



UW Medicine

Conociendo el cuerpo de su bebé

¿Qué es normal en los primeros 2 meses?

De cabeza a pie, su bebé es una maravilla única. Usted será un experto en cómo se ve su bebé, sus movimientos y sonidos. En este capítulo, conocerá lo que es normal o lo que puede anticipar.



Consulte al proveedor de atención médica de su bebé si tiene alguna pregunta o inquietud acerca de la salud de su bebé.

Estornudar

Estornudar es la manera en que los bebés se limpian la nariz. No significa que su bebé tenga catarro.

Piel

Es normal que los recién nacidos tengan la piel reseca con exfoliación las primeras 1 a 2 semanas de nacer. Hay otros sarpullidos también comunes en los recién nacidos. Ellos son:

- **Parches salmón o “picotazos de cigüeña”.** Estos parches de color rosa intensa usualmente se encuentran en la nuca, el puente de la nariz, la parte superior de los párpados, y la parte inferior de la frente. Son los lunares más comunes, especialmente en los bebés de piel clara. Usualmente desaparecen con el tiempo.
- **Marcas azul-grisáceas.** Estas áreas grandes y planas contienen pigmento (colorante de piel) adicional. Las marcas azul-grisáceas son verdosos y azules, así como un moretón, y suelen verse en la cintura o en las nalgas. Son muy comunes, especialmente en los bebés de piel oscura. Usualmente desaparecen con el tiempo. Puede pedir al proveedor de atención médico del bebé que haga nota de estas marcas en el expediente médico de su bebé.

- **Milia.** Estos granitos blancos o amarillos se deslizan por la punta de la nariz o el mentón. Se sienten planos al tacto. **No** trate de apretarlos o abrirlos. Usualmente desaparecen en el primer mes de vida.
- **Eritema tóxico.** Este sarpullido de manchas rojas tiene granos amarillentos o blancos en el centro. Usualmente aparecen durante el primer par de días de nacer y desaparecen alrededor de una semana. No necesitan tratamiento.

Ojos cruzados

La mayoría de bebés tienen momentos en que los ojos pierden la pista y al parecer “se cruzan”. Es común durante los primeros 4 a 6 meses de vida.

Hinchazón de los senos

La mayoría de bebés, tanto niños como niñas, tienen cierto grado de hinchazón del tejido de los senos. Se debe a las hormonas que recibieron de su madre durante el embarazo. Es hasta posible que los senos del bebé goteen un poquito de leche al principio.

Hipo

La mayoría de bebés tienen hipo de vez en cuando. Los hipos no dañan al bebé. No necesita tratar de pararlos.

Mentón tembloroso

Es común que el mentón de un recién nacido se estremece o tiembla durante los primeros meses de vida. Desaparece a la medida que se madure el sistema nervioso de su bebé.

Tos

Su bebé puede toser o carraspear después de las primeras veces de mamar o beber de la mamila. Esta tos debe quitarse una vez de su bebé se adapte a la rutina de comer.

Reflejo de Moro

Muchas veces se llama *reflejo de sobresalto*. Ocurre cuando su bebé se alarma o se sorprende por un ruido, una luz fuerte, o un movimiento brusco. De repente el bebé tira sus extremidades y se endereza.

Reflejo de búsqueda

Si da toques a la mejilla de su bebé con el dedo, se voltea la cabeza hacia su toque y se abre la boca. Este “reflejo de búsqueda” es más fuerte cuando el bebé esté listo para comer.

Señales de ser soñoliento o alerta

Las señales del infante son movimientos corporales que nos indican lo que ellos necesitan. Cuando su bebé esté listo para interactuar con usted, verá *señales de interacción*:

- Ojos muy abiertos
- Cuerpo dirigido hacia usted con un movimiento suave y tranquilo

Ahora es el momento de mirarse en los ojos, hablar, cantar o leer a su bebé.

Cuando su bebé ha tenido suficiente interacción, usted verá las señales de *separación*:

- La deja de ver en la cara
- Movimientos bruscos
- Frunce o llora

Ahora es el momento de suspender sus actividades y ayudar a su bebé que se calme. Envuélvalo o téngalo en brazos, y consuélalo.

Señales de hambre

Cuando su bebé quiere comer, notará señales que se hacen siempre más activas. Usualmente es más fácil comenzar a darle de comer si usted responde a las señales de hambre más tempranas.

- **Señales tempranas:** Abrir y cerrarse la boca, sonidos de succión con los labios, chuparse los labios o las manos
- **Señales activas:** Rodarse hacia el pecho de la persona que lo cuida, moverse a la posición para comer
- **Señales tardadas:** Movimientos frenéticos y llanto, dificultades para calmarse

Llanto

Los recién nacidos lloran por toda clase de diferentes razones. Lloran al tener hambre, ser sobre estimulados, cansarse, si tienen gases, o necesitan cambio de pañal.



Observe para notar las señales tempranas de hambre.



Durante el período de llanto PURPLE, es posible que su bebé lllore hasta 5 horas al día.

El llanto es un modo de comunicación para los bebés. No necesariamente significa que se sienten mal. Aquí hay una lista de control para usar cuando desea calmar a su hijo:

- **Resuelva la causa:** ¿Tiene su bebé demasiado calor o frío? ¿Tiene el pañal sucio o mojado? ¿Tiene hambre (otra vez)? ¿Desea ser abrazado o busca la convivencia?
- **Calme a su bebé:** Algunos métodos para calmar a un bebé incluyen envolverlo, tenerlo en brazos o mecerlo suavemente, o caminar con él en brazos meciéndolo rítmicamente. A los bebés les encantan los movimientos repetidos.
- **Ayudar a su bebé a sentirse seguro:** Envuelva a su bebé apretadito en una cobija, cárguelo en brazos, en mochila de pecho o de canguro.

