



# Cuidados del Recién Nacido

Unidad de Prevención y Educación en Salud  
Preparado por Educadores en Salud Licenciados



# Objetivos

Reconocer las pruebas y procedimientos que se realizan al recién nacido inmediatamente después del nacimiento.

Identificar los métodos de alimentación del recién nacido y sus características principales.

Describir los cuidados básicos del recién nacido en el hogar.



# La llegada del bebé



▪ **Nacimiento a prematuro:** ocurre antes de haberse completado las 37 semanas de gestación.



▪ **Nacimiento a término:** ocurre luego de las 38 semanas de gestación.



Todo el proceso de gestación es importante, sin embargo, en las últimas semanas ocurren cambios en el recién nacido relacionado con el proceso de poder sobrevivir fuera del vientre.

# Nacimiento prematuro

---

- Los bebés prematuros presentan bajo peso al nacer.
- Sus órganos no tuvieron la oportunidad de desarrollarse completamente.
- Necesitarán permanecer un tiempo en la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales (NICU, por sus siglas en inglés) del hospital, hasta que su sistema y órganos puedan funcionar por sí solos.



# Nacimiento Prematuro

Los bebés prematuros corren mayor riesgo de tener problemas graves de salud a corto y largo plazo, como pueden ser:

Dificultad del sistema respiratorio, cardíaco y digestivo.

Problemas visuales, auditivos y relacionados con el proceso de alimentación.

Dificultad en el desarrollo motor.

Mayor riesgo de infecciones.

Ictericia (exceso de bilirrubina en la sangre).

Bajo conteo de glóbulos rojos (anemia).

Dificultad para controlar la temperatura corporal.

Comportamiento agresivo, ansiedad o problemas para relacionarse con los demás.

Dificultad de aprendizaje, comprensión y atención.



# Pruebas que se realizan al nacer

---

## Prueba de Apgar

Es un examen que se realiza al primer y quinto minuto después del nacimiento del bebé.

---

El puntaje, en el minuto 1, indicará que tan bien toleró el proceso de nacimiento. El puntaje al minuto 5, indicará al doctor cómo está evolucionando y adaptándose fuera del vientre.

---

Parámetros evaluados:

**Aspecto, Pulso, Gesticulación (reflejo), Actividad (evaluación y flexión de extremidades), Respiración**

---



# Exámenes para detectar alteraciones en la salud en el bebé

**Examen de sangre:** Se toman varias gotas de sangre del talón del bebé. La sangre se envía a un laboratorio para analizar posibles condiciones metabólicas, hormonales o genéticas.

