

Consells per a familiars, usuaris i professionals

Recomanacions a l'alta del nadó



Visites mèdiques

Sol·liciteu cita amb el pediatre entre el 7è i 10è dia després de l'alta. És important que porteu el carnet de salut el dia de la visita.

Lactància i pes

- La **lactància materna** és a demanda.
- En el cas de la **lactància artificial**, el biberó l'heu de donar cada 3 hores. No cal oferir aigua entre preses. Seguiu les instruccions que us facilitem sobre com preparar un biberó.
- El **pes del nadó** ha d'augmentar entre 150 i 200 g setmanals.

Cura del melic

- Renteu-vos les mans abans d'iniciar la cura.
- Netegeu el melic amb gases i sèrum fisiològic diàriament i cada vegada que s'embruti.
- Assequeu-lo bé i deixeu-lo a l'aire.
- Doblegueu el bolquer per sota de la pinça per a evitar la fricció.
- El melic cau entre els 7 i els 21 dies de vida.

Deposicions

- Els nadons poden estar dos dies sense fer deposicions.
- Les deposicions són més líquides i freqüents en cas de lactància materna. En canvi, en la lactància artificial, les deposicions solen ser més dures i és possible que només en facin una al dia.

Regurgitacions

- Per a evitar-les, mantingueu incorporat al nadó durant els 20 o 30 minuts posteriors a menjar i ajudeu-lo a fer el rot.
- El reflux fisiològic pot durar fins a 6 mesos.

Bany

- Quan sigueu a casa, podeu banyar el nadó a partir del 2n o 3r dia després de la caiguda del melic. Eixugueu bé els plecs cutanis.
- Podeu aplicar crema hidratant al cos i aprofitar per fer-li un massatge corporal.
- Si té el culet envermellit, apliqueu-li crema protectora. Si no està envermellit, utilitzeu crema hidratant, com a la resta del cos.



Temperatura

- Es considera que un nadó té febre a partir dels 37,5 °C, especialment si aquesta persisteix.
- Si té febre, retireu-li la roba i, després d'uns minuts, torneu a prendre-li la temperatura.
- La temperatura de l'habitació del nadó ha d'estar entre els 21 i els 23 °C.
- Eviteu abrigar-lo excessivament. Habitualment, tenen les mans i els peus freds. Per saber si té fred, guieu-vos per la temperatura de la panxa o de l'esquena.

Dormir

- Per dormir és preferible que el col·loqueu panxa enlaire o bé de costat i sense coixí. És desaconsellable la posició bocaterrosa.

Sortides

- Des del primer dia podeu sortir a passejar aprofitant les hores de sol si és hivern, primavera o tardor. Si és estiu feu-ho a les hores que faci menys calor.

Prova del taló

- Si transcorregut un mes des de la realització de la prova no heu rebut el resultat, cal que truqueu per telèfon al número **93 227 56 69**.

Seguretat i cura del nadó

- La seguretat del nadó depèn de la família i del seu entorn. D'aquesta manera evitau els accidents.
- Eviteu el contacte del nadó amb persones amb malalties contagioses.
- Eviteu els espais on hi hagi fum o l'ambient estigui carregat.
- Recordeu la importància de la higiene de mans per a poder tocar al nadó.

Consulteu al pediatre si:

- Rebutja el menjar o menja poc.
- Plora molt o està molt irritable.
- Dorm més del compte i està menys actiu.
- Té tos freqüent.
- Vomita.
- Respira més de pressa o amb dificultat.
- Les deposicions són líquides i molt freqüents.
- Plora molt o està molt irritable.
- Té febre de més de 37 °C i no cedeix destapant-lo.

Podeu trobar més informació a:

- **Pàgina web d'Althaia**

www.althaia.cat > Serveis Assistencials > Atenció Especialitzada > Àrea Maternoinfantil > Pediatria i Neonatologia > Documentació d'interès

- **Escanejant el següent codi QR**

