

Cuando nace un niño nacen tres personas: un padre, una madre y un hijo

El niño o niña que nace

El niño o niña que nace, la nueva expresión de la esencia de la vida, no es arcilla para modelar; todo lo contrario. Cuando nace, todo hombre o mujer es *individual*, preciso, bien delineado. Es un ser que *ya tiene* su perfil, una configuración suya, clara en el contexto del universo y de la vida.

Si los grandes, de uno y otro sexo, estuvieran más atentos y fueran más respetuosos y humildes, si tuvieran la capacidad de comprender, podrían leer en esa página nueva que les ofrece la maravilla del universo, la suave armonía de quien acaba de nacer. Si tuvieran los medios podrían establecer una identificación real, no solo física, de la porción de esencia que se asoma al mundo.

Y cada expresión de vida no nace nunca inútilmente, pues en la economía de la vida no hay nada que sea superfluo, inútil; todo tiene una muy precisa razón de ser, sobre todo aquella nueva vida que seguramente no nace para que se le violente, sino para ser interpretada, comprendida, amada, ayudada, acompañada. Cada expresión vital es un don. Se necesita aprender a recibirlo.

El ambiente en el que nace un niño o niña, en el que se asoma tímidamente a la vida, debería estar siempre a la disposición de su despliegue vital. La potencialidad humana que está encerrada en quien acaba de nacer debería encontrar siempre las mejores y más efectivas condiciones de vida para realizarse; debería encontrar, primordialmente, respeto, verdadero amor, que es libertad y no posesión. De otro modo, la vida futura de quien acaba de llegar no será más que una fatiga inhumana para tratar de hacer emerger, en medio de innumerables dificultades, su identidad, su señal.

Los grandes, de uno y otro sexo, que son grandes solo físicamente, generalmente no advierten la responsabilidad de tener que interpretar a quien ha nacido, de interpretar cuáles son las potencialidades escondidas en el nuevo ser. Y esto hay que empezar a hacerlo desde el primer día de vida dentro del útero o incluso antes. El objetivo de quienes cuidan a niños y niñas debería ser ayudarles a desarrollarse, a encontrar el hilo conductor de una *madeja vital* que les permitirá, lentamente, acompañar el tejido de un ser humano lo más armonioso posible.

Iris Paciotti

(Tomado de su libro *El amor creativo*)

Puericultura del niño o niña recién nacidos

Olga Francisca Salazar Blanco

Pediatra

Profesora de la Universidad de Antioquia

Miembro del Grupo de Puericultura de la Universidad de Antioquia

Los niños y niñas recién nacidos son los seres humanos más desvalidos y dependientes, pero no son seres pasivos: responden a los estímulos que reciben de sus cuidadores mediante un lenguaje, el llanto, por medio del cual expresan sus necesidades e incomodidades. Nacen con reflejos para sobrevivir, como el de succión y el de búsqueda. También tienen preferencias por la voz y el rostro humano.

Papá y mamá, ante la llegada de quien acaba de nacer sienten alegría y emoción por la nueva vida, pero también sienten angustia por su salud, por la lactancia, por la responsabilidad ante sus necesidades, así como por la capacidad, la destreza y el tiempo para su atención.

La llegada de un hijo o hija es una oportunidad en la que los padres suelen hacer conscientes sus diferencias de género: más hombre el padre y más mujer la madre, pero no por verse más las diferencias se puede hacer menos partícipe a uno u otro de la crianza.

Cuando ocurre el nacimiento, a veces las madres excluyen al padre, ayudadas por las abuelas y demás mujeres de la familia, que se unen para este fin, con lo que se pretende revalidar la función de la madre y se refuerzan los lazos con las demás mujeres de la familia.

Los abuelos y abuelas también descubren la *abuelidad*, pero es fundamental que aprueben a sus hijos o hijas en su función parental y acepten que hoy existen otros modos, también válidos, de llevar a cabo la crianza.

La función de los cuidadores es poner a disposición de quien acaba de llegar los medios e instrumentos para que inicie la búsqueda de su propio camino: hacer del contacto diario la magia para desarrollar habilidades para la vida, como la confianza, la curiosidad, la comunicación y la cooperación.

Sobre la crianza en la época neonatal existen muchos mitos que se transmiten tradicionalmente, algunos que no afectan la crianza, y otros que pueden discutirse para llegar a acuerdos sin que se lesione la autoconfianza y creencias de los nuevos papá y mamá y, sobre todo, sin que se ponga en riesgo la relación de crianza.

A continuación se presentan algunas recomendaciones para el cuidado del niño o niña recién nacidos.

Alimentación

El amamantamiento sirve para nutrir el alma, la mente y el cuerpo de quien lo recibe, así como para intercambiar miradas y caricias.

La alimentación se debe hacer a libre demanda, idealmente con leche del pecho materno, en una posición cómoda para ambos. Desde este período y durante toda la niñez, es preciso respetar las señales de saciedad sin obligar a recibir más de lo que se quiere.

Cada vez que termine el amamantamiento, se debe cargar al niño o niña en una posición que favorezca la expulsión de los gases.

Baño

El baño de sol es un espacio para la contemplación y para el reconocimiento social de la madre, las tías, las abuelas, las hermanas, pero también del padre, de los abuelos y de los tíos, que manifiestan su orgullo en este proceso.

El contacto con el sol estimula la síntesis de vitamina D, por lo que contribuye a evitar el raquitismo; además, disminuye la ictericia (color amarillo de la piel y las mucosas) que suele ocurrir en este período de la vida.

El baño de agua es un ritual para el disfrute, para la comunicación, en el cual se hacen caricias, mimos y se expresa el afecto, se estimula, se enseña y se aprende.

Es de las actividades que más inquietan a las madres, por el cuidado del muñón umbilical. Durante la primera semana de vida o hasta que se caiga, se recomienda un baño de esponja en el que se evite mojarlo, porque la humedad puede favorecer una infección y retardar su caída. Algunos recomiendan no hacer baño de inmersión en los primeros cinco a diez días, o hasta que esté bien cicatrizado el muñón.

Las mamás generalmente están acompañadas de la madre o hermanas mayores, que les muestran cómo hacer el baño. Se recomienda ubicar la bañera en un ambiente cerrado, emplear agua tibia a “calor de leche”, probando previamente la temperatura con el codo.

Algunos no recomiendan el baño diario y consideran suficiente dos o tres baños por semana. En estos casos debe limpiarse diariamente el área del pañal y los pliegues de la piel. Otros sugieren baños de esponja manteniendo cubiertas las áreas del cuerpo que no se están limpiando hasta que el cordón se caiga. No es recomendable el uso de sustancias como café, iodopovidona (Isodine®) o *mercurocromo* en el muñón umbilical.

En nuestra cultura se recomienda limpiar la base del muñón con una torunda o un copito de algodón impregnados en alcohol antiséptico al 70%, tres o cuatro veces al día, para que permanezca limpio y seco. Otras escuelas afirman que no es necesario aplicar alcohol sobre el muñón, ya que este cicatriza más rápidamente sin aplicar ninguna sustancia.

Gases

Los gases son otra causa de preocupación de los padres. Es necesario recordar que las leches industrializadas favorecen más la formación de gases que la alimentación con leche materna exclusiva.

Para facilitar la expulsión de los gases se recomienda mantener el niño o niña cargado unos minutos después de alimentarlo, y en caso de usar biberón, se debe emplear una posición en la cual el chupo se mantenga lleno de leche para que no se succione aire. Por esto, es más recomendable el uso de la cuchara o copita para administrar la leche de fórmula o la leche materna (cuando la madre no está presente).

