

Los mejores productos para el cuidado del bebé, en la farmacia

CUANDO UN BEBÉ LLEGA A LA FAMILIA, ES UN MOMENTO DE FELICIDAD Y DE ILUSIÓN, PERO TAMBIÉN DE MIEDOS, DUDAS E INCERTIDUMBRE. ESPECIALMENTE EN EL CASO DE MADRES Y PADRES PRIMERIZOS, LA AYUDA Y EL CONSEJO DEL FARMACÉUTICO EN CUANTO A LOS PRODUCTOS Y CUIDADOS QUE EL RECIÉN NACIDO NECESITA SON MUY VALORADOS.

La llegada del bebé al hogar supone un cambio en el desarrollo de la vida cotidiana y de la organización familiar. Las primeras semanas tras el parto son un periodo de importantes cambios físicos y psicológicos para la madre. Los primeros días con el bebé en casa pueden no ser fáciles, ya que la madre está recuperándose del parto, ambos padres se enfrentan al sueño interrumpido, al inicio de la lactancia, al cansancio continuo, a la sensación de que no hay tiempo para nada... Sin embargo, enseguida se aprende a reconocer las necesidades más elementales del nuevo integrante de la familia (comer, dormir, sentirse cómodo, limpio y mimado) y a organizarse para que todo resulte más sencillo.

Tradicionalmente ha sido la madre quien más se ha ocupado de los bebés, sobre todo durante las primeras semanas en las que exigen una dedicación exclusiva. No obstante, es importante que el padre establezca con su hijo un vínculo tan fuerte como el de su pareja, más allá de la naturaleza y la costumbre. Esto no sólo repercutirá en una sólida relación paterno-filial para toda la vida, sino que logrará que la relación de los padres entre sí sea más estrecha y de igual a igual.

Desde los primeros días de vida, los bebés necesitan una serie de cuidados, que no son pocos, muy específicos, y la sensación abrumadora de no saber hacerlo bien o no llegar a todo es algo muy habitual. Conocer qué cuidados necesita el bebé cuando llega a casa ayuda a no verse perdido en un mar de dudas. La llegada de un recién nacido a casa supone para los padres responsabilizarse de las necesidades de su hijo, entre ellas, el cuidado del aseo corporal, que es todo un reto al principio. Los niños menores de un mes requieren de unos cuidados diferentes a los que han superado esa edad, debido a sus especiales características.

Es importante tener en cuenta que el olfato es uno de los sentidos más desarrollados en el recién nacido, junto al tacto. De hecho, el bebé aprende el olor de su madre ya desde el útero. Si se utilizan colonias con olores fuertes se puede dificultar que el recién nacido reconozca a su madre mediante el olfato. De la misma manera, la madre no debería emplear perfumes de fuerte olor que interfieran en el reconocimiento hijo-madre.

Higiene

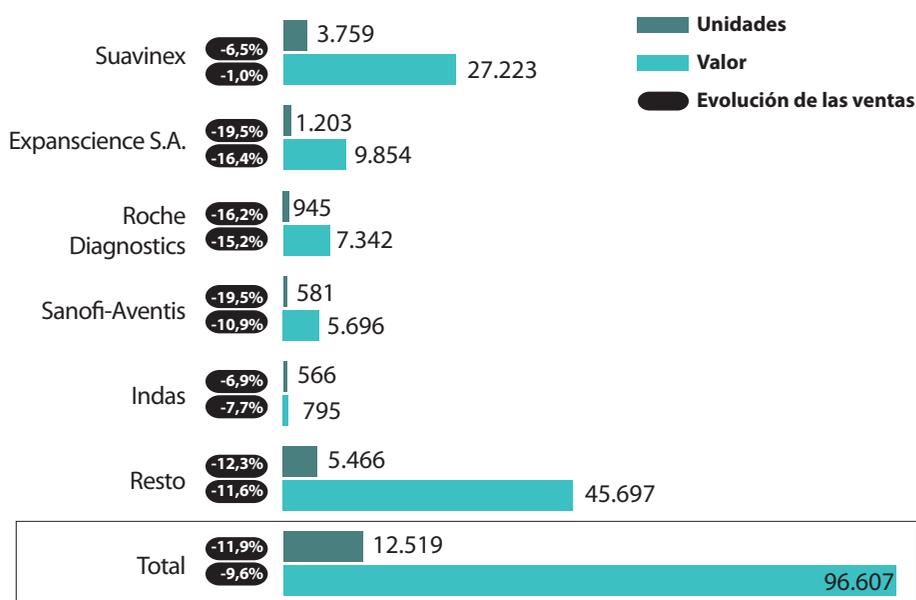
En relación con la higiene diaria del recién nacido, y según las recomendaciones de la Asociación Española de Pediatría, el baño debe realizarse desde el primer día de vida, con jabón o gel neutro y con una esponja destinada para ello. No importa mojar el ombligo y no hay que esperar a que se caiga para bañarlo.