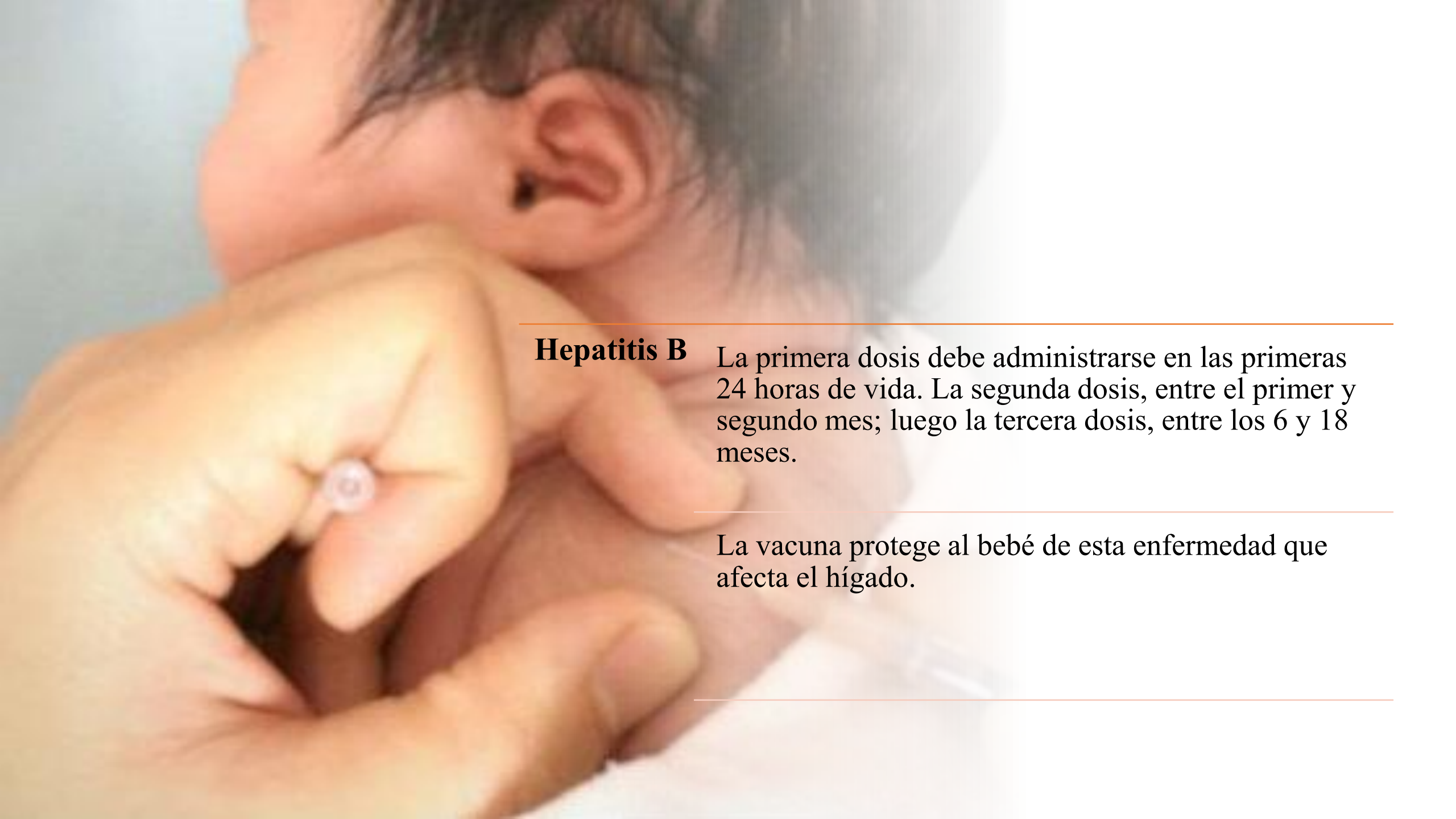
**Audiometría:** Se coloca un pequeño micrófono en el oído del bebé para medir la respuesta a sonidos. Otro método es utilizar electrodos que se colocan en la cabeza del bebé, mientras está calmado o dormido.

**Detección de cardiopatías congénitas críticas:** Se coloca un pequeño sensor sobre la piel del bebé. Este sensor se conecta, por varios minutos, a una máquina llamada oxímetro y medirá los niveles de oxígeno en la sangre del bebé.



# Administración de la Vitamina K

- Se administra como tratamiento preventivo.
- Ayuda a evitar el sangrado que podría ocurrir debido a la deficiencia natural de esta vitamina en los recién nacidos.
- La Academia Americana de Pediatría (AAP), recomienda suplementar con una sola inyección de vitamina K, aplicada por vía intramuscular al nacer.
- La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda que se administre la inyección, luego de la primera hora de vida.



---

## **Hepatitis B**

La primera dosis debe administrarse en las primeras 24 horas de vida. La segunda dosis, entre el primer y segundo mes; luego la tercera dosis, entre los 6 y 18 meses.

---

La vacuna protege al bebé de esta enfermedad que afecta el hígado.

---

# **Cuidados del recién nacido: ¡Bienvenido a casa!**



# Reglas de seguridad al salir del hospital en el vehículo



El auto y el asiento protector del bebé deben haber pasado la inspección de los Bomberos de Puerto Rico.

Los asientos protectores tienen fecha de expiración; verificala antes de usarlos.

No utilice asientos protectores de segunda mano. Pueden estar desgastados, haber sufrido accidentes o estar expirados, lo que reduce su capacidad de protección.