Todos los bebés tienen momentos en que lloran sin que sepamos la razón. Puede ser porque han entrado en “el período de llanto PURPLE”. Si está preocupada por el llanto de su bebé, consulte con el proveedor de atención a la salud de su bebé. (Vea el capítulo “Período de llanto PURPLE” en el manual.)

Ahora regrese al índice en este manual y marque la casilla para avisar a sus enfermeras que ya leyó este capítulo.

¿Preguntas?

Sus preguntas son importantes. Si tiene preguntas o inquietudes acerca de su bebé, llame a su proveedor de atención primaria.

Getting to Know Your Baby's Body

What's normal in the first 2 months?

From head to toe, your baby is wonderfully unique. You will become an expert on how your baby looks, moves, and sounds. In this chapter, you will learn what is normal and expected.



Sneezing

Sneezing is the way babies clear their nose. It does not mean your baby has a cold.

Ask your baby's provider if you have any questions or concerns about your newborn's health.

Skin

It is normal for newborns to have dry and peeling skin for the first 1 to 2 weeks of life. A few other rashes are also normal in new babies. They are:

- **Salmon patches or “stork bites.”** These deep-pink patches are usually on the back of the neck, bridge of the nose, upper eyelids, and lower forehead. They are the most common birthmarks, especially in light-skinned babies. They usually go away over time.
- **Slate grey spots.** These large flat areas contain extra pigment (skin coloring). Slate grey spots are greenish or blue, like a bruise, and may be on the lower back or buttocks. These spots are very common, especially in dark-skinned babies. They usually go away over time. You can ask your baby's healthcare provider to note these in your baby's medical record.
- **Milia.** These tiny white bumps or yellow spots spread across the tip of the nose or chin. They are smooth to the touch. Do **not** squeeze or try to pop them. They usually go away in the first month of life.

- **Erythema toxicum.** This rash of red splotches has yellowish or white bumps in the center. They usually appear during the first few days of life and go away within the first week or so. They do not need any treatment.

Crossed Eyes

Most babies have times when their eyes wander and seem to “cross.” This is common during the first 4 to 6 months of life.

Breast Swelling

Most babies, both boys and girls, have some swelling of their breast tissue. This is from the hormones they received from their mother during pregnancy. A baby’s breasts might even leak a little milk at first.

Hiccups

Most babies hiccup from time to time. Hiccups will not harm your baby. You do not need to try to stop them.

Chin Quivering

A newborn’s chin often shakes or quivers during the first few months of life. This will go away as your baby’s nervous system matures.

Cough

Your baby may cough and sputter after the first few breast or bottle feedings. Coughing should stop once your baby adjusts to the feeding routine.

Moro Reflex

This is often called the *startle reflex*. It occurs when your baby is alarmed or surprised by a noise, bright light, or quick movement. The baby suddenly flings their arms and legs out and straightens their body.

Rooting Reflex

Stroking your baby’s cheek with your finger will cause their head to turn toward your touch and their mouth to open. This “rooting reflex” is strongest when your baby is ready to feed.

Sleep and Wake Cues

Infant cues are body movements that tell us what they need. When your baby is ready to interact with you, you will see *engagement cues*:

- Eyes open wide
- Body turning toward you with smooth and calm movement

This is the time to gaze face-to-face, talk, sing, or read to your baby.

When your baby has had enough interaction, you will see *disengagement cues*:

- Eyes looking away
- Sharp body movement
- Frowning or crying

This is the time to stop activity and help your baby to be calm. Swaddle or hold and comfort your baby.



Watch for early feeding cues.

Feeding Cues

When your baby wants to feed, you will see cues that get more and more active. Beginning the feeding is usually easier if you respond to the early cues.

- **Early cues:** Opening and closing mouth, smacking lips or mouth, sucking lips or hands
- **Active cues:** Rolling and rooting toward the caregiver's chest, moving into feeding position
- **Late cues:** Frantic movements and crying, problems calming down

Crying

Newborn babies cry for all kinds of reasons. They cry when they are hungry, overstimulated, tired, gassy, or need a diaper change.

Crying is one way babies communicate. It may not mean that they are feeling bad. Here is a quick check list to use when you want to soothe your child:

- **Fix the cause:** Is your baby too warm or too cold? Wet or dirty? Hungry (again)? Do they want a cuddle or company?
- **Soothe your baby:** Some ways to soothe a baby are swaddling,



During the period of PURPLE crying, your baby can cry as much as 5 hours a day.

holding or gently rocking, or walking while you gently bounce up and down. Babies like repeated movements.

- **Help your baby feel safe:** Wrap your baby snugly in a blanket, or carry your baby in your arms, a front pack or sling.

All babies have times when they cry and we cannot figure out why. Sometimes it may be because they have entered “the Period of PURPLE Crying.” If you are concerned about your baby’s crying, see your baby’s healthcare provider. (See the chapter “Period of PURPLE Crying” in this workbook.)

Now, please go back to the Table of Contents in this workbook and check the box so your nurses will know you have read this chapter.

Questions?

Your questions are important.

If you have questions or concerns about your baby’s health, call your baby’s primary care provider.