

EL BAÑO DEL BEBÉ

Se puede bañar a los bebés desde el primer día de vida, aunque no se le haya desprendido el cordón umbilical. Es importante que cuando se mojen, se laven debidamente y se sequen bien, llegando al fondo de los pliegues, porque la humedad que queda ahí favorece las infecciones. En general ninguna enfermedad contraindica el baño del bebé.

El baño puede ser diario, aunque no es imprescindible, pudiéndose hacer un día sí y otro no. Procura buscar una hora del día agradable, generalmente es preferible por la noche. Es muy recomendable establecer la rutina de baño, cena y dormir, para que se acostumbren a las siguientes etapas preescolar y escolar. La parte que cubre el pañal debe lavarse varias veces al día.

La habitación del baño debe mantenerse a una temperatura agradable y con un ambiente tranquilo. Comprueba la temperatura del agua con el codo. Ésta debe estar caliente pero sin que notes sensación de quemazón en el codo. No llenes la bañera más de 10 o 15 cm.

Recomendaciones para el baño

- Debes meter al bebé en la bañerita cuanto antes para que no coja frío, sujetándole siempre la cabeza con una mano. Empieza a meterlo en la bañera por los pies, sosteniéndole la cabeza en su mano y cargando la espalda en el brazo, porque esto le da al bebé sensación de seguridad y permite agarrarle bien el cuerpo. Al principio sólo se recomienda usar jabón cuando esté sucio, 2 ó 3 veces por semana.
- Usa jabones suaves, tanto en líquido como en pastilla, y que tengan un pH neutro, preferiblemente libres de conservantes.
- Lávale la cara con agua sin jabón, a no ser que esté muy sucia. Si usa jabón, utiliza muy poco y ten mucho cuidado de que no entre en los ojos.
- Para lavarle los ojos, usa una toallita mojada sólo en agua. Comienza con la parte más cercana a la nariz y lave hacia fuera, hacia la oreja. Usa una parte limpia de la toallita para lavar el otro ojo.
- Para los oídos debes usar un dedo envuelto en un paño mojado. Nunca deben usarse bastoncillos dentro del oído.

Apoyo:



Socios:



- Si el bebé tiene la nariz obstruida, se le puede administrar unas gotas de suero fisiológico en cada fosa nasal y aspirar los moquitos. No deben usarse bastoncillos, ya que pueden empujar los mocos hacia dentro. Límpiale la nariz después del baño; los mocos están reblandecidos y el bebé tranquilo.
- A las niñas hay que limpiarlas de adelante para atrás para evitar infecciones de orina, y vigilar que tienen los labios menores despegados. En los niños no tires del prepucio. Por último enjuagua al bebé.
- A partir de los 10 o 12 meses puede pasar a la bañera familiar. Puede tener su propia esponja para aprender a lavarse. Utiliza gel y champú para bebés. Para evitar que resbale, existen protectores especiales de goma. También hay unos adaptadores para que su bebé se siente sin peligro.
- Si no has usado jabón, el baño puede durar lo que le apetezca al bebé. Sin embargo, un baño largo en agua jabonosa puede ser un factor de riesgo de infecciones de orina.

Apoyo:



Socios:

