

SOS



mi hijo está enfermo



Leto



La llegada de un bebé a la familia está llena de sentimientos encontrados. Seguramente tu pareja y tú sentirán felicidad, miedo, incertidumbre, emoción, euforia y más.

La responsabilidad que conlleva criar a una personita es inmensa. Hay un cúmulo de tareas y obligaciones por delante y quizá se sientan abrumados por ello.

No hay de qué preocuparse, todos los que han sido padres se han enfrentado a muchísimo retos, que una vez superados se convierten en experiencias y anécdotas maravillosas.

Los futuros abuelos, tíos y familia en general estarán al pie del cañón y dispuestos a apoyarlos cuando lo necesiten, sobre todo si el pequeño está enfermo.

En Editorial Leto sabemos que ese es uno de los momentos más difíciles y alarmantes, pues ningún padre quiere ver a sus hijos en situaciones complejas.

SOS mi hijo está enfermo es una publicación que hicimos pensando en ustedes y en sus hijos.

Con el apoyo y experiencia de más de 60 pediatras, este título expone detalladamente las enfermedades más comunes y recurrentes en niños de 0 a 10 años de edad.

Además, aborda temas esenciales, como alimentación, juguetes, cambiarle el pañal, bañarlo, qué hacer en caso de emergencia, entre otros.

Estoy seguro de que este libro que tienes en tus manos será un gran aliado en el enriquecedor proceso de ser padres.

Stephan Porias N.

Director General



Director General: Stephan Porias; **Comercial:** Nabil Azar, Fernando Espinosa, Enrique González, Sergio Martínez, Edgardo Ramírez, Manuel Sosa; **Contenidos:** Karla Villegas Gama, Margaret Fink; **Diseño Gráfico:** Paul Rodríguez, Jessica Fraile; **Asistentes de Dirección:** Cristina Sánchez, Analleli Colín; **Logística:** Sergio Tinajero, Oscar Moreno, Felipe Lira; **Contabilidad:** Marco Antonio Castro, Patricia Guerrero; **Consejo Editorial:** Adolfo Rivas, Francisco Bas, Klaus Porias, Stephan Porias; **Fotografía:** 123rf.com; **Imprenta:** Foli

ISBN: 978-607-405-026-4 Derechos reservados 2014, respecto a la primera edición por Editorial Leto S.A. de C.V., Francisco Villareal #26-1 Col. El Molino, Del. Cuajimalpa en México D.F. C.P. 05240 Tel. 5813-9032. IMPRESO EN MÉXICO El contenido de los artículos, así como de los anunciantes y proveedores refleja única y exclusivamente el punto de vista de su autor, seguir los consejos y/o recomendaciones incluidos en ellos es responsabilidad de quien lo hace y de quien lo recomienda, tratándose de cuestiones de salud se recomienda consultar a su médico. Los contenidos, promociones y materiales de los mismos, son responsabilidad de su autor. Todos los materiales publicitarios que contengan alguna imagen o material que requiera alguna licencia, serán responsabilidad de su autor o de la empresa anunciada. Editorial Leto se deslinda de cualquier responsabilidad en los materiales publicitarios elaborados por las distintas marcas que aparecen en este libro. Todos los nombres, marcas, diseños, fotografías, etc. registrados o no, propias o de terceros son responsabilidad del anunciante. La reproducción total o parcial de esta obra, por cualquier medio, queda totalmente prohibida. Todos los derechos sobre las fotografías incluidas en este libro son propiedad exclusiva de 123rf.com, quedando prohibida su reproducción parcial o total. Editor responsable: Stephan Porias Noriega. **Este libro se terminó de imprimir en abril de 2014.**

LA LLEGADA DEL BEBÉ

¿Cómo bañarlo?	14
¿Cómo cambiarle el pañal?	16
¿Cómo cargarlo y arrullarlo?	20
¿Cómo darle el biberón y sacarle el aire?	22
El cuerpo del bebé	26
Higiene por etapa	28
Primeros auxilios	34
Seguridad en el hogar	40



ENFERMEDADES



LLAMAR AL MÉDICO

Amigdalitis	50
Deshidratación	51
Cólico	52
Enuresis	54
Gripa	55
Ictericia	56
Rozaduras	57



IR AL MÉDICO

Anemia	58
Anginas	59
Asma	60
Bronquiolitis	62
Conjuntivitis	63
Criptorquidia	64
CRUP	65
Dermatitis atópica	66
Dermatitis seborreica	67
Dermatitis del pañal	68
Desnutrición	70
Diabetes	71
Diarrea	72
Epilepsia	73