# Reglas de seguridad al salir del hospital

---

El auto y el asiento protector del bebé deben haber pasado la inspección de los Bomberos de Puerto Rico antes de usarlos.

---

Los asientos protectores tienen fecha de expiración; verificala siempre.

---

No utilice asientos protectores de segunda mano. Pueden estar desgastados, haber sufrido daños o estar expirados, lo que reduce su capacidad de protección.



# Seguridad al salir en el vehículo:



Antes de cada viaje, verifique que el bebé esté correctamente asegurado en su asiento protector.



Los menores **nunca** deben viajar sobre las piernas de un adulto u otros niños, ni en el baúl del automóvil ni en el área de carga de camionetas (pick-ups).



No comparta cinturones de seguridad. Cada persona en el vehículo debe usar su propio cinturón.



Evite colocar juguetes u objetos sueltos que puedan causar daño en caso de un accidente.



Nunca deje al bebé en el asiento protector sin abrocharle los cinturones.



Coloque objetos como cartera, celular, zapatos o laptop en el piso, a los pies del asiento protector, para evitar que salgan volando. Ajuste el espejo retrovisor para mantener visibilidad del menor durante el viaje.

# Cuidados del Cordón Umbilical

Al hacer el corte del cordón umbilical, quedará un muñón (bulto de tejido cicatricial) en el ombligo del bebé.

El muñón debe secarse y caerse cuando su bebé tenga entre 5 y 15 días de nacido.

Mantenga el muñón limpio utilizando gasas y agua solamente. Evite que el muñón roce con el pañal.

No sumerja al bebé en una bañerita con agua hasta que el muñón se haya caído. Mientras eso ocurre, puede bañarle con un paño húmedo.

Deje que el muñón se caiga de manera natural. No intente halarlo, ni siquiera si solo pende de un hilo.

Si observa que el área alrededor del ombligo o el muñón está de color rojizo o supurando, puede ser indicador de una infección. **Comuníquese de inmediato con el pediatra.**



# ¿Qué puede causar el llanto del bebé?

---

Los bebés pueden llorar, sin razón aparente, pero siempre quieren comunicar algo. Puede ser difícil entender qué es lo que le está molestando.

**Posibles razones:**



## **Hambre**

Los recién nacidos comen con una frecuencia de cada 2 a 3 horas, durante el día y la noche.

---

## **Dolor por gases o espasmos intestinales:**

El dolor se presenta si el bebé ha sido alimentado en exceso o si no se le han sacado los gases lo suficiente.

Los alimentos que una madre lactante consume pueden causar gases o dolor en el bebé.

---

## **Molestias**

Por ejemplo, sentir el pañal húmedo.

# ¿Qué puede causar el llanto del bebé?



**Cólicos:** Muchos bebés entre la 3.<sup>a</sup> semana y los 3 meses de nacidos desarrollan un patrón de llanto asociado con cólicos. El cólico es una parte normal del desarrollo que puede desencadenarse por muchos factores y generalmente se presenta al final de la tarde o en las horas de la noche.



**Tener frío o calor:** Pueden llorar por sentirse demasiado envueltos en sus sábanitas o por el deseo de que los abriguen bien.



**Demasiado ruido, luz o actividad:** Puede agobiar al bebé de manera lenta o súbita.

# Recomendaciones para cuando su bebé esté llorando

Asegúrese de que su bebé esté respirando bien y de que sus labios y los dedos de manos y pies estén tibios y de color rosado.

Asegúrese que no haya demasiados estímulos a su alrededor, como ruidos, luz o viento.

Verifique si hay hinchazón, enrojecimiento, sarpullidos, dedos fríos en manos y pies, lóbulos de las orejas doblados o dedos de manos y pies comprimidos.

Revise que el bebé no tenga ni demasiado frío ni calor.

Asegúrese que el bebé no tenga hambre.

Asegúrese de estar alimentando al bebé con la cantidad apropiada y sacándole los gases.



