

A Guide to Caring for your Newborn

Una guía para cuidar a su bebé recién nacido



SOMA
MEDICAL CENTER, P.A. #3

somamedicalcenter.com
English & Español

Congratulations on the birth of your baby!

Our mission is to provide high-quality health care in the Palm Beach County Area. Our guiding philosophy is simple: to put ourselves in our patients' shoes—to treat our patients as we would like to be treated.

We further believe that compassion and caring are critically important in children's health care, and that they are entirely compatible with sound scientific approaches.

Our team believes in treating the whole child, educating



for wellness and managing illness. We are a full-function medical clinic whose world revolves around busy families. To that end, we have same-day appointments available and a centralized scheduling system so we can quickly find you an appointment.

"Your baby needs to be kept well-loved, well-fed and comfortable. As long as you are attending to these needs, chances are you're doing fine".

We hope that this booklet will supply some direction during the baby's first few weeks, and to provide general safety tips and guidelines throughout his or her childhood.

If you have questions which are not answered here, please call or visit our office; we will be happy to address any concerns you may have.

Patient Benefits

- Most Insurance Accepted.
- Separate Area For Newborn Available.
- Same Day Sick Visits.
- Convenient On-Site Lab Services.
- Board-Certified Pediatricians.
- Hablamos Español.
- Free Wifi.
- Vision Testing.
- Ear Piercing from 3 Months Old.
- Beautiful Family-Friendly Designed Office.
- After Hours.
- Circumcision Service.
- Walk-ins welcome.

Meet Our Medical Team

Forest Hill Office



Alfonso J. Henriquez M.D., F.A.A.P.
Board Certified Pediatrician
American Board of Obesity Medicine



Maria del Pilar Brinez M.D., F.A.A.P.
Board Certified Pediatrician



Elizabeth Odicio, ARNP, MSN, CPNP
Nurse Practitioner



Yusimi Dominguez, ARNP-BC, MSN, FNP
Nurse Practitioner

Greenacres Office



Juan Collazos M.D., F.A.A.P.
Board Certified Pediatrician

Wellington/Palomino Park Office



Yohaimi Cosme Ayala M.D., F.A.A.P.
Dr. "Yo"
Board Certified Pediatrician

Adjusting to your newborn

Your baby's finally arrived! And mixed with your overwhelming love and pride is probably a good dose of anxiety: How will you know just what he needs when he needs it? First and foremost, trust your instincts. As you and your baby spend time together, you'll become more and more in tune with each other. But a little preparation helps, too.

How To Hold Your Newborn

- Always support the head by placing your hand or arm behind his/her neck.
- Use a position that your baby enjoys. Some need a little space, while others feel secure only when held close.
- Bend at the knees – not the waist – when picking up something while holding your infant.
- Hold your baby close to you when handing her to someone else. Let that person slide his/her arms underneath before you remove yours.

General Newborn Characteristics

Parents often worry about many normal characteristics of appearance and behavior. The following list addresses commonly asked questions:

- We expect babies to lose up to ten percent of their birth weight during the first days of life. By 2 weeks your child should be back to their birth weight and then gain 5 – 7 ounces weekly for the first several months.
- A newborn's head is often "molded" (lopsided in appearance) from the birthing process. This should spontaneously resolve.
- The eyes may be initially puffy and have a discharge secondary to antibiotics placed (ointment) to prevent infection.
- Hiccoughing (hiccupping) and sneezing are common behaviors and is not a sign of illness.
- The baby's breathing pattern is different from adults. Newborns frequently will pause for several seconds followed by periods of rapid breathing (periodic breathing). There should be no color change during these pauses. This irregular pattern will continue for several months.
- Symmetric jerking movements are normal in the few months of life when your infant is startled and often occur while sleeping.
- Bowing of legs is normal and should gradually resolve.
- Whether you have a boy or a girl, you may notice that your newborn's genitals are swollen and red and one or both of your infant's breasts may be swollen. If you have a girl, she may have a clear, white, or slightly bloody discharge. All this is normal in the first few weeks as a result of exposure to hormones during pregnancy.



■ **Colic and Crying** - When crying lasts for longer than about three hours a day and is not caused by a medical problem (such as a hernia or infection), it is called colic. Colic occurs in almost all babies to varying degrees. Almost all babies go through a fussy period. An infant usually outgrows colic by 3 to 4 months of age.