EL CUIDADO DE TU HIJO

5 cosas que hacer en caso de emergencia	124
Alimentación	130
Fiebre	136
Juegos y juguetes	140
Medicinas y botiquín	144
Peso y estatura	146
Vacunas	147



Estrabismo	74
Estreñimiento	75
Faringitis	76
Gastritis	77
Hepatitis	78
Hernias	79
Infecciones del cordón umbilical	80
Infecciones respiratorias	81
Infecciones en los oídos	82
Infecciones en las vías urinarias	83
Influenza	84
Intoxicación alimenticia	85
Inmunodeficiencias primarias	86
Lesiones en los oídos	88
Meningitis	89
Neumonía	90
Obesidad y sobrepeso	91
Otitis	92
Paperas	93
Parásitos y lombrices	94
Problemas de visión	95
Reflujo	96
Rotavirus	98
Rubéola	99

Salmonelosis	100
Sarampión	101
Sarpullido	102
Sinusitis	103
Sudamina	104
Tifoidea	105
Úlceras aftosas	106
Urticaria	107
Varicela	108
Vómito	109

IR AL HOSPITAL

Angioedema hereditario	110
Apendicitis	111
Bronquitis	112
Crisis convulsivas	113
Candidiasis del pañal	114
Difteria	116
Enfermedad de von Willebrand	117
Lesiones en la cabeza	118
Lesiones en los ojos	119
Muerte súbita	120
Tétanos	121

¡Felicidades, mamá! Bienvenida a esta nueva etapa; la guía que acabas de recibir será tu mejor aliada. Con ella resolverás dudas y sabrás qué hacer en caso de que tu pequeño se enferme o se accidente, así como todo lo relacionado con su bienestar y protección.

1**NIVEL DE RIESGO**

Determina la gravedad del padecimiento y lo clasifica en: llamar al médico (azul), ir al médico (naranja) e ir al hospital (morado).

2**NOMBRE**

Apelativo común con el que se conoce la enfermedad. Están ordenadas alfabéticamente y por nivel de riesgo.

3**QUÉ ES**

Describe brevemente de qué se trata y de dónde proviene el padecimiento.

4**SÍNTOMAS**

Enlista cada una de las manifestaciones que presenta el pequeño antes y durante la afección.

5**CAUSAS**

Aborda la etiología de la enfermedad. Sirve para encontrar el factor desencadenante y atacarlo.

6**PREVENCIÓN**

Medidas a tomar para evitar la infección y/o propagación del cuadro clínico.

7**FICHA MÉDICA**

Datos completos del especialista que proporcionó la información.

8**QUÉ HACER SI SE PRESENTA**

Recomendaciones y pasos a seguir en caso de padecer los síntomas propios de cada enfermedad.

NOTA IMPORTANTE: la información contenida en esta edición constituye el punto de vista del autor, y no busca sustituir sino complementar los consejos del médico. Si se tienes alguna duda sobre cómo cierta información se ajusta al caso concreto de tu hijo, es necesario que consultes a su pediatra.

1



LESIONES EN LA CABEZA

2



¿QUÉ ES?

Ocurren después de golpes directos o CAÍDAS

Ocurren posterior a golpes directos o caídas. Dependiendo de su mecanismo y la altura del golpe, pueden ser leves o graves. Si la caída supera los 30 centímetros, en niños de 2 años, y el metro y medio en niños mayores, o se asocia a otros síntomas, es aconsejable la evaluación de un médico.

3

CAUSAS

Golpes, caídas o impactos directos.

5

4 SÍNTOMAS



- Dolor de cabeza.
- Desorientación y somnolencia.
- Náusea y vómito.
- Alteraciones del equilibrio y de la visión.
- Sangrado.
- Inflamación en la región del golpe.
- Convulsiones.

PREVENCIÓN

Evitar que los niños realicen juegos bruscos o peligrosos. En el coche, utilizar cinturón de seguridad y silla apropiada de acuerdo a la edad. Prohibirles que jueguen cerca de las ventanas. Poner baterías que los niños no accedan a las escaleras y lugares peligrosos de la casa.

6

QUÉ HACER SI SE PRESENTA



Inicialmente, comprueba si el niño está consciente y su respiración es normal. Si ha perdido la consciencia procura no moverlo, llama a una ambulancia y permanece a su lado; si no la ha perdido, identifica si hay somnolencia, desorientación, náusea, vómito, alteraciones de la visión o la marcha, aumento de volumen o sangrado en la región del golpe y ve a urgencias.