La temperatura del agua deberá rondar los 35°, los padres deberán comprobarlo siempre con un termómetro o bien metiendo el codo en el

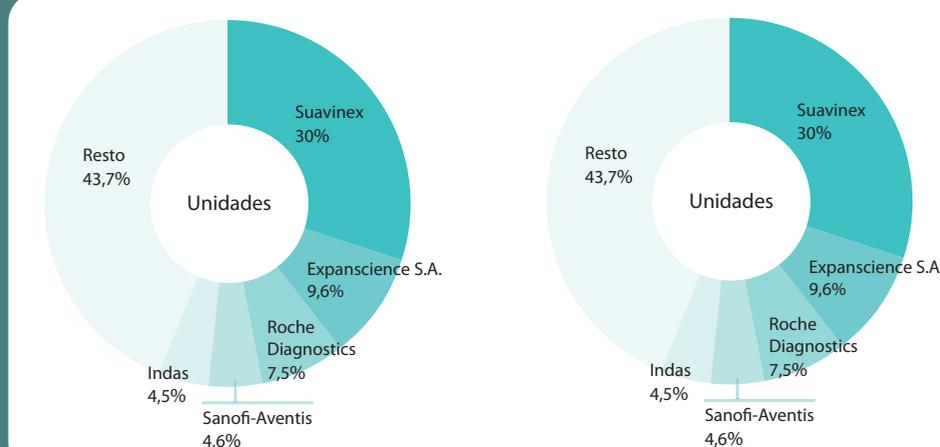
agua. La higiene es muy importante sobre todo en los genitales, que necesitan aseo frecuente. Esta puede realizarse con agua y jabón en el momento del baño, procurando que en las niñas no se introduzcan residuos de heces (limpiar de delante hacia atrás). En el cambio de pañal pueden utilizarse toallitas húmedas específicas para el cuidado de las pieles sensibles, que tengan en cuenta el pH de la piel y la prevengan de irritaciones. Los aceites forman el tándem perfecto para los masajes en los bebés, ya que su textura favorece los masajes relajantes en recién nacidos. Desde la oficina de farmacia recomiendan aquellos que sean 100% tolerantes con la piel de los recién nacidos y que tengan entre sus ingredientes productos como la caléndula, el aceite de almendras o la camomila.

En cuanto a la hidratación corporal, hay que recordar que la piel de los

MERCADO CUIDADO DEL BEBÉ (88B) Ventas (MAT 07/2021)



Cuota de mercado



Fuente: IQVIA, National Sell Out Monthly, FLEXVIEW Julio 2021

Periodo consultado: MAT 07/21 (acumulado de los últimos 12 meses, desde agosto 2020 a julio 2021)

Mercado estudiado: Cuidado del bebé (incluye accesorios para el bebé y lactantes, higiene y cuidado del bebé, OTCs 65, 88, 94)

Medidas: unidades vendidas y valores en € PVP (Precio de venta al público)

Elaboración: IM Farmacias

recién nacidos tiende a secarse de forma natural durante los primeros días, debido a que dejan de estar en contacto con el líquido amniótico y pasan a un ambiente seco como es el aire. A la semana de vida, la piel suele haberse adaptado adquiriendo su aspecto terso y suave. No es necesario, por tanto, emplear cremas de forma rutinaria en los recién nacidos. Se puede usar una crema hidratante, en caso de que la sequedad de la piel sea excesiva, empleando una especial para bebés con el menor número de irritantes posibles (parabenos, perfumes...). Las uñas deben cortarse cuando la longitud sea excesiva, siempre de forma recta y con tijeras de punta redondeada. En recién nacidos no deberían cortarse hasta los 15 o 20 primeros días de vida, señalan desde la Asociación Española de Pediatría. Cuando ya se puedan cortar, explican que el corte deberá ser siempre recto sin dejar picos en los laterales que puedan provocar arañazos en los bebés o heridas. Desde la farmacia recomiendan utilizar siempre cortaúñas específicos para bebés con la punta roma o limas específicas para recién nacidos y bebés. Finalmente, la cera que se secreta en el conducto auditivo es una sustancia que protege al oído ante posibles agresiones. No se debe intentar extraer. En caso necesario se empleará una toalla húmeda para limpiar la oreja por fuera y nunca con un bastoncillo. En cuanto al pelo de los recién nacidos, se puede limpiar a diario en el baño con agua y jabón. Posteriormente se debe secar bien la cabeza para evitar que el niño se enfríe. Para peinarle, suele emplearse un cepillo de cerdas suaves.