■ As infants skin adapts to its new environment it is often red, dry, cracking, peeling and subject to different rashes. The occasional blotchy appearance of the skin is due to the immaturity of the blood vessels and usually occurs when the baby is cold. The transient skin conditions include:

- **Salmon Patches/Stork Bites:** Faint red marks on the eyelid, forehead, and neck.
- **Mongolian spots:** Purple/gray/black blotchy area on the buttocks and back.
- **Milia:** Whiteheads on the face and nose.
- **Baby acne:** Appears in response to the mother's hormones
- **Erythema toxicum:** Looks like "flea bites" (yellowish lesions surrounded by a red circle) often come and go during the first days of life.
- **Jaundice (yellowing of the skin):** Is common and is usually a harmless condition in the first week of life. It typically appears on the 2nd or 3rd day of life. It occurs in both breastfed and formula-fed infants. A blood test (bilirubin level) is done before your baby is discharged from the hospital. Jaundice can be dangerous if bilirubin levels get too high.

Common signs of illness in the newborn for which you should call us include:

- **Fever with rectal temperature 100.3 °F or greater.**
- **Repeated vomiting (not just spitting up).**
- **Excessive crying without obvious cause**
- **Listlessness.**
- **Frequent loose watery bowel movements.**
- **Any unusual rash.**

Feeding

Feeding is one of the baby's first pleasant experiences. Nursing is the most nutritious way to feed a baby; therefore, we do encourage it. However, if you prefer to have your baby on a formula, you should feel confident that the baby will do well. Whether breast or bottle feeding, hold your baby comfortably close to you. They derive much pleasure and security when fed and cuddled properly. Do not prop a bottle or allow the baby to drink while lying flat. This could lead to problems with choking and ear infections. Babies should be breast and/or bottle fed with a commercial infant formula until they are at least one year of age because only breast milk and formula offer the complete complement of nutrients essential to proper development.

During and after breastfeeding or bottle-feeding, burp your baby. It helps to remove air swallowed during feeding. Gently pat the baby's back. Sometimes a baby will not be able to burp, so do not try to force it. Do not be alarmed if your baby spits up. All babies do, some more than others. If weight gain is satisfactory, and the baby does not have frequent or prolonged choking episodes, there is little cause for concern.

■ Nursing

Exclusive breastfeeding during the first 4 – 6 months provides ideal nutrition, supports best growth and development. Until your milk supply “comes in”, your infant will receive protective colostrums (yellowish) which has high levels of antibodies offering protection from illness. Normally breast milk does not come in until about the third or fourth day after birth. Nature has provided infants with extra fluids, which are used during this period when your milk supply has not reached full capacity. During this time most babies will lose weight. By the fourth or fifth day, your milk will be more abundant and your baby will start to gain weight. Nursing infants normally demand 8 – 12 feedings in 24 hours (every 1 ½ to 3 hours).

■ Formula

Formula fed babies often eat every 2 – 4 hours after the second week of life. Newborns may start out eating 1 to 2 ounces every 1 to 2 hours gradually increasing to 3 – 4 Ounces per feeding (every 2 – 4 hours).

Sleep

A newborn may sleep as much as 16 hours a day (or even more), often in stretches of 3 to 4 hours at a time. At first, these short stretches of 3 to 4 hours of sleep may be frustrating for you as they interfere with your sleep pattern. Have patience this will change as your baby grows and begins to adapt to the rhythms of life outside the womb.



Elimination

Newborns should pass urine within the first 24 – 48 hours after birth. They should have 1 wet diaper every 8 – 12 hours on day 2; 4 – 6 wet diapers in 24 hours on days 3 and 4; by day 5 – 7 should have 6 – 8 wet diapers in a 24 hours period. Newborns should pass the 1st stool within 48 hours after birth (called meconium). Stools progress from thick, tarry, black (meconium) to thin brown to green (transitional stools) to yellow, gold, soft or mush for breastfed babies or pale yellow, formed and pasty for formula fed babies. Breastfed newborns should have 3 – 4 stools per day or more (they may have too 1 – 2 days with no stools) and the formula fed newborns may have 1 – 2 stools a day.

General Care and Hygiene

- Keep the cord area clean and dry. The umbilical cord will fall off by itself in 1 to 4 weeks. It is normal if the navel produces spots of blood or a clear moist fluid after the cord falls off. Call if the bleeding persists, if there is a foul discharge or if the skin around the cord gets red.
- Clean the diaper area and wipe it gently with a cotton washcloth or soft paper towel moistened with warm water. Try to avoid commercial diaper wipes for the first few weeks. If the baby's diaper area becomes irritated, a barrier gel or ointment (Vaseline, A & D, Balmex, Desitin) should be used with each diaper change until the area heals. If the rash does not improve, please notify the office.

- If your baby had a circumcision the simple application of Vaseline after each diaper change is adequate to protect the area until it heals in about 10 days. When cleaning or bathing an uncircumcised baby boy, don't try to retract the foreskin. You won't be able to for several months or even years – it takes this long for the foreskin to separate from the penis.
- The vaginal area of a baby girl needs a wipe with a moist clean cloth during diapering and bathing, taking care of wiping from front to back to avoid transferring bacteria from the anus to the vagina.

