

---

Visita prenatal: ya se acerca ¿qué debemos saber?

## **CUIDADOS GENERALES: HIGIENE Y PUERICULTURA**

### **¿Qué tengo que preparar y cuando tengo que tenerlo preparado?**

El “[ajuar](#)” [básico del recién nacido](#) incluye ropa para el bebé, pañales, cuna, ropa de cuna, [silla de seguridad para el coche](#), silla de paseo, [cambiador](#), bañera, útiles de aseo y un pequeño [botiquín](#).

Se recomienda que esté preparado sobre la 34-35 semana de embarazo.

### **¿Qué debo tener en el botiquín para el niño?**

Un [termómetro](#), gasas estériles, suero fisiológico, tijeras “para bebés” de punta redondeada.

### **¿Necesita chupete?**

Se recomienda no usar [el chupete](#) hasta que esté establecida la [lactancia materna](#). El chupete debe ser de plástico, con bordes redondeados, con anilla o tirador que permita extraerlo de la boca y una base suficientemente grande que impida que pueda introducirse todo el chupete en la boca.

## **ALIMENTACIÓN SANA**

Todos los profesionales sanitarios están de acuerdo en que **la [leche materna](#) es el mejor alimento para su bebé de manera exclusiva hasta los 6 meses** y acompañado de [otros alimentos](#) hasta, al menos, los 2 años de vida.

### **¿Cuándo debo empezar a darle pecho?**

Se recomienda que lo ponga al pecho dentro de la media hora tras el parto. Es aconsejable que la madre y el bebé puedan estar en contacto piel con piel lo más pronto posible y sin separarse las dos primeras horas. Desde que el bebé empiece a mamar hay que ponerle al pecho [cada vez que el bebé lo pida](#). Así se facilitará [la “subida” de la leche](#).

### **¿Y si me hacen cesárea?**

La “subida” de la leche puede demorarse un poco. Hay que ponerle al pecho lo antes posible, dándole a demanda cada vez que el bebé lo pida. Darle el pecho en la cama acostada y de costado puede disminuir las molestias de la cesárea y favorecer la lactancia.

## **¿Y si no me sube la leche?**

Los primeros días los senos producen el [calostro](#), que es lo que necesita su hijo esos días. El calostro es más denso y [más escaso](#) que la leche materna, y muy rico en nutrientes y sustancias protectoras. Cada vez que el niño lo pida hay que ponerle al pecho y así se estimulará la subida de la leche, que “se nota” hacia el 3º o 4º día.

## **Y si ingresan al niño ¿puedo darle el pecho?**

La mayoría de los ingresos suelen ser por procesos leves que no impiden darle el pecho. Si el motivo de ingreso no permite darle el pecho los primeros días, puede sacarse la leche para estimular la producción y darle el pecho en cuanto sea posible.

## **Y si decido no darle el pecho, ¿qué leche puedo darle?**

Si por enfermedad o motivos personales toma esta decisión deberá comunicarlo cuando nazca tu bebé. Se le dará [leche maternizada de inicio](#), en pequeñas cantidades que se irán aumentando de acuerdo a la edad del niño.

## **¡CUIDADO CON [LOS ACCIDENTES](#)! ¿CÓMO PUEDO EVITARLOS?**

### **Al volver a casa ¿cómo debo trasladar al bebé?**

***Nunca se debe viajar con un niño en brazos.*** Deben utilizarse los [dispositivos de retención infantil homologados](#) del grupo 0.

### **En casa, ¿qué precauciones debo tener?**

Para la [prevención del síndrome de muerte súbita](#) el bebé debe dormir boca arriba. Es importante que la cuna cumpla unas normas de seguridad: que la separación entre los barrotes impida que se pueda introducir la cabecita del bebé entre ellos y que sean suficientemente altos, o de altura ajustable, para que cuando el bebé crezca no pueda salirse por encima.

## **¿PUEDO FUMAR LAS ÚLTIMAS SEMANAS DEL EMBARAZO? ¿Y CUANDO NAZCA?**

No. Los niños sometidos durante el embarazo al tabaco materno tienen más probabilidades de nacer con bajo peso y más riesgo de sufrir el síndrome de muerte súbita del lactante. El [tabaquismo pasivo](#) en el recién nacido favorece la aparición de enfermedades respiratorias.

## **¿QUÉ VA A PASAR CON MI BEBÉ EN CUANTO NAZCA?**

### **¿Qué es el test de Apgar?**

Es una prueba de evaluación rápida del recién nacido, que se realiza al minuto de nacer y se repite a los 5 minutos y a veces a los 10 minutos. Se examinan las constantes vitales del recién nacido (frecuencia cardíaca, respiración, tono muscular, reflejos y color de la piel) Se puntúa hasta un máximo de 10. Sirve para valorar si precisa reanimación y si la reanimación es efectiva.

### **¿Cuándo podré cogerlo?**

Posiblemente, en la misma sala de parto, el obstetra o la matrona coloquen al bebé en su regazo en cuanto nazca.

### **¿Qué le hacen al niño en el hospital cuando nace?**

El pediatra le hará, al menos, un examen completo antes del alta.

Se le administra vitamina K (oral o intramuscular) para prevenir hemorragias del recién nacido, porque tienen déficit de esta vitamina al nacer.

Se le harán las **otoemisiones**, una prueba para comprobar que el bebé oye. Si no sale bien se repetirá a los 5 o 7 días y se valorará si necesita un seguimiento especializado.