# Colores de las deposiciones



En un recién nacido, posiblemente las primeras heces sean negras. Se conoce como meconio y contiene mucosidad, células de la piel y líquido amniótico. Estas no deberían durar más de 2 días.



Ver heces de color amarillo claro en los bebés lactantes es normal. Si son muy líquidas, podrían indicar diarrea y aumentar el riesgo de deshidratación.



Las heces anaranjadas podrían aparecer por pigmentos que se adquieren en el tracto digestivo, y es más común en bebés alimentados con leche de fórmula.



El recién nacido, luego de expulsar el meconio, las heces pueden ser de color amarillo mostaza. Este color es común en bebés lactantes.



Las heces blancas pueden indicar que no se está produciendo suficiente bilis en su hígado para digerir los alimentos adecuadamente. Un pediatra debe tratar las heces blancas en cualquier momento.

# Colores de las deposiciones



Los bebés que se alimentan con fórmula pueden presentar heces de color dorado.



Las heces de color verde oscuro son más comunes al comenzar a comer alimentos sólidos, como espinaca y/o guisantes. Los suplementos de hierro pueden hacer que las heces sean verdes.



Las heces de color gris pueden indicar que el bebé no está digiriendo los alimentos adecuadamente. Debe consultar al pediatra si el bebé tiene heces grises o de consistencia caliza.



Si el bebé no ha comido alimentos de color rojo recientemente y nota heces de ese color, consulte al pediatra. Si el bebé sí ha comido alimentos rojos, observe si las heces vuelven a su color normal en la próxima evacuación. Si no cambian, llame al pediatra.



# A la hora del baño

Colóquelo donde no entren corrientes de viento.

Tenga accesible todo lo que necesita antes de bañar al bebé.

Utilice agua tibia, nunca caliente.

Comience desde la cabeza hasta los pies.

Enjuague al bebé con agua limpia, no con el agua donde lo bañó.

Al terminar, arrope al bebé en la toalla y luego de secar colóquelo, el pañal y la ropa.

# Detalles sobre el periodo de sueño



Duermen durante periodos de 2 a 4 horas.

Colocar a su bebé boca arriba para dormir.

Retire cualquier objeto blando de la cuna del bebé, incluyendo colchas, peluches, cojines y almohadas, para evitar que puedan taponarle la cara al bebé y hacer que no pueda respirar con estos.

Al acostar al bebé, cambie la posición de su cabeza cada noche. Una noche póngale la cabeza hacia la derecha y la siguiente hacia la izquierda. Esto evita que se le aplaste un lado de la cabeza.

# Tipos de alimentación para bebés



Durante los primeros 4 y 6 meses de vida, los bebés necesitan únicamente la leche materna o leche de fórmula para satisfacer todas sus necesidades alimentarias.

# Recomendaciones para la alimentación de su bebé

Los bebés deben ser alimentados a demanda, por lo que puede ocurrir entre 8 y 12 veces al día.

Si utiliza leche de fórmula, no sobrealimente a su bebé. Siga las indicaciones del pediatra.

Sostenga la cabeza de su bebé para que esté más alta que su estómago cuando lo alimente.

No utilice el microondas para calentar la leche. Coloque el biberón dentro de un recipiente con agua tibia por unos minutos.

Si su bebé está utilizando medicamentos, consulte con su pediatra para conocer en qué momento es oportuno administrarlos.

Prevenga infecciones, mantenga el hogar limpio.



# Lactancia materna



La leche materna contiene anticuerpos beneficiosos para mantener a los bebés sanos y protegidos de infecciones.