8

Dr. Pablo Alfredo Leytón Avilés
Intensivista Pediatra
Hospital Ángeles Pedregal
Consultorio: 215
Teléfono: 5652-2172
Mail: pabloyt@angeles@yahoo.com.mx



7



¿CÓMO BAÑARLO?

Durante los primeros días, deberás limpiar a tu bebé únicamente con un algodón y agua tibia, ya que la zona del ombligo y el área genital —en caso de circuncisión— aún estarán cicatrizando; una vez que hayan cerrado las heridas, podrás hacer uso de la tina. Es normal que al principio te sientas insegura, pero no te preocupes, te guiaremos paso a paso. Siempre revisa la temperatura del agua, no debe estar ni muy caliente, ni muy fría.

1. Mételo al agua. Sostén su cabeza con una mano, y con la otra, forma una canastita para recoger agua y verterla sobre sus brazos, cuello y cabeza.



2. Con esa misma mano, toma una esponja y enjabónalo. Repite el proceso de la canastita para quitar el exceso de jabón.



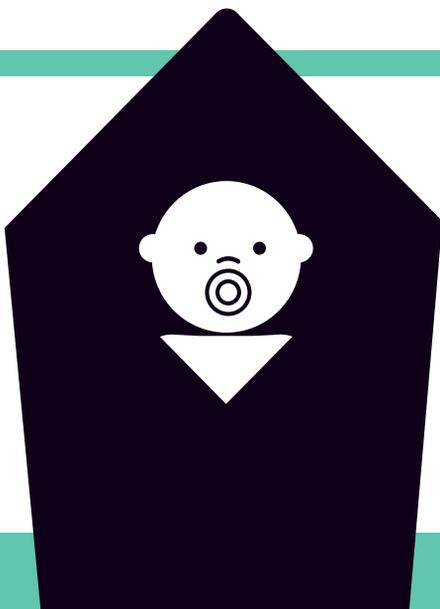
3. Presta atención en la limpieza de su nariz, orejas, ojos y genitales, siempre con mucha precaución.



4. Para limpiar su espalda y pompas, inclínalo hacia el frente sin dejar de sostenerlo; con la mano libre repite el paso número dos.



5. Cuando estés segura de que está bien limpio, sácalo de la tina con mucho cuidado, recuéstalo sobre una superficie estable, envuélvelo como *taquito* en una toalla y seca todo su cuerpo.

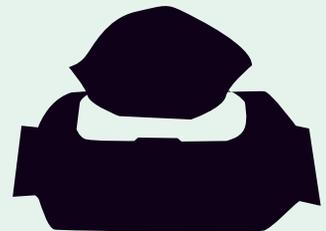
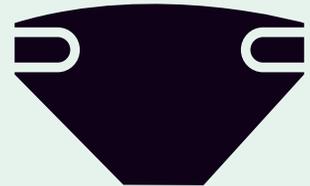
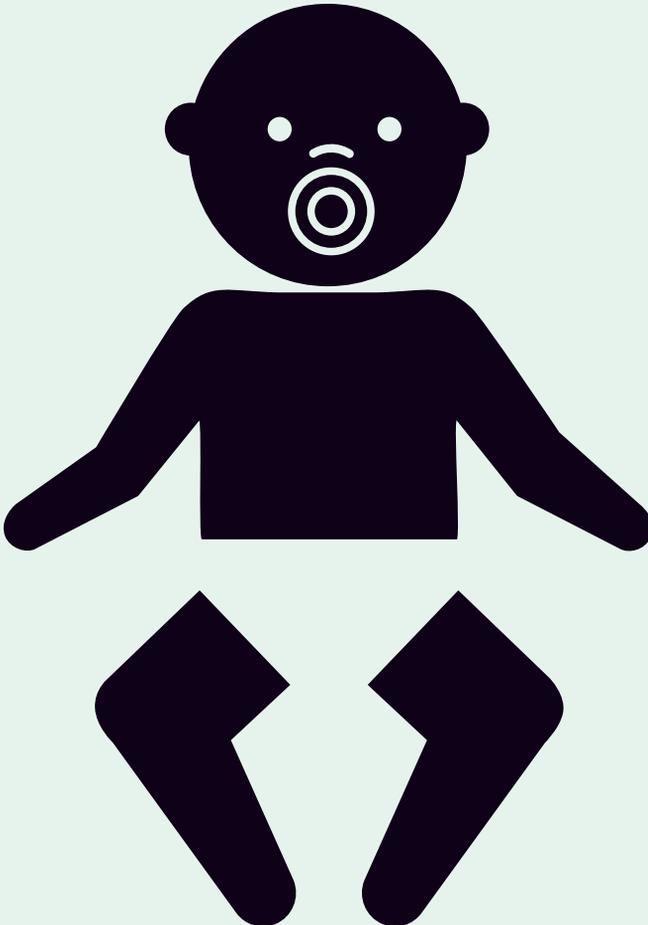