ES IMPORTANTE QUE EL PADRE ESTABLEZCA CON SU HIJO UN VÍNCULO TAN FUERTE COMO EL DE SU PAREJA

Cuidados diarios

Hasta la caída del cordón, en los primeros 7-14 días, éste se debe limpiar con agua y jabón, o con una gasa estéril impregnada en el centro con alcohol de 70°, dando unos toques en sentido circular en la base del ombligo. Con otra gasa curamos la parte final del cordón. Repetimos esta operación unas 2-3 veces al día, y siempre que se haya manchado con heces u orina. No se debe dejar la gasa con alcohol en contacto prolongado con la piel ya que la puede irritar. Para evitar rozaduras colocaremos el pañal doblado por debajo del cordón. Es normal que el ombligo sangre un poco los primeros días y también cuando se cae. Si se le pone colorado o presenta un olor más fuerte de lo normal, es importante consultarlo con el pediatra, pues puede que tenga una infección.

Al caerse el cordón, el ombligo queda entre 0,5 y 1 cm hacia fuera. Esto se denomina "ombligo cutáneo". A lo largo del tiempo se irá poniendo en su lugar. Otras veces, al caerse el cordón, en el fondo del ombligo queda un pequeño bulto rosado y brillante, llamado granuloma umbilical.

El cambio de pañal debe realizarse frecuentemente sin esperar a que la piel del bebé se moje, ya que así se evitarán dermatitis. Por supuesto las caquitas deben retirarse lo antes posible. Los recién nacidos pueden llegar a mojar una media de 6-8 pañales al día y realizar hasta una deposición por toma. Así que hay que cambiar de pañales con frecuencia, para que tanto la orina como las heces permanezcan el menor tiempo posible en contacto con la piel del bebé.

En los cambios de pañal, el culito del niño debe limpiarse si se ensucia, bien con agua y jabón neutro, o con toallitas higiénicas para este fin,

pero intentando no abusar para no dañar la fina barrera cutánea del bebé. El pediatra determinará si es necesario el uso de alguna crema preventiva de la dermatitis del pañal y cuál es la adecuada para cada niño. Existen toallitas respetuosas con la piel del bebé que reducen la posibilidad de que se produzcan rojeces e irritaciones. Estas tienen que tener una composición libre de agentes químicos y cuentan solo con agua y algodón entre sus componentes.

A la hora de elegir un buen pañal, el nivel de exigencia hacia la calidad de un producto que está en contacto continuo con la piel del bebé debe ser muy alto. Por eso es importante que los pañales que use el bebé estén clínicamente y dermatológicamente testados. La capacidad de absorción del pañal y su sequedad, así como el cuidado de la delicada piel del bebé, deben ser las prioridades. También es importante valorar la comodidad y la libertad de movimientos que ofrece el pañal, dado que el bebé pasa muchas horas con él y será su compañero hasta, aproximadamente, los dos años y medio, cuando ya esté preparado para prescindir de él. La piel del culito del bebé es una de las zonas más sensibles de su cuerpo. Al estar permanentemente expuesta a la humedad y a otros agentes externos es fundamental dedicarle toda la atención, manteniéndola limpia y lo más alejada posible de la humedad.

Lactancia artificial

A pesar de las reconocidas ventajas de la lactancia natural ocurre, algunos casos en los que ésta no es posible. Cuando se dan esos casos, la madre puede optar por alimentar al lactante con preparados de fórmula que garantizarán su nutrición. En la farmacia encontrará todos los consejos farmacéuticos y los productos que necesite.

Las fórmulas se clasifican, según la ESPGHAN (Sociedad Europea de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición), en dos tipos:

- *Fórmulas de inicio*: Son aquellas que cubren por sí solas todas las necesidades nutritivas del lactante sano nacido a término, durante los seis primeros meses de vida; no obstante, pueden ser utilizadas conjuntamente con otros alimentos desde los seis a los doce meses.