Cuando se suministra leche en biberón se debe propiciar el eructo cuando se haya consumido la mitad o parte de la toma y al final de ella. En el amamantamiento, al terminar la mamada

Llanto

El llanto es la forma como en esta época de la vida se comunican las necesidades de alimento, de abrigo, de mimos... Con el contacto diario, los acompañantes en la crianza aprenden a interpretarlo. En esta época no hay capacidad de espera y se evalúa el amor de quienes hacen el cuidado con la atención de sus necesidades. En los casos de llanto prolongado (mal llamado *cólico del lactante*) no es recomendable administrar antiespasmódicos ni sacudir a quien está llorando.

Chupo

El chupo o entretenedor puede requerirse en algunos casos. No es malo por sí mismo, sino según uso que se le dé. Hay niños y niñas con mayor necesidad de succión o con temperamento fuerte que pueden necesitarlo, pero solo durante algunos períodos de tiempo y no para “resolver” todas sus necesidades.

Estornudos e hipo

Los estornudos y el hipo tan frecuentes durante la primera semana de vida no se sabe exactamente por qué ocurren, pero parece que no obedecen a problemas digestivos ni respiratorios, sino al frío y al aire tragado durante la alimentación,

respectivamente. Cuando ocurren los estornudos suele ser de ayuda el abrigo y para el hipo, el amamantamiento.

Ropa

En relación con la ropa, se recomiendan prendas preferiblemente de algodón, así como evitar las fibras sintéticas, que son generalmente más calurosas y pueden favorecer alergias o dermatitis de contacto, porque disminuyen la transpiración.

Las ropas deben estar de acuerdo con las condiciones climáticas del sitio, por lo que abrigar demasiado es tan perjudicial como usar poca ropa, con exposición al frío o a corrientes de aire.

La ropa se debe lavar con jabón neutro, sin adicionar suavizante ni blanqueador. Solo se necesitan zapatos cuando se empieza a caminar; antes es preferible dejar los pies libres, con el fin de reconocimiento y juego con ellos.

Cama

La cama debe ser resistente, sin herrajes sueltos, barrotes rotos o agrietados o bordes o puntas afiladas. Para evitar accidentes, los barrotes deben ser verticales, con separación de máximo seis centímetros. Los tornillos roscados no deben sobresalir y en caso de que lo hagan, deben protegerse con una tuerca ciega.

El colchón debe tener un espesor de máximo quince centímetros; su cara superior debe ser firme y ajustar perfectamente dentro de la cuna. En esta época de la vida, para dormir no se deben usar colchones de agua, sofás u otras superficies blandas.

Durante el sueño, se debe poner en una posición segura: boca arriba o de lado. La cuna debe mantenerse libre de peluches, almohadas, edredones y cobijas pesadas, que pueden producir sofocación si caen sobre el niño o niña.

Estimulación

No hay nada mejor para quien acaba de nacer que descubrir el mundo por medio de las experiencias que comparte con sus padres y su familia, por lo que es fundamental ofrecer los estímulos de la vida cotidiana. En este momento de la vida lo que más se necesita es el afecto de los padres, abuelos, hermanos y demás familiares. Las caricias, los juegos, las palabras y canciones serán el punto de partida para reafirmar la autoconfianza, la seguridad y el valor para la familia.

Durante la primera revisión médica, los padres deben preguntar sus dudas respecto al cuidado. Deben acudir a una segunda consulta a los tres a cinco días de edad, para contar las dificultades que han tenido y recibir la voz de aliento y motivación por lo que están haciendo bien.

Lecturas recomendadas

Correa AC. Puericultura del recién nacido. En: Gómez JF, Posada Á, Ramírez H. *Puericultura el Arte de la Crianza*. Bogotá: Editorial Médica Panamericana; 2000: 201-204.

Correa AC. Puericultura del recién nacido. En: Posada Á, Gómez JF, Ramírez H. *El niño sano*. 3ª ed. Bogotá: Editorial Médica Panamericana; 2005: 193-203.

Gómez JF, Posada Á, Ramírez H. Puericultura. En: Leal FJ. *Plata Rueda. El Pediatra Eficiente*. 6ª ed. Colombia: Editorial Médica Panamericana; 2002: 54-67.