

Las siguientes son recomendaciones dirigidas a los padres y cuidadores de los bebés de 0 a 3 meses de edad. Las cuales contribuyen en el proceso de estimulación del bebé, mediante actividades y técnicas de tratamiento realizadas en el ambiente familiar.

Las siguientes son las recomendaciones generales para el cuidado del paciente en la casa. Si después de leerlas o aplicarlas, presenta alguna inquietud, puede comunicarse al correo: educacionparalasalud.cub@upb.edu.co. Para conocer más sobre este y otros temas ingrese a www.clinicabolivariana.tv.

RECOMENDACIONES GENERALES

Instrucciones específicas

- Para que la estimulación sea efectiva realice los ejercicios anotados en este plan casero por lo menos dos veces al día, en un lugar cómodo y seguro, durante aproximadamente 10 minutos.
- Realice los ejercicios cuando el bebé no tenga ni sueño, ni hambre.
- Procure que todo el grupo familiar participen en las actividades.
- Realice los ejercicios con gusto y afecto.

Actividades de neuroestimulación:

Estimulación del bebé durante la posición canguro

- De un masaje suave firme a su bebé en la espalda, piernas y brazos.
- Durante la lactancia puede hablar al bebé, mirarlo a los ojos, tocarlo suave y colocar su dedo en su mano.

Estimulación del bebé con peso mayor a 3000 gr y 40 semanas de nacido

- Ubique frente a la cara del bebé un juguete para que lo mire fijamente, luego mueva el juguete a los lados del bebé.
- Ponga el niño boca abajo en una superficie plana y pase su mano suavemente por la espalda con movimientos firmes de arriba hacia abajo para que su bebé levante la cabeza.
- Acueste el bebé boca arriba en la misma superficie y mueva suavemente sus piernas de arriba y abajo en forma de pedaleo y luego mueva sus brazos.
- Masajee al bebé con diferentes texturas (babero, pelota pequeña, cepillo).

Recomendaciones de promoción y prevención

- Lávese las manos antes y después de cualquier contacto con el bebé.
- Asigne un lugar cómodo, seguro y limpio para realizar la estimulación.

- Utilice elementos exclusivos del bebé (cascabeles, juguetes, balones).
- Recuerde alimentar a su bebé solo con leche materna, evite el uso de leches artificiales.

Signos y síntomas de alarma

Acuda a urgencias o al hospital más cercano, si él bebé:

- No quiere comer el alimento habitual.
- Esta poco activo y no logra despertarlo.
- Tiene color morado en los labios y respira con dificultad.
- Vomita frecuentemente o si hace deposiciones líquidas abundantes con moco o sangre.

Consulte con la fisioterapeuta tratante de Familia Canguro si el bebé presenta:

- Persistencia de puño(s) cerrados, pulgar incluido.
- Llanto débil y/o ausencia risas o de gestos
- El bebé no responde a los estímulos sonoros (hablarle, cantarle, usar el cascabel).



Recuerde:

La importancia del masaje luego del baño todos los días, el NO uso del televisor, mejor estimulación auditiva por medio de música infantil, rondas infantiles, música de relajación, música clásica, lectura diaria, hablarle de forma clara y siempre llamarlo por su nombre.