Safety

Cribs

The American Academy of Pediatrics recommends that When purchasing a crib make sure it meets current safety standards. The slats should be no more than 2 3/8 inches apart. Widely spaced slats can allow an infant's torso to fall through but will trap the infant's head, which can result in death; The end panels should be solid, without decorative cutouts or corner post extensions; The mattress should be the soft but firm and same size as the crib so there are no gaps to trap arms, body, or legs. If you can fit more than 2 fingers between the mattress and the side of the crib, the crib and mattress combination should not be used. Do not use pillows, bumper pads, quilts, comforters, sheepskins, stuffed toys, other soft products, or any objects that could increase the risk of suffocation or strangulation.

Sleep Position

The American Academy of Pediatrics recommends that infants be placed to sleep on their backs to reduce the risk of sudden infant death syndrome (SIDS). The risk of SIDS is greater for babies placed on their sides than those placed on their backs. Babies placed on their sides have a greater chance of turning to the stomach position.



Pacifiers

The American Academy of Pediatrics recommends that parents consider offering pacifiers to infants one month and older at the onset of sleep to reduce the risk of sudden infant death syndrome. If you are breastfeeding wait until breastfeeding is going well before offering a pacifier. Potential complications of pacifier use, particularly with prolonged use, include a negative effect on breastfeeding, dental malocclusion, and otitis media. It is recommended weaning children from pacifiers in the second six months of life.

Car Safety

The AAP recommends that parents keep their infants in a rear facing car seat as long as possible before moving them to a forward facing car seat. Parents should keep their children in a rear facing car seat until they are at least two years of age or until they reach the maximum weight and height limits recommended by their car safety seat's manufacturer. A REAR-FACING CAR SEAT is the best seat for your young child to use. It has a harness and in a crash, cradles and moves with your child to reduce the stress to the child's fragile neck and spinal cord.

Home Safety

About 2-1/2 million children are injured or killed by hazards in the home each year. The good news is that many of these incidents can be prevented by using simple child safety devices on the market today. You can childproof your home for a fraction of what it would cost to have a professional do it. You can buy them at hardware stores, baby equipment shops, supermarkets, drug stores, home and linen stores, and online.

Some child safety devices that can help prevent many injuries to young children include:

- **Safety Latches and Locks:** Use safety latches and locks for cabinets and drawers in kitchens, bathrooms, and other areas to help prevent poisonings and other injuries.
- **Safety Gates:** Use safety gates to help prevent falls down stairs and to keep children away from dangerous areas.
- **Door Knob Covers and Door Locks:** Use door knob covers and door locks to help prevent children from entering rooms and other areas with possible dangers.
- **Anti-Scald Devices:** Use anti-scald devices for faucets and shower heads and set your water heater temperature to 120 degrees Fahrenheit to help prevent burns from hot water.
- **Smoke Detectors:** Use smoke detectors on every level of your home and near bedrooms to alert you to fires.
- **Window Guards and Safety Netting:** Use window guards and safety netting to help prevent falls from windows, balconies, decks, and landings
- **Corner and Edge Bumpers:** Use corner and edge bumpers to help prevent injuries from falls against sharp edges of furniture and fireplaces.
- **Outlet Covers and Outlet Plates:** Use outlet covers and outlet plates to help prevent electrocution.
- **Cut Window Blind Cords:** use safety tassels and inner cord stops to help prevent children

from strangling in blind cord loops.

- **Doorstop and Door Holder:** Use doorstop and door holder to help prevent injuries to fingers and hands.
- **Cordless Phone:** Use a cordless phone to make it easier to continuously watch young children, especially when they're in bathtubs, swimming pools, or other potentially dangerous areas.



Poisoning

Babies are at greatest risk for poisoning, which can be caused by common household products including cleaning supplies, cosmetics, plants, toys, pesticides, art supplies, alcohol, medicines and vitamins.

- Read labels and follow instructions when giving medicines to children.
- Keep medicine in its original child-resistant container and out of a baby's reach.
- Store all household products out of children's sight and reach. Use cabinet locks if items must be stored within a child's reach.
- Prevent CO buildup in the first place – make sure heating appliances are in good working order and use them only in well-ventilated areas.
- Check the garage door is open before running a car engine in the garage, even to warm it up.
- Don't leave your baby alone in the car.

Be Prepared

- Learn cardiopulmonary resuscitation (CPR) and the abdominal thrust procedure (the Heimlich maneuver).
- Keep the following numbers near the phone (for yourself and caregivers):
 - 911
 - Poison-control number: 1-800-222-1222
 - Doctor's number
 - Parents' work and cell phone numbers
 - Neighbor's or nearby relative's number (if you need someone to watch other kids in an emergency)
 - Make a first-aid kit and keep emergency instructions inside.

