



FAMIPED

Familias, Pediatras y Adolescentes en la Red. Mejores padres, mejores hijos.

Podemos y debemos, pero ¿sabemos? Los cuidados del área del pañal

Autor/es: Marta Esther Vázquez Fernández. Centro de Salud Arturo Eyries, Valladolid. Profesora asociada Universidad Valladolid. Grupo EPS de la AEPAP.

[Volumen 9. N.º1. Noviembre 2016](#) [1]

Palabras clave: [cuidados](#) [2], [higiene](#) [3], [área del pañal](#) [4], [dermatitis](#) [5]

¿Trabajas con bebés o niños pequeños? ¿En una escuela infantil, en una guardería o quizá lo cuidas en su propia casa?

Seguro que ya tienes práctica con el tema de los pañales. O puede que lleves poco tiempo o hayas tenido dudas en alguna ocasión de cómo hacerlo mejor. Pues a ver si esto que te contamos te puede ayudar.

Los bebés no saben pedir la caca ni el pis, ni tampoco tienen horarios. Estos residuos son ácidos y pueden irritar la piel de la zona genital (dermatitis) y provocarles escozor y molestias. Lo mejor será, por tanto, cuidar la piel tan delicada del bebé, especialmente en el área del pañal.

¿Cómo cuidar el área del pañal?

No dejes el pañal sin cambiar más de 3 horas. Cámbialo aunque solo este húmedo.

No dejes nunca solo al niño en la superficie donde lo cambias. Incluso los recién nacidos pueden moverse y caer de forma accidental. Coloca todo lo que necesites a mano: toallitas o esponja, pañal, crema o ropa de cambio.

Limpia suavemente la zona (de delante hacia atrás en las niñas, para evitar arrastrar restos de las deposiciones hacia la vagina y uretra) y los pliegues con una toallita húmeda o esponja. No es necesario usar jabón (los jabones hacen que la piel pierda sus aceites naturales).

Seca la zona bien con suavidad o deja que se seque al aire.

Puedes aplicar una capa fina de crema protectora de la humedad antes de colocar un pañal nuevo. Evita el talco, que puede ser aspirado y llegar al pulmón del bebé.

Podemos y debemos, pero ¿sabemos? Los cuidados del área del pañal

Después coloca el pañal sin apretar, para evitar roces.

Y recuerda, lava bien tus manos o ponte unos guantes, antes y después del cambio de cada pañal. Así evitarás contagios para ti y los demás.

En los casos en los que la dermatitis se convierta en un problema (salpullido rojo extenso, granos, ampollas, llagas o dura más de 3 días), el pediatra os puede aconsejar usar durante algunos días cremas especiales hasta que la erupción desaparezca.

Si queréis saber más, podéis consultar en: https://www.aepap.org/sites/default/files/16_cuidados_area_paeual.pdf
[6]