¿CÓMO CAMBIARLE EL PAÑAL?

Muchos papás le temen, e incluso odian tener que cambiar el pañal de su bebé, pero ¿sabías que es la oportunidad perfecta para conectarte con tu pequeño? Puedes cantarle, hacerle cosquillas, soplarle aire en su pancita y verlo sonreír o platicarle cosas para hacer más ameno el momento. Ahora, ¿cuáles son los pasos a seguir?:

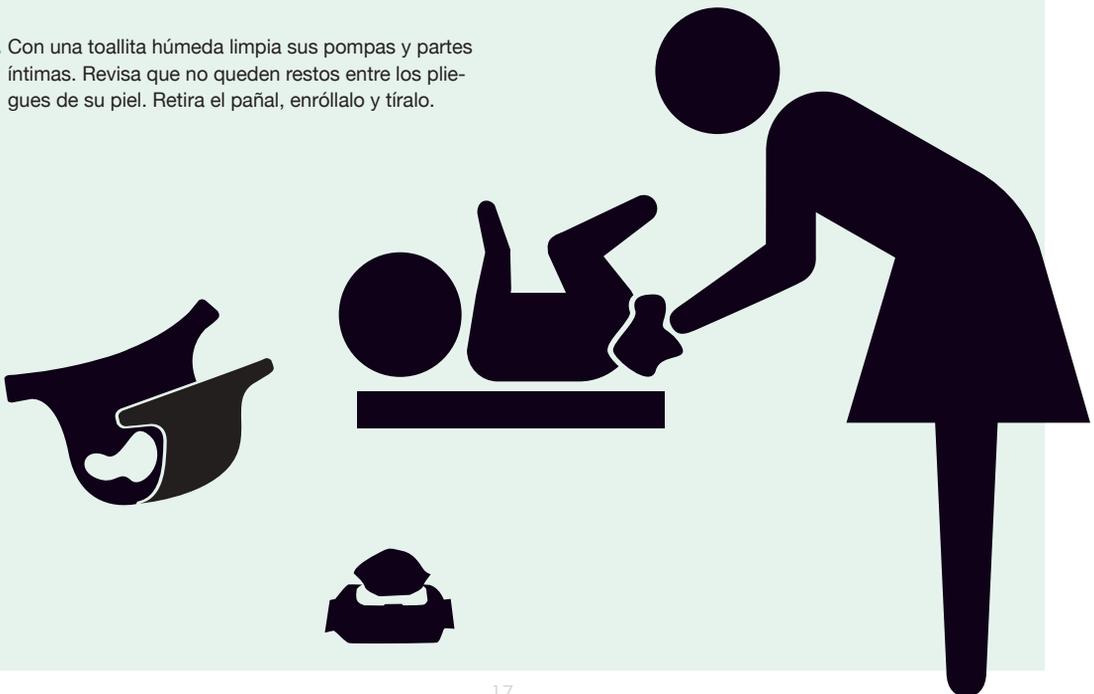
1. Coloca a tu pequeño sobre el cambiador o en una superficie plana, quítale la ropa que traiga y desprende las cintas laterales del pañal.





2. Toma con una mano sus piernas y con la otra retira el pañal; si hay restos de deposiciones, remuévelas con ayuda de éste.

