



# Visita de 2 semanas para recién nacidos

Has llegado a 2 semanas de paternidad!  
Felicidades!

Tomate un momento para estar orgulloso de ti mismo. Cada día continuara creciendo con su hijo aprendera mas sobre quienes son y que necesitan. La vida con su bebe de dos semanas gira en torno a la alimentacion, el sueno y el llanto. Su bebe recién nacido debe agarrar firmemente con las manos y responder a la luz, el ruido y el movimiento.

## Que deberia estar haciendo mi hijo de 2 semanas?

Todos los bebes se desarrollan a ritmos diferentes. No se desanime ni se preocupe si su hijo no ha alcanzado los siguientes hitos a las 2 semanas.

- Facilmente localiza el pezon para alimentarse
- Tiene un fuerte reflejo de succion
- Responde a la luz, el ruido, y el movimiento
- Firmemente sujeta con las manos



## Alimentaciones

Los bebés nacidos a término requieren alimentación aproximadamente cada 2 a 3 horas, tanto de día como de noche, por lo que es posible que deba despertar a su bebé para garantizar una nutrición adecuada. Algunos bebés amamantados pueden querer mamar con un poco más de frecuencia, pero la mayoría de los bebés consumen alrededor de 2-3 oz en cada alimentación. Se alienta la lactancia materna y los recién nacidos amamantados pueden complementarse con un biberón de leche materna extraída a fórmula una vez al día a partir de las 2 o 3 semanas de vida, si así lo desea. Si se usa fórmula, asegúrese de que esté fortificada con hierro y, ya sea leche materna extraída o fórmula, nunca caliente biberones en el microondas. Es mejor sostener a su bebé en posición semi erguida mientras lo alimenta.

## Vitaminas

La Academia Estadounidense de Pediatría recomienda complementar a los bebés alimentados exclusivamente con leche materna con 400 IU de vitamina D al día. Puede hablar con su pediatra sobre las opciones disponibles. Las madres lactantes deben continuar con sus vitaminas prenatales.

## Fiebre

A esta edad, la fiebre puede ser una señal de advertencia de una infección grave. Una temperatura de 100.4 grados o más tomada por vía rectal se considera fiebre en un recién nacido. Comuníquese con su médico INMEDIATAMENTE si esto ocurre. No le de Tylenol ni ningún otro medicamento antes de que su hijo sea evaluado por un

## llorando

El llanto es normal para los bebés recién nacidos y puede ocurrir por muchas razones diferentes. La mayoría de los bebés desarrollan un período de irritabilidad hacia el final del día, entre 3 y las 12 semanas de edad, llamado cólico. Esta es la forma en que el bebé se relaja después de su día. Asegúrese de que no esté sucia ni tenga hambre. Intente levantar al bebé, abrazarlo, caminar o mecerlo de manera lenta y relajante. Si su hijo llora con más frecuencia o parece más inquieto y no puede calmarse de la manera habitual, llame a nuestra oficina.



## Dormir

La AAP recomienda que todos los recién nacidos se coloquen boca arriba para dormir. Utilice un colchón firme. No debe haber almohadas, mantas, juguetes, protectores, etc., en la cuna. Sostenga y abrace a su bebé si está llorando ... un movimiento suave parece inducirle a la comodidad y al sueño. No puedes estropearlos a esta edad. No permita que su bebé duerma más de 3 horas consecutivas durante el día. La mayoría de los bebés duermen entre 16 y 18 horas al día. No alimente a su bebé si llora y han pasado menos de 2 horas desde la alimentación anterior. Los bebés que se alimentan con frecuencia durante el día tienen hambre a intervalos frecuentes durante la noche. Haga que las tomas a media noche sean breves y aburridas. No encienda las luces, no hable con su bebé ni lo meza. Alimentelo rápido y silenciosamente. Llame a nuestra oficina si su hijo no parece estar tan activo, quiere dormir más o tiene dificultades para despertarse.

## Tiempo Boca Abajo

Si bien es importante que todos los niños duerman boca arriba, darle a su hijo tiempo boca abajo mientras está despierto y supervisado ayudará a evitar que favorezca un lado de la cabeza y le permitirá desarrollar otros grupos de músculos.

## Asiento de Coche

Su hijo debe estar en un asiento de seguridad orientado hacia atrás hasta los 2 años de edad. Use el asiento para el automóvil en el asiento central trasero del automóvil y asegúrese de que el asiento esté bien abrochado en el automóvil.

# Que es normal para mi bebe?

**Deposicion** - las deposiciones son muy variables en frecuencia, cantidad, color y consistencia. Llame si las heces son duras o si su bebe parece incomodo.

**Respiracion** - es normal que su hijo tenga periodos en que respire rapido y superficialmente y luego lentamente. A esto se le llama respiracion periodica. Tambien es normal tener chillidos inspiratorios agudos (cuando inhala) de vez en cuando. Comuniquese con nuestra oficina si su bebe presenta alguno de los siguientes sintomas: respiracion rapida todo el tiempo, chillido inspiratorio asociado con la contraccion del pecho, o tiene un color o apariencia palida, azulada o jaspeada.

**Erupciones** - los bebes tienen piel sensible y con frecuencia desarrollan erupciones transitorias.

**El hipo, los estornudos y el paso de gases** son sucesos normales en el periodo neonatal.

**Contacto visual** - a esta edad, su bebe debe mirarlo a los ojos y mostrar interes en el nuevo mundo que lo rodea.



## Recomendaciones Adicionales

- ◆ Cantele, hablale, y sonriete a tu bebe. Levante, acurruquese y juegue con su bebe. Muestrele a su pequeno lo emocionado que esta, ya que son parte de su vida.
- ◆ Trate de hacer que su bebe arulle o haga otros sonidos para usted.
- ◆ No acueste a su bebe con su biberon ni se lo coloque en la boca; apoyarse lleva a tragar mas aire, escupir e incluso ahogarse; tambien puede causar infecciones de oido.
- ◆ Su bebe prosperara con la formula o la leche materna. No le de a su bebe jugo o alimentos solidos en este momento.
- ◆ Su calentador de agua caliente debe ser configurado a menos de 120 grados para evitar quemaduras.
- ◆ Asegurese de que su casa o apartamento tenga un detector de humo en cada nivel y que todos los fumadores deben fumar fuera de su casa o apartamento.

### Que vacunas y/o pruebas de deteccion debo esperar en esta visita?

Su bebe tendra la segunda prueba metabolica en esta visita. Este es un analisis de sangre que se realizo por primera vez en el hospital antes de ser dado de alta. Hoy es una repeticion o una doble verificacion de ese estudio. Es posible que su bebe ya haga recibido la vacuna contra la hepatitis B en el hospital; de lo contrario, se la administrara en la visita de las 2 semanas.