En algunos hospitales, según la comunidad autónoma, antes del alta se les administra la primera dosis de la vacuna correspondiente según el [calendario vacunal](#) vigente en dicha comunidad.

### **¿QUÉ INFORMES TIENEN QUE DARMER? ¿QUÉ PAPELEO TENDRÉ QUE HACER? Y ¿QUÉ DOCUMENTACIÓN VOY A NECESITAR?**

#### **¿Qué documentos o informes debo llevarme al salir del hospital?**

Al darle el alta hospitalaria se le proporcionará un informe médico de alta, tanto de la madre como del bebé. Según la comunidad autónoma se le proporcionará una cartilla de salud infantil y/o una cartilla de vacunación infantil.

En el hospital le darán el "Parte facultativo de asistencia al parto", documento que se necesita para el Registro Civil.

#### **¿Cuándo debo inscribir al recién nacido en el Registro Civil?**

La [inscripción del nacimiento](#) es **obligatoria** y se realizará **desde 24 horas** después de nacer **hasta 8 días** después, alargándose el plazo hasta 30 días naturales en casos justificados.

Se necesita el DNI o pasaporte del padre y la madre, el Libro de Familia, y la documentación que se le ha dado en el hospital, si se inscribe en el Registro Civil del lugar de nacimiento.

Si se inscribe en el lugar donde estén empadronados los padres (distinto al lugar de nacimiento) necesitarán, además, un certificado emitido por el hospital de que no se ha promovido la inscripción del recién nacido.

Si tardan en darle el Libro de Familia les pueden dar un Borrador de Asistencia Registral para que puedan realizar los siguientes trámites.

#### **¿Cómo consigo la tarjeta sanitaria del recién nacido?**

Lo primero es dar de alta al niño en el INSS (*Instituto Nacional de la Seguridad Social*)

Se necesita el Libro de Familia o certificación de inscripción en Registro Civil, Cartilla de la Seguridad Social y D.N.I del padre o la madre.

Con el documento que le dan en el INSS acudirá al centro de salud, y en ese momento le harán la solicitud de la

tarjeta sanitaria del niño, le asignarán pediatra y enfermera pediátrica (Unidad Básica Asistencial) y podrán darle cita para la primera revisión con el pediatra, que se hará a los 15-20 días.

## **TRAS EL ALTA HOSPITALARIA ¿CUÁNDO DEBO ACUDIR AL PEDIATRA?**

### **¿Cuándo debo acudir al centro de salud?**

Lo antes posible debe acudir a su matrona para que valore su estado de salud. A esta visita deberá acudir con el recién nacido para que éste sea revisado y se le realice la [prueba del talón](#).

### **¿Qué es la prueba del talón?**

Se llama así porque se le pincha al niño en el talón para obtener unas gotas de sangre en las que se realizan pruebas de detección precoz de enfermedades metabólicas congénitas, graves sin tratamiento, pero que detectadas a tiempo, se tratan, evitando o minimizando sus consecuencias.

Se debe realizar antes del 7º día y no antes de las 48 horas de vida.

El material para la recogida de la muestra se entrega en el hospital en el momento del alta.

La toma de la muestra de sangre debe realizarla personal sanitario en el centro de salud o en el centro hospitalario si estuviera ingresado. El bebé debería acudir sin haber tomado en unas 2 horas previas a la prueba.

### **¿Qué es el programa del niño?**

Es un [programa de salud](#), que consiste en revisiones periódicas realizadas por pediatra y enfermera de pediatría, y sirve para supervisar el desarrollo adecuado del niño, detectando problemas de salud, dando pautas de actuación, consejos de prevención y de educación sanitaria,..

La primera visita con el pediatra, que se le asigna en el momento de solicitar la tarjeta sanitaria, se suele realizar antes de los 15-20 días.

### **Si tengo algún problema y aún no he solicitado la tarjeta sanitaria, ¿puedo acudir con el bebé?**

Si el bebé necesita atención urgente, será atendido como urgencia en el centro de salud o urgencia hospitalaria. Son situaciones urgentes: fiebre, vómitos abundantes, mala coloración del bebé (muy amarillo, color azulado de labios), pérdida de consciencia, dificultad respiratoria.

## **POR ÚLTIMO, UN PAR DE CUESTIONES SOBRE LA POSIBILIDAD DE UN PARTO NO HOSPITALARIO.**

### **Si no me da tiempo a llegar al hospital cuando empiece el parto ¿qué hago?**

Lo primero ponerse en lugar seguro y a continuación pedir ayuda, activando usted u otra persona los servicios de emergencia llamando al 112.

### **Hay madres que prefieren un parto natural en casa ¿qué opina?**

La mayoría de los partos en el hospital son “partos naturales”. Se realizan cesáreas o partos instrumentalizados

cuando las circunstancias así lo aconsejan.

En el hospital se pueden monitorizar las constantes de la madre y del bebé antes de nacer y tras el nacimiento. Aunque todos los controles previos hayan sido normales, hay veces que aparecen complicaciones no esperadas antes, durante o tras el parto, y en estos casos una atención precoz y profesional va a garantizar los mejores resultados en salud para el bebé y la madre.

Hay un consenso entre todos los profesionales implicados en la atención perinatal para su humanización, sin dejar de ofrecer la mejor asistencia posible en base al estado actual del conocimiento científico.

---

**Fecha de publicación:** 20-12-2011

**Autor/es:**

- [Cecilia M Gómez Málaga](#). Pediatra. Centro de Salud "San Fernando". Badajoz
- [Isabel Botana del Arco](#). Pediatra. Centro de Salud "San Fernando". Badajoz