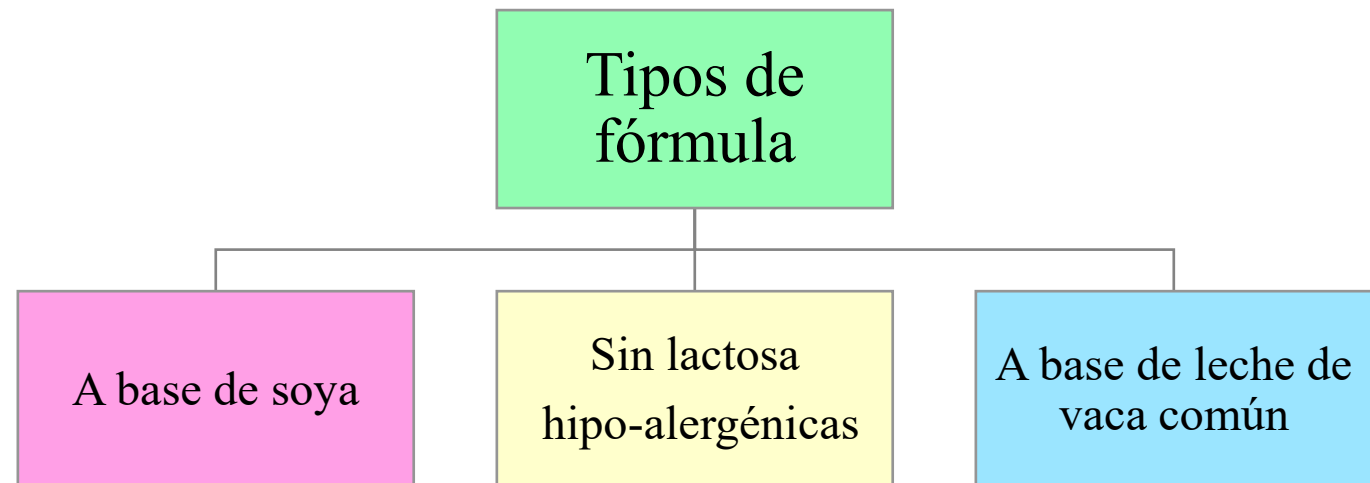
Estudios evidencian que la lactancia ayuda al desarrollo físico, cognitivo, emocional y social del bebé.

A los 6 meses, puede continuar con la leche materna y añadir alimentos sólidos cuando sea recomendado por el pediatra.

La Organización Mundial de la Salud recomienda extender la lactancia mínima hasta los 2 años de vida del bebé.

# Fórmulas para infantes

- Las fórmulas están disponibles de diferentes maneras, como polvos y líquidos concentrados. La mejor opción es utilizar una fórmula fortificada con hierro.
- Consulte con el pediatra sobre la fórmula a ofrecer al bebé.





## ¿Cuándo introducir alimentos sólidos al bebé?

Se recomienda ofrecer sólidos al bebé a partir de los 6 meses. La habilidad para estar listos depende de cada niño(a) y de su desarrollo.

Debe abrir la boca cuando se le acerque el alimento.

Su bebé debe tener habilidad para sentarse y mantener la cabeza levantada.

# Recomendaciones para comenzar a alimentar al bebé

Los alimentos deben ser blandos o en puré, para evitar atragantamiento.

Introduzca nuevos alimentos con "un solo ingrediente" de cualquiera de los grupos de alimentos cada 3 a 5 días. Siempre debe estar atento a las reacciones del bebé.

Cuando el bebé tenga entre 4 y 6 meses, antes de comenzar a introducir alimentos como huevos, soja, maní o pescado, para prevenir alergias alimentarias, se recomienda hacerle evaluaciones para detectar la sensibilidad y las reacciones alérgicas.

Asegúrese de incorporar alimentos que proporcionen hierro y zinc, tales como la comida de bebé hecha con carne o cereales fortificados con hierro.

Si alimenta a su bebé con cereales preparados, asegúrese de que sean hechos para bebés. Estos se encuentran disponibles en recipientes individuales o secos, a los que se puede añadir leche materna, fórmula o agua.



**Los buenos hábitos de alimentación deben comenzar desde niños.**

# Síndrome del Bebé Sacudido

Es un tipo de trauma cerebral que ocurre cuando un bebé es sacudido violentamente.

Las sacudidas hacen que el cerebro salte dentro del cráneo y sufra contusiones, hinchazón y hemorragia, que pueden causar daños cerebrales graves, permanentes o la muerte.

Las lesiones características son hemorragias dentro del cerebro, en los ojos, daños de la médula espinal y el cuello. Además, fracturas de las costillas y otros huesos.