Water Safety

Water is hazardous for young children. In fact, as much fun as water can be, it's dangerous no matter where you find it – in a bucket, bowl, toilet, tub, sink, puddle, pool, or elsewhere. Parents can avoid tragedy by remembering that a baby or toddler can drown in less than an inch of water. The best way to protect your child from accidental drowning is to remove even the smallest source of water from her play area, and if water is present, don't take your eyes off her for a minute. If you're at a pool or beach, it's fine to let your child splash and play as long as you're watching and within arms' reach.

There are several things to remember when bathing your child, but the most important is to never leave your child unattended in a bathtub, even for a minute. If the phone rings and you must answer it, wrap him in a towel and take him with you.

You may want to wait to go to a pool, beach or lake with your child until she/he can hold her head up on her own (usually by 4 or 5 months).

Visitors

Your new baby has not had time to build up resistance to infection, so try to limit visitors during the first few weeks to close family and friends, who have no colds or other contagious diseases. Everyone who handles the baby should wash his or her hands well. Supervise siblings and young visitors when with the baby.

Cigarette and Tobacco Smoke/Alcohol

Smoke is extremely irritating to babies. Exposure to tobacco smoke, including the smell of smoke on clothing or furniture, can lead to wheezing and other respiratory problems, ear infections, other illnesses, and increase the risk of Sudden Infant Death Syndrome (SIDS). It is not enough to smoke in a separate room outside – no one should smoke in a house or a car where a baby lives or rides. Do not drive under alcohol influence.

Your Baby's Comfort

Temperature. Try to keep an even, comfortable temperature in your baby's room. Windows may be opened in warm weather, provided the baby is not in a draft and the room temperature does not fall below 68°F.

Clothing

Dress your baby according to the temperature, as you would dress yourself. Some babies are sensitive to certain materials, so watch for rashes where clothing touches skin.

Outdoors

You may take your baby outside whenever the weather is pleasant; babies born during warm weather may be taken outside as soon as you arrive home, as long as the weather is nice. Avoid taking your baby to crowded places for the first 2 months of life.

Newborn Screening

Your baby should have an infant metabolic (blood draw) and hearing screening before being discharged from the hospital. This screen is intended to detect many conditions including several where early detection can significantly improve outcome. Our office and the state laboratory will contact you if there are any problems.

Immunization Schedule

Age	Vaccines
Newborn	Hep B if not received in hospital
2 Months	DTaP-HIB-IPV, Hep B, PCV-13,RV
4 Months	DTaP-HIB-IPV, PCV-13,RV
6 Months	DTaP-HIB-IPV, PCV-13,RV
9 Months	Hep B (If was not given before)
12 Months	MMR, Varicella, Hep A
15 Months	HIB, PCV-13
18 Months	Hep A, DTaP
4 Years	DTaP, IPV, MMR, Varicella, Vision
11 Years and Older	Tdap, MCV-4, HPV

¡Felicidades por el nacimiento de su bebé!

Nuestra misión es proveer servicios médicos de alta calidad para los niños y familias en el área de Palm Beach. Nuestra filosofía es simple: ponernos en los zapatos de nuestros pacientes y tratarlos como nos gustaría ser tratados.



Sabemos que la dedicación y la relación médico paciente es muy importante en el cuidado de nuestros niños. Es por esto, que nuestro equipo de trabajo cree en el tratamiento integral y en la educación para fortalecer este vínculo con nuestros pacientes.

Somos una clínica que entiende y conoce las familias de hoy, es por esto que contamos con los recursos para proporcionarles a nuestros pacientes citas el mismo día.

Esperamos que este folleto sea de ayuda durante las primeras semanas de vida de su bebé. Si usted tiene preguntas que no están contestadas aquí, por favor llame o visite nuestra oficina, estaremos encantados de responder cualquier inquietud que pueda tener.

“Su bebé necesita sentirse amado, alimentado y cómodo. Siempre y cuando esté atendiendo estas necesidades, es probable que lo esté haciendo bien.”

Beneficios para el Paciente

- Aceptamos la mayoría de los planes médicos.
- Área de espera separada para niños sanos y enfermos.
- Citas disponible el mismo día.
- Servicios de laboratorio.
- Board Certified pediatras.
- Hablamos español.
- Prueba de visión.
- Hermosas oficinas diseñadas con un ambiente familiar.
- Aretes para bebés a partir de los 3 meses.
- Servicio de circuncisión.
- Horarios extendidos.