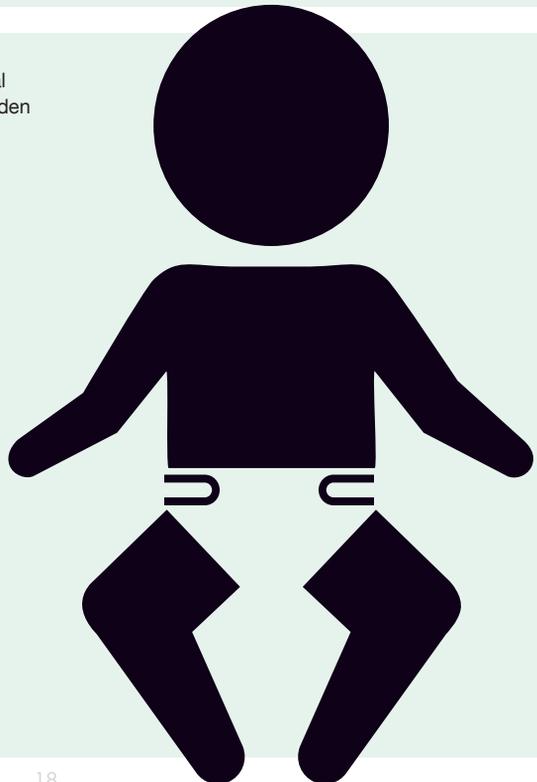
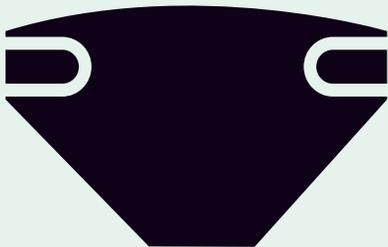
3. Con una toallita húmeda limpia sus pompas y partes íntimas. Revisa que no queden restos entre los pliegues de su piel. Retira el pañal, enróllalo y tíralo.



4. Cuando estés seguro de que el bebé está completamente limpio, aplícale crema hipoalérgénica para evitar rozaduras.



5. Levanta con cuidado sus piernas y coloca un pañal limpio; ajústalo, sin exagerar, y verifica que no queden espacios por donde pueda haber escurrimientos.



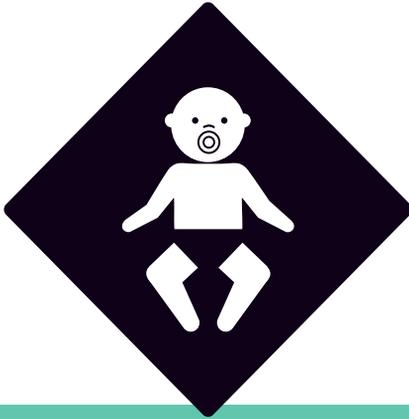


¿CÓMO CARGARLO Y ARRULLARLO?

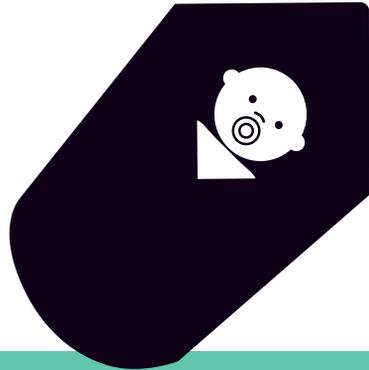
Muchas mamás y papás aseguran que la mejor manera de tranquilizar al bebé y ayudarlo a dormir es cargándolo. Seguramente te preguntarán, ¿cuál es la forma correcta?, ¿qué pasa si lo hago mal y lo lastimo?, ¿y si se me cae? No te preocupes, no es tan difícil. Además, tú notarás cuando el bebé esté cómodo. Aquí te explicamos algunas técnicas para hacerlo.

CÓMO ARRULLARLO

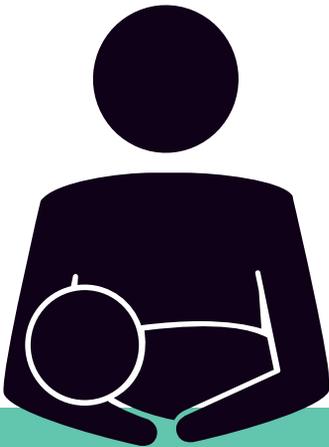
1. En una superficie plana pon una cobija con los extremos mirando hacia los puntos cardinales.



2. Pon al bebé arriba de la cobija y cruza la esquina derecha de la manta por encima de él, haz lo mismo con la esquina de abajo y por último toma la punta del lado izquierdo y llévala al lado opuesto; esto es para que quedé como un *taquito*. El calor de la cobija y la inmovilización de sus extremidades, ayudará a que se sienta protegido y tranquilo, y te facilitará arrullarlo.



3. Cárgalo y mécelo suavemente de un lado a otro. Puedes cantarle o hablar con él; en la mayoría de los casos, el sonido de tu voz lo relajará.



4. Cuando esté más tranquilo, o ya se haya quedado dormido, acuéstalo con cuidado en su cuna.