Señales: irritabilidad extrema, letargo, falta de apetito, problemas respiratorios, convulsiones, vómitos y piel pálida o azulada. Las lesiones suelen presentarse en niños menores de 2 años, pero pueden ocurrir hasta los 5 años.



# ¿Cuál es la diferencia entre inmunización y vacunación?



La inmunización es el proceso donde se obtiene una respuesta inmune y el cuerpo logra resistencia ante una enfermedad específica.



Una de las formas en las que ocurre la inmunización es a través de la vacunación. Las vacunas son la manera más segura y eficaz de prevenir enfermedades, discapacidades y la muerte.



Semanas luego del nacimiento, los bebés cuentan con alguna protección inmunológica. Esta se transmite desde el cuerpo de la madre al bebé a través de la placenta durante la gestación.



Esta protección desaparece; entonces las vacunas ayudarán al bebé a protegerse contra muchas enfermedades.

# Vacunas recomendadas para bebés:

**DTaP:** El tétanos, la difteria y la tos ferina pueden ser enfermedades muy graves. Es seguro para el bebé recibir esta vacuna DTaP al mismo tiempo que las demás vacunas. Se les debe administrar cinco dosis de la vacuna en las siguientes edades: a los 2, 4, 6 meses, entre los 15 y 18 meses, y entre los 4 y 6 años.

- **Polio:** Es una enfermedad viral que puede afectar la médula espinal, causando debilidad muscular, parálisis permanente y causar la muerte. La vacuna prepara al niño para luchar contra el virus. La mayoría de los niños que reciben todas las dosis recomendadas de la vacuna quedarán protegidos contra el virus.

**MMR (triple viral):** Protege contra la papera; es una inyección que combina vacunas contra tres enfermedades: sarampión, paperas y rubéola. Estas enfermedades se transmiten con facilidad al toser y estornudar. No existe cura y puede causar problemas de salud a largo plazo.

# Vacunas recomendadas para bebés:

**Varicela:** Enfermedad causada por un virus que causa sarpullido, fiebre y puede ser grave. Algunos niños que han recibido la vacuna pueden tener varicela, pero normalmente muy leve.

- **Meningococo (MCV4):** Frecuentemente ataca sin advertencia, incluso a personas que parecen estar sanas. La vacuna protege contra la meningitis bacteriana. Se recomiendan dos dosis: la primera entre los 11 y 12 años y la segunda a los 16 años.

**Hepatitis:** Es una enfermedad que causa inflamación en el hígado. Puede provocar insuficiencia hepática, dolor en las articulaciones, complicaciones en los riñones, el páncreas, en la sangre e incluso la muerte. Las vacunas protegen contra los tipos de hepatitis A y B.


- **Influenza:** Infección respiratoria causada por un virus. La vacuna protege contra el virus y se debe administrar todos los años a partir de los 6 meses de edad.