Conozca a Nuestro Equipo Médico

Oficina en Forest Hill



Alfonso J. Henriquez M.D., F.A.A.P.
Board Certified Pediatrician
American Board of Obesity Medicine



Maria del Pilar Brinez M.D., F.A.A.P.
Board Certified Pediatrician



Elizabeth Odicio, ARNP, MSN, CPNP
Nurse Practitioner



Yusimi Dominguez, ARNP-BC, MSN, FNP
Nurse Practitioner

Oficina en Greenacres



Juan Collazos M.D., F.A.A.P.
Board Certified Pediatrician

Oficina en Wellington/Palomino Park



Yohaimi Cosme Ayala M.D., F.A.A.P.
Dr. "Yo"
Board Certified Pediatrician

Adaptación a su Recién Nacido

¡Su bebé por fin ha llegado! Esa mezcla de amor y orgullo puede producir una gran dosis de ansiedad. ¿Cómo saber que necesita? ¿Cuándo lo necesita? En primer lugar, confíe en sus instintos. A medida que usted y su bebé pasen el tiempo juntos, se irán conectando más el uno con el otro. Sin embargo, un poco de preparación, también ayuda.

Cómo Sostener a su Recién Nacido

- Siempre apoye la cabeza colocando la mano o el brazo por detrás de su cuello.
- Utilice una posición que el bebé disfrute. Algunos necesitan un poco de espacio, mientras que otros se sienten seguros sólo cuando se mantiene cerca.
- Doble las rodillas - no la cintura - al recoger algo mientras sostiene a su bebé.
- Sostenga a su bebé cerca de usted cuando lo entregue a otra persona. Que esa persona deslice sus brazos debajo de los suyos.

Características Generales del Recién Nacido

Los padres a menudo se preocupan acerca de muchas características normales de la apariencia y el comportamiento del bebé. Entre las preocupaciones más comunes están las siguientes:



- Se espera que los bebés pierdan hasta un diez por ciento de su peso durante los primeros días de vida. A las 2 semanas su niño debe tener el peso que tuvo al nacer y luego ganar 5 - 7 onzas por semana durante los primeros meses.
- La cabeza del recién nacido suele ser "moldeada" en el proceso de parto. Esto resuelve espontáneamente.
- Los ojos pueden estar inicialmente hinchados y tener secreción, un efecto secundaria a los antibióticos usados al nacer (ungüento) para evitar infección.
- El Hipo y el estornudo son comunes y no son señal de enfermedad.
- El patrón de respiración del bebé es diferente a los adultos. Los recién nacidos con frecuencia harán pausas de varios segundos seguidos por períodos de respiración rápida (respiración periódica). No debe haber ningún cambio de color durante estos. Este patrón irregular continuará durante varios meses.
- Movimientos simétricos son normales en los pocos meses de vida cuando el bebé se asusta y, a menudo se producen durante el sueño.
- El arqueamiento de las piernas puede ser normal y debe resolverse gradualmente.
- Es posible que su recién nacido tenga los genitales hinchados y rojos, o ambas tetillas de su bebé puedan estar hinchadas. Si es una niña, puede ser que tenga una secreción clara, blanca, o un poco de sangre. Todo esto es normal en las primeras semanas como resultado de exposición a las hormonas durante el embarazo.

■ **Cólicos y llanto** – Cuando un bebé llora por más de 3 horas al día y no es por causa de un problema médico (hernia o infección) generalmente es cólico. El cólico se produce en casi todos los bebés en diferentes grados. Casi todos los bebés pasan por períodos de llantos. Típicamente el cólico termina a la edad de 3 o 4 meses.

■ Como la piel del bebé se adapta a su nuevo ambiente a menudo es roja, seca, agrietada y está sujeta a diferentes erupciones. La apariencia moteada ocasional de la piel es debido a la inmadurez de los vasos sanguíneos y por lo general se produce cuando el bebé tiene frío.

Síntomas de enfermedad comunes en el recién nacido donde usted debe llamarnos:

- Fiebre con temperatura rectal 100.3°F o mayor.
- Vómitos repetidos (y no sólo reflujo)
- El llanto excesivo sin causa obvia.
- Aumento en la frecuencia de materia fecal líquida.
- Cualquier erupción inusual.

Algunas condiciones transitorias de la piel incluyen:

- **Marcas de cigüeña:** Marcas rojas en los párpados, la frente y el cuello.
- **Manchas mongólica:** Manchas violeta / gris / negra en los glúteos y la espalda.
- **Milia:** Lesiones muy pequeñas, blancas o amarillas en la cara y la nariz.
- **Acné:** Aparece en respuesta a las hormonas de la madre.
- **Eritema tóxico:** Parece (lesiones amarillentas rodeadas por un círculo rojo), a menudo aparecen y desaparecen durante los primeros días de vida.
- **La ictericia o (coloración amarillenta de la piel):** Es común y generalmente es una afección benigna en la primera semana de vida. Típicamente aparece en el segundo o tercer día de vida. La ictericia puede ser peligrosa si los niveles de bilirrubina suben demasiado.

