|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |

# Cómo prevenir infecciones: Información para los padres

Los bebés prematuros tienen más riesgo de tener que regresar al hospital debido a problemas con la alimentación, el aumento de peso o las infecciones respiratorias. Hay cosas que puede hacer para disminuir estos riesgos. Lo más importante que debe recordar es lavarse las manos. Enséñeles a todos los que tocan a su bebé las buenas técnicas para el lavado de manos. Asegúrese de tener jabón o gel para las manos en todos los lavabos. Es una buena idea tener gel para las manos en todas las habitaciones en las que estará el bebé. Tenga también gel para las manos en los bolsos y pañaleras.

## Limpieza

Limpie bien el cuarto del bebé. Elimine el polvo y la suciedad, pero evite el uso de productos de limpieza con olores fuertes. A los bebés prematuros no les gustan los olores fuertes y, debido a que sus pulmones todavía están creciendo, los olores pueden ser irritantes. Esto es especialmente cierto con el humo de cigarrillo en el ambiente.

## Sueño

El bebé siempre debe colocarse boca arriba para dormir. Dormir boca arriba reduce el riesgo de sufrir el síndrome de muerte súbita del lactante, como también fiebre, congestión nasal e infección de oídos.

## Amigos y familiares

No deje que nadie que fume o esté enfermo se acerque a su bebé. Pídale a cualquiera que “se esté enfermando” que espere para visitarlo. Limite el número de visitantes y la cantidad de tiempo que se quedan. El humo de cigarrillo en el ambiente puede dañar los pulmones del bebé y aumentar las posibilidades de que padezca una infección respiratoria, infección de oídos y problemas auditivos. No lleve a su bebé a lugares con mucha gente (centros comerciales o iglesias) hasta que haya estado en casa durante varias semanas. Esto es especialmente importante durante los meses de invierno de la temporada del virus sincitial respiratorio (VSR) (de octubre a marzo).

## Cómo prevenir el VSR

Hay maneras de proteger a su bebé. *El VSR* es un virus respiratorio que se propaga muy fácilmente a través de la tos y los estornudos. El virus puede sobrevivir en mostradores, perillas de puertas, manos y ropa por hasta 7 horas. Durante la temporada del VSR, lávese las manos con frecuencia, evite los lugares concurridos y los niños en edad escolar. Además, hable con el pediatra de su bebé acerca de sus planes de cuidado durante el día.

También hay un medicamento (Synagis) que puede ayudar a reducir el riesgo de su bebé de contraer el VSR. Cumpla el programa de citas que le indique el proveedor de atención médica de su bebé.

## Otras notas

La leche materna es el mejor alimento para su bebé durante los primeros 6 meses de vida. La leche materna ayuda a que el sistema inmunitario de su bebé luche contra infecciones respiratorias y estomacales.

Es posible que observe enrojecimiento o pequeños bultos en las partes de las nalgas del bebé que han estado cerca de la parte húmeda o sucia del pañal. Un pañal sucio puede irritar la piel. La dermatitis del pañal no es grave y normalmente se cura en 3 o 4 días con cuidados. Puede prevenir la dermatitis del pañal cambiando los pañales húmedos y sucios cada 2 a 3 horas.

Limpie las nalgas del bebé solo con agua y un paño suave. Deje que el área se seque al aire libre antes de colocarle pomada y un pañal limpio. Si la dermatitis del pañal no mejora en 3 a 4 días, comuníquese con el proveedor de atención médica de su bebé. Pregunte acerca de las pomadas para tratar la dermatitis del pañal que puede comprar en la tienda. Es posible que le ofrezcan medicamentos para bebés que ayuden a curar la dermatitis del pañal.