

El momento del baño es un momento para establecer vínculos, jugar con su bebé, y por supuesto, higienizarlo con mucha suavidad. Aquí le presentamos algunos consejos e indicaciones que podrán ayudarla a pasar un rato agradable mientras está bañando a su bebé, así como también para sentirse más cerca de su hijo/a cuando compartan este momento juntos.

Lave cuidadosamente el área del pañal luego de cada movimiento intestinal o después de que el bebé haya orinado; bañarlo dos o tres días a la semana es más que suficiente. Usted debería lavar diariamente y con mucha suavidad y cuidado aquellas áreas que se humedecen particularmente más que otras, las que se engrasan o las que se ensucian más: el área del pañal, la carita, el cuello y los pliegues de la piel.

Algunos profesionales de la salud sugieren esperar hasta que el cordón umbilical se caiga o hasta que la zona circuncidada se haya cicatrizado para poder darle a su bebito/a un baño de inmersión.

Antes de comenzar, asegúrese de tener todos los implementos que necesitará para llevar a cabo esta divertida y hermosa tarea:

1. Toallitas de aseo
2. Jabón suave
3. Champú para bebés
4. Bolitas de algodón
5. Toallita con capucha
6. Alcohol rectificado
7. Hisopos de algodón
8. Pañales
9. Ropita limpia

### **Dándole un Baño de Esponja**

Antes que nada, lave la carita de su bebé con agua tibia; especialmente la zona ubicada detrás de las orejas y debajo de su mentón.

Lave el pechito, los brazos y las manos de su bebé, asegurándose de limpiar cuidadosamente el área que se encuentra entre los dedos. Si usted usara un jabón suave y una bolita de algodón o una tallita de aseo, debería enjuagar inmediatamente dichas zonas para evitar secarlas o irritarlas.

Lave suavemente la espalda del bebé. Con una toallita de aseo o con una toalla común muy suave y tibia; seque con mucha suavidad la parte superior del cuerpo de su bebé. Si frota su cuerpecito muy vigorosamente, podría irritar su piel.

Lave el área de los genitales, partiendo desde la parte delantera hacia atrás, luego las piernas y los pies; especialmente el área que se encuentra entre los dedos de los pies. Luego, seque muy suavemente la parte inferior del cuerpecito del bebé.

Para poder lavar el pelo de su bebé, vierta un poco de agua sobre la parte superior de su cabecita, utilizando una toallita de aseo. Aplique unas gotitas de champú de bebé (una fórmula que no irrite sus ojos) y masajee con mucho cuidado el cuero cabelludo. No se preocupe por la zona más suave y delicada de la cabecita; ya que la misma está resguardada debajo del cuero cabelludo, y usted no podrá dañarla si la trata con mucha suavidad. Quite cualquier vestigio de champú, utilizando una toallita de aseo humedecida con agua tibia.

Cuando haya terminado de bañarlo, seque a su bebé cuidadosamente con una toalla y luego póngale un pañal limpio y ropita recién lavada.

### **Dándole un Baño de Inmersión**

Podría llegar a ser más fácil para usted lavar el cabello de su bebé antes de sentarlo en la bañera. Primero, sostenga a su bebé contra su cuerpo y vierta un poco de agua sobre la parte

superior de su cabecita, utilizando una toallita de aseo. Luego de ello, aplique unas gotitas de champú de bebé (uno cuya fórmula no irrite sus ojos) y masajee suavemente el cuero cabelludo de su hijo/a. Quite cualquier vestigio de champú con una toallita de aseo humedecida con agua tibia. Seque suavemente, pero a fondo dicha zona para que su bebé no pesque un resfriado.

Para poder colocar a su bebé dentro de la bañera, sostenga sus hombros con una mano y sus piernitas o la colita con la otra. Aunque el bebé llore, cosa que probablemente hará las primeras veces que sea bañado, siga hablándole hasta que lo pueda sentar en la bañera y así pueda sentirse más cómodo y protegido. (Realice esos primeros baños muy rápidamente si su bebé se sintiera incómodo).

Mientras baña a su bebé, coloque una de sus manos debajo de sus axilas para que su cabecita se mantenga erguida y fuera del agua, y use su otra mano para bañarlo, luego enjuague la parte delantera del cuerpo de su bebé.

Después de ello, lave y enjuague la parte posterior de su cuerpecito.

Una vez que su bebé esté limpio y enjuagado, colóquelo suavemente sobre una toalla y séquelo con mucho cuidado y amor. Póngale un pañal limpio y ropita recién lavada.

### Listado de Control para Tener en Cuenta a la Hora del Baño

10. **Nunca** abandone el cuarto -bajo ninguna circunstancia- mientras esté bañando a su bebé.
11. Cuando bañe a su bebé, mantenga la temperatura del cuarto tibia y no deje nada librado al azar.
12. Asegúrese de que el calentador de agua caliente esté fijado en menos de 120 grados y **siempre** controle la temperatura del agua, sumergiendo la parte interna de su muñeca dentro de la

misma.

13. Cuando hablamos de bebés muy pequeños, coloque una toalla en la parte superior de la bañera o del lavabo para que no puedan resbalarse.

14. Evite usar jabones fuertes o champús formulados para adultos.

15. Nunca use productos que contengan jabón para lavar la carita de su bebé.

16. No lave la parte interna de las orejas de su bebé.

17. A los bebés no les gusta que les cubran el rostro, es por ello que debería usar una toallita de aseo para limpiar cada zona de la carita separadamente, y no todo el rostro al mismo tiempo.

18. Para limpiar los ojitos, comience a lavar la zona cercana a la nariz y luego siga lavando hacia arriba.

19. Lave el cabello más frecuentemente si su bebé desarrollara una "costra láctea" o "dermatitis seborreica", siendo ésta una especie de costra amarillenta que se forma sobre el cuero cabelludo del bebé.

20. Para poder "curar" dicha costra láctea, frote el cuero cabelludo con aceite de bebé y deje que el mismo se asiente por un plazo de media hora. Lave su cabello con champú, usando un cepillito para enjabonarlo totalmente, y luego quite las escamitas con un peine suave. Lávelo una vez más.

21. Cubra la cabeza de su bebé con una toalla tan pronto como haya terminado de lavar su cabello. Ésto ayudará a evitar que su bebé pierda calor y se resfríe.

visita nuestro [Facebook](#) y accede al blog de notas



Gracias a <http://espanol.pregnancy-info.net> por este artículo