Alimentación

La alimentación es una de las primeras experiencias agradables del bebé. La lactancia es la forma más nutritiva para alimentar al bebé. Sin embargo, si usted prefiere alimentar a su bebé con fórmula, usted puede estar seguro que su bebé estará bien. Ya sea con leche materna o con biberón, sostenga a su bebé con comodidad cerca de usted. No apoye el biberón o permita que el bebé tome cuando esté acostado. Esto podría traer problemas de asfixia o infecciones de oído. Los bebés deben ser alimentados con leche materna o fórmula hasta que tengan al menos un año de edad, ya que sólo de esta forma pueden recibir los nutrientes esenciales para un desarrollo adecuado.

Durante y después de alimentar a su bebé, debe sacarle los gases. Esto Ayuda a eliminar el aire tragado durante la alimentación. Acaricie suavemente la espalda del bebé. A veces el bebé no será capaz de eructar, así que no trate de forzarlo. No se alarme si su bebé tiene un reflujo leve. Todos los bebés, algunos más que otros lo harán. Si el aumento de peso es adecuado, y el bebé no tiene (frecuentes y prolongados) episodios de ahogo, hay pocos motivos de preocupación.

Lactancia

La Lactancia materna exclusiva durante los primeros 4 - 6 meses proporciona la nutrición ideal, para el crecimiento y desarrollo. Su bebé recibirá el calostro (color amarillo) hasta que su leche baje. Éste tiene muchos anticuerpos que le ofrecen protección contra las enfermedades. Normalmente la leche materna no viene en hasta cerca del tercer o cuarto día después del nacimiento. La naturaleza le ha proporcionado a los niños líquidos, que son utilizados durante este período cuando la leche no ha alcanzado su capacidad total. Durante este tiempo la mayoría de los bebés pierden peso. En el cuarto o quinto día, su leche será más abundante y su bebé comenzará a aumentar de peso. Los bebés que están siendo lactados necesitan comer de 8-12 veces en 24 horas. Cada 1 1/2 a 3 horas.

Fórmula

Los Bebés alimentados con fórmula suelen comer cada 2 - 4 horas después de la segunda semana de vida. Los recién nacidos pueden comenzar a comer de 1 a 2 onzas cada 1 a 2 horas aumentando gradualmente hasta 3 a 4 onzas por comida (cada 2 - 4 horas).

Sueño

Un recién nacido puede dormir hasta 16 horas al día (o incluso más), a menudo en períodos de 3 a 4 horas. Al principio, estos períodos de 3 a 4 horas de sueño pueden ser frustrante para usted, ya que interfiere con su sueño. Tenga paciencia - esto va a cambiar a medida que su bebé crezca y comience a adaptarse a los ritmos de la vida fuera del vientre.

Eliminación

El recién nacido debe orinar dentro de los primeros 24 - 48 horas después del nacimiento. Deben tener un pañal húmedo cada 8 - 12 horas en el segundo día, 4 - 6 pañales húmedos en 24 horas los días 3 y 4; en los días 5 - 7 debería tener 6 - 8. Debe de tener su primera evacuación dentro de las primeras 48 horas de vida (llamada meconio). Las heces son muy variables en cada bebé debido a que su textura y color dependen de la alimentación que reciba. Los recién nacidos alimentados con leche materna debe tener 3 - 4 deposiciones por día o más (se puede tener también 1 - 2 días sin deposiciones) y alimentados con fórmula tienen 1 - 2 deposiciones al día. Los bebés lactados tendrán unas deposiciones amarillas y los alimentados con fórmula pueden variar entre amarillo y marón.



Cuidados Generales e Higiene

- Mantenga el área del cordón umbilical seca y limpia. El cordón umbilical se caerá por sí mismo en 1 a 4 semanas. Es normal que el ombligo produzca manchas de sangre o un líquido claro después que el cordón se caiga. Llame a su médico si el sangrado persiste, si hay una secreción maloliente o si la piel alrededor del cordón se pone roja.

- Limpie el área del pañal suavemente con un paño de algodón o puede utilizar una toalla suave humedecida con agua tibia. Si el área del pañal del bebé se irrita, un gel o pomada (vaselina, A & D, Balmex, Desitin) se debe utilizar con cada cambio de pañal. Si la erupción no mejora, por favor notifique al pediatra.
- Al limpiar o bañar un niño no circuncidado, no trate de retraer el prepucio. No será capaz por varios meses o incluso años - (puede tomar este tiempo para que el prepucio se separe del pene).
- La zona vaginal de una bebé debe ser limpiada con un paño limpio y húmedo durante el cambio de pañales y el baño, teniendo cuidado de hacerlo de adelante hacia atrás para evitar la transferencia de bacterias desde el ano hasta la vagina.

