



## Alta hospitalaria del recién nacido

Visita de pediatría hacia el 10º día de vida.

Para garantizar la correcta cura del ombligo, es importante secarlo minuciosamente con gasa estéril después del baño, y mantenerlo siempre al aire, colocando el pañal doblado y por debajo.

El baño es recomendable hacerlo a la tarde/noche para favorecer el descanso nocturno.

Es conveniente que los bebés duerman de lado o boca arriba (nunca boca abajo) hasta los 3 meses y medio o 4, en que ya pueden cambiar solos de postura.

Podéis salir a pasear desde el primer día del alta, siempre que la climatología acompañe.

Se desaconseja que el bebé permanezca en una estancia donde se fume.

Recibiréis el resultado del Diagnóstico Precoz en vuestro domicilio, en el plazo de un mes, enseñarlo en la visita pediátrica del segundo mes de vida. Si pasado este tiempo, no lo habéis recibido, llamar a los teléfonos: 93/2275669 o 93/2275670 de 8:00 a 15:00 horas, dando el número que consta en el resguardo grapado en el Carné de Salud.

## Alta hospitalaria de la madre

Visita de ginecología para 30-40 días después del parto.

Visita con la matrona a los 2 meses después del parto para control del suelo pélvico. Hasta la visita:

- utilizar preservativo si relaciones sexuales coitales.
- no utilizar tampones, sino compresas. Si hay cicatriz perineal mejor que sean de algodón hasta la caída de los puntos.
- mejor ducha que baño para la higiene personal.

Si cesárea, hasta la retirada de los puntos o grapas continuar con la cura de la herida abdominal con clorhexidina (si lactancia materna) ó solución yodada (si lactancia artificial). La herida si no supura puede estar al aire.

Si quieres acudir al grupo de posparto, nos encontrarás cada lunes en la Sala de Educación Sanitaria del hospital, desde las 15:15 h hasta las 17:15 h. Trae ropa cómoda para ti, una toalla grande y aceite de almendras dulces (para el masaje infantil).

La matrona se pondrá en contacto telefónicamente contigo para programar la visita del puerperio domiciliario o bien en la consulta