







CÓMO BAÑAR A SU BEBÉ

Información general:







Los bebés no necesitan bañarse con frecuencia. Si mantiene limpios y secos la cara, el cuello y la zona del pañal, alcanza con bañarlos de 1 a 3 veces por semana en los primeros 9 a 12 meses.

- ◆ Asegúrese de bañar a su bebé en un cuarto calentito y sin corrientes de aire.
- ◆ Pruebe la temperatura del agua en la muñeca o el codo suyos. Debe estar tibia, no caliente. Asegúrese de que el calentador de agua tenga un tope máximo de 120 grados Fahrenheit.
- ◆ Reúna todo lo que necesite antes de empezar el baño. Debe contar con: una bañera para recién nacidos o bebés, varias toallas y paños limpios, jabón y champú, un pañal limpio y ropa limpia.
- ◆ Sólo use jabón neutro o jabón líquido para bebés y champú para bebés. No se recomienda usar aceites, lociones ni talcos.
- ◆ Siempre sujete al bebé con una mano. Nunca deje al bebé durante el baño, ni siquiera por un segundo. Si debe atender otra cosa, lleve al bebé con usted.
- ◆ Se recomiendan los baños de esponja hasta que el cordón umbilical se caiga y la herida cicatrice. Si el bebé fue circuncidado, dele baños de esponja hasta que la herida de la circuncisión haya cicatrizado totalmente. Si tiene dudas, consulte con el profesional de la salud de su bebé.
- ◆ Empiece lavándole la cara y siga desde las partes más limpias hacia las más sucias. No use jabón en la cara.
- ◆ Fíjese si nota cambios en la piel del bebé.
- ◆ Use champú según sea necesario. Generalmente, no más de una o dos veces a la semana.








BAÑO DE ESPONJA

-  Ubique un lugar calentito con una superficie plana: la mesada del baño o la cocina, el cambiador, una cama firme o incluso el piso cubierto con una toalla si está suficientemente calentito.
-  Despliegue una toalla donde acostar a su bebé. Reúna los elementos necesarios.
-  Llene un lavamanos o la bañerita con 2 o 3 pulgadas de agua tibia.
-  Desnude al bebé, envuélvalo en una toalla y acuéstelo sobre la superficie que preparó.
-  Empiece el baño por la cara. Siga hacia abajo, destapando la toalla sólo en la parte que está lavando, y termine con la región del pañal. Preste especial atención a los pliegues de las axilas, detrás de las orejas, alrededor del cuello y la región de los genitales. Asegúrese de enjuagar bien y secar todas las partes del cuerpo, especialmente donde hay pliegues.
-  Si es necesario, puede lavar con champú el cabello del bebé, antes o después del baño. Asegúrese de usar agua limpia y de secar bien la cabeza después del champú.

BAÑO DE BAÑERA (DE INMERSIÓN)

-  Siga las mismas instrucciones que el baño de esponja hasta que le haya lavado la cara al bebé.
-  Ponga una toalla o manta limpia directamente en el piso de la bañerita.
-  Desenvuelva al bebé. Ponga al bebé en la bañera sosteniendo con una mano la cabeza y la espalda y dejando la otra mano libre para las maniobras; los pies entran primero.
-  Siga sosteniendo con una mano la cabeza y espalda del bebé. Con la otra mano, lávelo prestando especial atención a los pliegues de la piel.
-  Para lavar la espalda y las nalgas, incline al bebé hacia adelante apoyándolo en su mano libre. Luego, lave el resto con la otra mano.
-  Asegúrese de enjuagarlo bien. Cuando saque al bebé de la bañera, envuélvalo en una toalla seca. Séquelo bien, prestando especial atención a los pliegues.

CÓMO LAVAR EL CABELLO DEL BEBÉ

-  Envuelva al bebé en una toalla seca.
-  Tenga lista la bañerita con agua tibia limpia.
-  Sostenga a su bebé apoyado boca abajo sobre su antebrazo, con la cara del bebé sobre su codo.
-  Mójele la cara con un paño suave o con su mano.
-  Póngale un poquito de champú en la cabeza. Masajee con delicadeza todo el cuero cabelludo. No tenga miedo de lavar las fontanelas (las partes blandas de la cabeza del bebé).
-  Enjuague bien, asegurándose de que no le quede champú.
-  Séquele bien toda la cabeza.