

INFORMACIÓN Y RECOMENDACIONES PARA MADRES COVID (+) Y RECIÉN NACIDOS

CÚBRASE LA NARIZ Y LA BOCA AL TOSER Y ESTORNUDAR



Cúbrase la nariz y boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar. Bote los pañuelos desechables usados en la basura, con una bolsa de plástico adentro. Lávese inmediatamente las manos con agua y jabón o higienice bien con alcohol gel.

LÍMPIESE LAS MANOS CON FRECUENCIA



Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón o alcohol gel. Cubra todas las superficies de las manos y fróteselas hasta que sienta que se secaron. Si tiene las manos visiblemente sucias, es preferible usar agua y jabón. Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.

USO DE MASCARILLA



Usted debe utilizar siempre una mascarilla cuando esté cerca del recién nacido, especialmente en contactos cercanos como al amamantar o mudar a su bebé. Así también, debe utilizarla al manipular el extractor de leche, ropa o juguetes del recién nacido. Deseche la mascarilla cuando la note humedecida y cambie por otra, realizando higiene de manos después de quitársela.

USO DE EXTRACTOR DE LECHE



El extractor de leche materna debe ser lavado después de cada uso con agua y solución jabonosa, enjuagar bien y posteriormente sanitizar, hirviéndolo a baño María por 3 minutos. Sacar del agua hirviendo con mucho cuidado y secar muy bien con papel absorbente.

LIMPIE TODOS LOS DÍAS TODAS LAS SUPERFICIES DE CONTACTO FRECUENTE



Las superficies de contacto frecuente incluyen los mesones, las mesas, las manijas de las puertas, las llaves y grifos del baño, los inodoros, los teléfonos, los teclados, las tabletas y las mesas de cama. Limpie este tipo de superficies con solución de cloro (20cc de cloro, equivalente a 4 cucharaditas, por 1 litro de agua). Asegurarse de tener buena ventilación mientras lo esté usando.

¿CUÁNDO DEBO CONSULTAR AL SERVICIO DE URGENCIA O AL NEONATÓLOGO?:

Debe estar atenta a la aparición de síntomas que ameriten consulta por su neonatólogo o servicio de Urgencia, para esto debes tener claro y observar lo siguiente en tu bebé:



1. Control de temperatura axilar 3 veces al día, esta debe estar entre 36,5 y 37°C, si está fuera de rango debes tomar algunas medidas ambientales: si está bajo 36,5°C, abrigarlo con una manta, o subir la temperatura de la habitación en 1°C. Si se encuentra sobre 37°C, sacarle una capa de ropa y volver a controlar. Si persiste fuera de rango en 2 a 3 horas, o está bajo 36° o sobre 38° axilar debe consultar al médico.
2. Decaimiento; no se despierta en más de 4 horas para alimentarse.
3. Dificultad respiratoria: Respira más de 60 veces por minuto o se le hunde debajo de las costillas o se le mueven las alas de la nariz, tos seca, se pone morado al toser o hace pausas al respirar.

Los síntomas descritos son inespecíficos, pueden ser comunes a cualquier cuadro infeccioso, pero de todos modos es importante estar atentos a ellos.

Es importante tener claro que solo puedes suspender estas medidas cuando tu médico y el de tu bebé así lo hayan indicado.

¿CUÁNDO DEBO CONTROLAR NUEVAMENTE A MI HIJO CON MÉDICO?



Si no ha habido síntomas de alarma, debe controlar con pediatra a su bebé pasado los 14 días de vida, terminada tu cuarentena, sin embargo y con la finalidad de apoyarte en este proceso, la Clínica le ofrece algunas alternativas que puede utilizar como telemedicina y el control de peso de su recién nacido y apoyo de lactancia realizado por pediatras y matrona especialistas respectivamente en tu mismo hogar. Entre la semana y 10 días de vida.