# Itinerario de vacunación recomendado para niños y adolescentes

Vacunas	Al nacer	1 mes	2 meses	4 meses	6 meses	9 meses	12 meses	15 meses	18 meses	19-23 meses	2-3 años	4-6 años	7-10 años	11-12 años	13-15 años	16 años	17-18 años		
Virus Respiratorio Sincitial (RSV-mAb [Nirsevimab])	1 dosis dependiendo del estado de vacunación materna contra el VRS (Ver notas)					1 dosis (8-19 m) (Ver notas)													
Hepatitis B (HepB)	1ª dosis	2ª dosis			← 3ª dosis →														
Rotavirus (RV): RV1 (Serie de 2 dosis), RV5 (Serie de 3 dosis)			1ª dosis	2ª dosis	Ver notas														
Difteria, tétanos, pertusis acelular (DTaP: <7yrs)			1ª dosis	2ª dosis	3ª dosis	← 4ª dosis →			5ª dosis										
Haemophilus influenzae tipo b (Hib)			1ª dosis	2ª dosis	Ver notas		← 3ª o 4ª dosis (Ver notas) →												
Neumococo conjugado (PCV15, PCV20)			1ª dosis	2ª dosis	3ª dosis	4ª dosis													
Polio inactivado (IPV)			1ª dosis	2ª dosis	← 3ª dosis →			4ª dosis	Ver notas										
COVID-19 (1vCOV-mRNA, 1vCOV-aPS)	Ver notas																		
Influenza (IIV3, cclIV3)	Vacunación anual 1 o 2 dosis																		
Influenza (LAIV3)	Vacunación anual 1 o 2 dosis												[o]						
Sarampión común, Sarampión alemán, Rubeola (MMR)	Ver notas					← 1ª dosis →		2ª dosis											
Varicela (VAR)	Ver notas					← 1ª dosis →		2ª dosis											
Hepatitis A (HepA)	Ver notas					Serie de 2 dosis (Ver notas)													
Tétano, difteria, pertusis acelular (Tdap: ≥7yrs)													1 dosis						
Virus Papiloma Humano (HPV)													Ver notas						
Meningococo (MenACWY-CRM ≥2m, MenACWY-TT ≥2yrs)			Ver notas													1ª dosis		2ª dosis	
Meningococo B (MenB-4C, MenB-FHbp)													Ver Notas						
Virus Respiratorio Sincitial (RSV [Abrysvo])													Administración de temporada durante embarazo (Ver notas)						
Dengue (DEN4CYD; 9-16yrs)													Seropositivo áreas endémicas a Dengue (Ver notas)						
Virus de la Sarampión (Mpox)																			

Edad recomendada para todos los niños
  Edad recomendada para alcanzar aquellos con vacunas incompletas
  Recomendaciones para grupos de alto riesgo
  Vacunación recomendada puede iniciar a esta edad (Ver notas)
  Edad recomendada para decisiones clínicas individuales
  No recomendado

4 de Junio de 2025

  
 Víctor Ramos Otero, MD, MBA  
 Secretario Departamento de Salud



**Preguntas o Comentarios**

# Referencias:

<https://www.salud.pr.gov/CMS/DOWNLOAD/9291>

[http://kidshealth.org/parent/en\\_espanol/embarazo/guide\\_parents\\_esp.html](http://kidshealth.org/parent/en_espanol/embarazo/guide_parents_esp.html)

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/007257.htm>

[https://medlineplus.gov/spanish/ency/esp\\_imagepages/9074.htm](https://medlineplus.gov/spanish/ency/esp_imagepages/9074.htm)

<https://medlineplus.gov/spanish/prematurebabies.html>

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/002397.htm>

<https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/prenatal/delivery-beyond/Paginas/where-we-stand-administration-of-vitamin-k.aspx>

<https://kidshealth.org/es/parents/shaken.html>

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000639.htm>



# Referencias:

- <https://www.healthline.com/health/es/color-de-las-heces-en-bebes#tabla>
- <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/002447.htm>
- <https://www.mayoclinic.org/es/healthy-lifestyle/infant-and-toddler-health/in-depth/healthy-baby/art-20046200>
- <https://kidshealth.org/es/parents/newborn-variations.html> <https://www.salud.pr.gov/CMS/568>
- <https://espanol.cdc.gov/rsv/vaccines/protect-infants.html>
- <https://www.healthychildren.org/Spanish/safety-prevention/immunizations/Paginas/your-babys-first-vaccines.aspx>
- <https://www.tucanaldesalud.es/es/tusaludaldia/articulos/primer-bano-recien-nacido-cunda-panico>

# Líneas de Servicios Disponibles

## Línea de Consejería Médica

Disponible las 24 horas al día

7 días a la semana

1-844-347-7801

**TTY/TDD** 1-844-347-7804

## Línea de Servicio al Cliente

1-844-347-7800

**TTY/TDD** 1-844-347-7805

lunes a viernes 8:00 a.m. – 5:00 p.m.

**APS Health** 787-641-9133

**TTY** 787-641-2772



¿Ayuda con su Plan de Salud del Gobierno?



Línea libre de cargos  
**1-800-981-2737**  
**TTY 787-474-3389**