. A medida que el bebé toma el calostro y posteriormente la leche, las deposiciones cambian a más verdosas y poco a poco se vuelve más amarillas.
- El color de las cacas debe ir cambiando. Los primeros días de color negro, después verde militar y para terminar de color amarillo mostaza. El cambio de color a amarillo mostaza es un signo de buena alimentación aproximadamente a partir del tercer día.
- Las micciones también es un indicador de que la ingesta es adecuada.
- Durante los primeros días puede haber una micción más naranja, si es algo esporádico se considera dentro de la normalidad.

¿Cuántos pañales mojados según los días que hace que ha nacido el bebé?

Días nacido	Pañales de pipí
1	x 1
2	x 2
3	x 3
4	x 4
5 o más	x 5 o más

RECUERDA

Pide hora a tu matrona del CAP durante la primera semana postparto.

Pide hora para el pediatra, para poder hacer una visita aproximadamente entre los 7 y 10 días de vida del bebé.

Si tienes alguna duda, las matronas del hospital también te darán soporte: llevadores@hmartorell.es.