- *Fórmulas de continuación*: Destinadas a ser utilizadas a partir de los seis meses conjuntamente con otros alimentos. Según las recomendaciones de la ESPGHAN, su administración puede prolongarse hasta los tres años con ventajas nutricionales sobre la leche de vaca. También existen:

- *Fórmulas adaptadas* a las que se le añaden ciertas sustancias para parecerse lo máximo posible a la leche materna (nucleótidos, ácidos grasos poliinsaturados, oligosacáridos con efecto bidógeno, etc.).

- *Fórmulas especiales* que tienen como fin alimentar al lactante que presenta algún tipo de enfermedad o trastorno digestivo menor (dermatitis, diarrea, vómitos, etc.) y deben ser siempre prescritas por el pediatra.

En la farmacia podemos encontrar biberones de dos tipos: plástico y cristal. Durante los primeros meses de vida se recomienda utilizar un biberón de cristal liso para que permita la ebullición y evite el depósito de residuos, con una escala graduada para facilitar la preparación de la leche. En niños mayores podemos usar el biberón de plástico, más ligero y resistente, aunque éste se suele amarillear con el uso. Sin embargo, antes de decantarnos por un modelo y sus características, debemos asegurarnos de que cumple con la normativa europea UNE-EN14350 y ésta tiene que aparecer en su etiquetado. Se esterilizarán mediante algún tipo de sistema en frío o por ebullición. Una vez usados, se deberán lavar con agua, jabón y una escobilla.

monográfico

En cuanto a las tetinas, hay una gran variedad de modelos de caucho o silicona. En cualquier caso, el orificio debe ser lo suficientemente amplio para que la leche gotee, pero que no salga a chorro, para evitar el atragantamiento del bebé. Las tetinas también deben lavarse después de su uso con agua caliente y jabón.

Por lo que se refiere a las tomas, su distribución horaria deberá ser ajustada por el pediatra a las necesidades particulares de cada niño, advirtiéndole a la madre que las ingestas señaladas por el fabricante para cada edad son sólo orientativas. Por regla general, durante las primeras 2 semanas de vida el bebé puede ingerir 8 tomas de 60CC. Entre la segunda y la octava semana, 7 tomas de 90CC. Durante el segundo y tercer mes puede disminuirse el número de tomas a cinco diarias y aumentar la cantidad de leche, naturalmente según las peculiaridades de cada niño. Estas normas son orientativas, será el pediatra el que vaya estableciendo el número de tomas y cantidades de leche que necesita el bebé.

EL CHUPETE PUEDE RECOMENDARSE A PARTIR DEL MES DE VIDA, SIEMPRE QUE YA SE HAYA ESTABLECIDO LA LACTANCIA MATERNA

Chupetes

El chupete puede recomendarse a partir del mes de vida, siempre que ya se haya establecido la lactancia materna, ya que se ha observado que puede reducir el riesgo de muerte súbita.

El chupete debe cumplir unos requisitos de seguridad regulados por la normativa europea NF S 54-003:

- La tetina debe tener una longitud igual o inferior a 30 milímetros.
- El cuello de la tetina debe ser mucho más grande que la boca del niño e incluir un orificio para el paso del aire.
- La anilla no debe separarse de la tetina, aunque se ejerza una fuerte tracción.

- Es necesario prestar atención al riesgo de asfixia, ya que la tetina podría quedarse al fondo de la boca, obstruyendo la vía respiratoria.

Los chupetes pueden ser de látex o de silicona. Los de látex o goma natural son resistentes, blandos y elásticos. Con el uso pueden hincharse y absorben olores. Los de silicona son también blandos y elásticos, pero no absorben olores ni sabores y su forma se mantiene inalterable. Antes de su primer uso es necesario esterilizarlo en frío o en agua hirviendo. Debe guardarse en un chupetero limpio y seco. Es conveniente sustituirlo en uno o dos meses. No se debe impregnar la tetina en sustancias dulces o jarabes que favorezcan las caries. El chupete ideal debe provocar la menor apertura bucal, ejercer la menor presión sobre el paladar y tener una superficie de contacto con éste lo más parecida a la lengua. Es más seguro que sea de una sola pieza.

El riesgo de malformaciones bucales aumenta si se ejerce una presión más o menos constante durante seis horas diarias, aproximadamente. El tiempo que el bebé utilice el chupete, junto a la fuerza que el pequeño aplique en la succión, marcarán la diferencia.

Los efectos perjudiciales que ejerce sobre la correcta alineación de los dientes son pasajeros, siempre y cuando el chupete deje de utilizarse antes de los tres años de edad. Nunca se debe utilizar una cuerda o collar alrededor del cuello para sujetar el chupete, dado el riesgo de asfixia que supone. +