Seguridad

Cunas

La Academia Americana de Pediatría recomienda que al comprar una cuna debe asegurarse que cumpla con los estándares actuales de seguridad: Los listones deben tener no más de 2 3/8 pulgadas de distancia. Listones muy espaciados pueden atrapar la cabeza del bebé, lo cual puede resultar en muerte; Los paneles de los extremos deben ser sólidos. El colchón debe ser suave pero firme, y del mismo tamaño que la cuna para que no haya espacios. Si usted puede colocar más de 2 dedos entre el colchón y el lado de la cuna, no deben ser utilizados. No utilice almohadas, cojines, colchas, juguetes de peluche, otros productos blandos o cualquier otro objeto que podrían aumentar el riesgo de asfixia o estrangulamiento.



Posición para dormir

La Academia Americana de Pediatría recomienda que los bebés se coloquen a dormir boca arriba, para reducir el riesgo de SIDS (Muerte Súbita del Infante). El riesgo de SIDS es mayor para los bebés colocados de lado que para los que se colocan de espalda.

Chupetes

La AAP recomienda que los padres consideren ofrecer el chupetes a los bebés en el inicio del sueño para reducir el riesgo de síndrome de muerte súbita del infante. Debe ser ofrecido cuando la lactancia este bien establecida. Entre las posibles complicaciones el uso del chupo, sobre todo con el uso prolongado, incluyen un efecto negativo sobre la lactancia materna, maloclusión dental, y otitis media. Se recomienda removerle el chupete a los niños después de los 6 meses de vida.

Seguridad en el Carro

La AAP recomienda que los padres mantengan a sus bebés en un asiento de seguridad mirando hacia atrás tanto como sea posible antes de moverlos a un asiento de seguridad mirando hacia el frente. Los padres deben mantener a sus hijos en un asiento de seguridad mirando hacia atrás hasta los dos años de edad o hasta que alcancen el peso máximo y los límites de altura recomendado por su seguridad. Un asiento mirando para atrás es el mejor asiento para su niño pequeño. Tiene un arnés y en un accidente, puede reducir la tensión al frágil cuello y médula espinal del niño.

Seguridad en el Hogar

Cerca de 2-1/2 millones de niños se lesionan o mueren por accidentes en el hogar cada año. La buena noticia es que muchos de estos incidentes se pueden prevenir mediante el uso de simples dispositivos de seguridad para niños a la venta en el mercado.

Entre los dispositivos de seguridad para niños que pueden ayudar a prevenir muchas lesiones a los niños pequeños están:

- Pasadores y cerraduras de seguridad: Utilícelos para armarios y cajones en las cocinas, baños, y otras áreas para ayudar a prevenir los envenenamientos y otras lesiones.

- Puertas de seguridad: Utilícelas para ayudar a prevenir las caídas por las escaleras y mantener a los niños fuera de peligro.

- Cubiertas y cerraduras para la puerta: Utilícelos para ayudar a evitar que los niños ingresen a las habitaciones y otras áreas con posibles peligros.

- Prevención de Quemaduras: Utilice dispositivos anti-quemaduras para grifos y duchas y programe su calentador de agua a una temperatura de 120 grados Fahrenheit para ayudar a prevenir quemaduras por agua caliente.

- Detectores de humo: Use los en cada piso de su casa y cerca de los dormitorios para alertarle de incendios.

- Redes de seguridad: Utilícelos para ayudar a prevenir las caídas de ventanas, balcones y terrazas.

- Protectores para las esquinas y bordes: Utilícelos para ayudar a prevenir lesiones por caídas contra los bordes de los muebles y chimeneas.

- Cubiertas para los enchufes: Utilícelas para ayudar a evitar la electrocución.

- Cortar o enrollar los cordones de las ventanas para ayudar a evitar el estrangulamiento.

- Protectores y tapones para las puertas: Utilícelos para ayudar a prevenir lesiones en los dedos y las manos.

- Teléfono inalámbrico: Utilice para que sea más fácil ver en forma continua, en especial los niños pequeños cuando estén en las bañeras, piscinas, u otras áreas potencialmente peligrosas.



Envenenamiento

Los bebés, están en mayor riesgo de envenenamiento, por causa de productos domésticos comunes como artículos de limpieza, cosméticos, plantas, juguetes, pesticidas, materiales de arte, alcohol, medicamentos y vitaminas.

- Lea las etiquetas y siga las instrucciones al administrar medicamentos a los niños.
- Guarde el medicamento en su envase original a prueba de niños y fuera del alcance de ellos.
- Guarde todos los productos para el hogar fuera del alcance y la vista de los niños. Utilice cerraduras del gabinete si los artículos deben ser almacenados.
- No prenda el motor de su auto en el garaje, sin antes asegurarse que la puerta de su garaje esté abierta.
- No deje su bebé solo en el carro en ningún momento.

Esté preparado

- Aprenda reanimación cardiopulmonar (CPR)
- Mantenga los siguientes números cerca del teléfono (para usted y para las personas que cuidan su niño):
 - 911
 - Control de Envenenamiento: 1-800-222-1222
 - Número de su médico primario
 - Número del trabajo de los padres y números de los vecinos o familiares.
 - Prepare un botiquín de primeros auxilios y mantenga las instrucciones dentro.

Prevención de Ahogamiento

El agua es peligrosa para los niños pequeños. De hecho, puede ser tan divertida como peligrosa sin importar dónde se encuentre - en una cubeta, recipiente, cuarto de baño, bañera, fregadero, charco, piscina, o en otro lugar. Los padres pueden evitar una tragedia al recordar que un bebé o niño pequeño puede ahogarse en menos de una pulgada de agua.

La mejor manera de proteger a sus hijos de ahogamientos accidentales es eliminar incluso la más pequeña fuente de agua de su zona de juegos, y si el agua está presente, no quitarle la vista al niño ni por un segundo. Si está en una piscina o en la playa, está bien que juegue siempre y cuando usted lo esté mirando y esté al alcance de sus brazos.

Hay varias cosas que debe recordar cuando bañe a su hijo, pero lo más importante es nunca dejar a su hijo desatendido en la bañera, ni siquiera por un segundo. Si el teléfono suena y usted tiene que responder, envuélvalo en una toalla y cárguelo con usted. Es posible que desee esperar para ir a una piscina, playa o un lago con su hijo hasta que pueda sostener la cabeza por sí mismo (generalmente a los 4 o 5 meses).

Visitas

Su nuevo bebé no ha tenido tiempo para construir defensas contra las infecciones, así que trate de limitar las visitas durante las primeras semanas a familiares y amigos cercanos, que no tengan resfriados u otras enfermedades contagiosas. Todo persona que cargue el bebé debe lavarse las manos.

Cigarrillos / Alcohol

El humo es extremadamente irritante para los bebés. La exposición al humo del tabaco, incluyendo el olor a humo en la ropa o los muebles, puede llevar a sibilancias y otros problemas respiratorios, infecciones del oído, otras enfermedades, y aumentar el riesgo de Síndrome de Muerte Súbita del Infante (SMSL). No es suficiente fumar en una habitación separada. Nadie debe fumar en una casa o un coche donde hay un bebé. No maneje bajo la influencia del alcohol.

La Comodidad de Su Bebé

Trate de mantener una temperatura cómoda en la habitación de su bebé. Las ventanas pueden estar abiertas en un clima cálido, siempre y cuando no existan un corrientes de aire y la temperatura cuarto no esté debajo de 68 ° F.

Ropa

Vista a su bebé de acuerdo con la temperatura, como usted se vestiría. Algunos bebés son sensibles a ciertos materiales, así que tenga cuidado con algunas erupciones donde la ropa toca la piel.

Al Aire Libre

Usted puede sacar a su bebé cuando el clima es agradable, los bebés nacidos durante el clima cálido se pueden llevar afuera tan pronto llegue a casa, si el clima es agradable. Evite llevar a su bebé a lugares muy concurridos durante los primeros 2 meses de vida.

Evaluación del Recién Nacido

Su bebé debe tener un examen metabólico (extracción de sangre) y de audición antes de ser dado de alta del hospital. Por medio de estas pruebas se pueden detectar muchas condiciones en los que la detección precoz puede mejorar significativamente el pronóstico. Nuestra oficina o en el hospital se comunicaran con usted si hay algún problema.

Calendario de Vacunación

Edad	Vacunas
Recén Nacido	Hep B Sino fue recibida en el hospital
2 Meses	DTaP-HIB-IPV, Hep B, PCV-13,RV
4 Meses	DTaP-HIB-IPV, PCV-13,RV
6 Meses	DTaP-HIB-IPV, PCV-13,RV
9 Meses	Hep B (Sino fue recibida antes)
12 Meses	MMR, Varicela, Hep A
15 Meses	HIB, PCV-13
18 Meses	Hep A, DTaP
4 Años	DTaP, IPV, MMR, Varicela, Vision
11 Años en adelante	Tdap, MCV-4, HPV



Forest Hill Office
3255 Forest Hill Blvd.,
Suite 107
West Palm Beach, FL 33406
Tel. (561) 275-7100

Hours

Monday - Wednesday
8:00 am - 9:00 pm
Thursday
8:00 am - 7:00 pm
Friday
8:00 am - 6:30 pm
(Only on Friday, closed for lunch
from 1:00 pm - 1:45 pm)



Greenacres Office
6239 Lake Worth Rd.
Greenacres, FL 33463
Tel. (561) 812-1271

Hours

Monday - Friday
8:00 am - 5:30 pm



**Wellington/
Palomino Park Office**
3319 State Road 7,
Suite 109
Wellington, FL 33449
Tel. (561) 798-5437

Hours

Monday - Friday
8:00 am - 6:00 pm
Saturday
9:00 am - 1:00 pm

Most Insurance Accepted
Aceptamos la Mayoría de los Planes Médicos

Hablamos Español

somamedicalcenter.com

