

Atención al niño sano



Primeras preguntas

- 1º ¿Cuántos habéis trabajado con niños?
- 2º ¿Cuántos vais a trabajar con niños?
- 3º ¿Cuántos sois madres-padres?

Material y objetivos

- Material de las presentaciones, charlas y jornadas para padres y abuelos (Atención comunitaria)
- Objetivo, tener capacidad de respuesta para asesorar y responder a las preguntas de los cuidadores, con la práctica basada en la evidencia

Visita recién nacido

- Esta visita se basa en responder a una única pregunta...
- En principio parece fácil, ¿no?

¿ES NORMAL QUE...?

No es una crítica a los padres, sino al sistema que hemos creado, pero no debemos seguir alimentando inseguridades.

índice



• Alimentación.....	4
• Reflejo de succión.....	4
• Regurgitaciones.....	5
• Eructo.....	5
• Peso.....	6
• Respiración.....	7
• Estornudos.....	7
• Mocos.....	7
• Hipo.....	7
• Piel.....	8 - 11
• Ropa.....	12
• Cuidados del cordón umbilical.....	13
• Fontanelas.....	14
• Intumescencia mamaria, flujo.....	15
• Vista.....	16
• Oído.....	17



• Olfato.....	17
• Muguet del bebé.....	17
• Sueño.....	18 - 19
• La Cuna.....	20
• Colecho.....	21
• Llanto.....	21
• Cólicos del lactante.....	22
• Deposiciones.....	23
• Micciones.....	24
• Cambio de pañal.....	24
• El baño.....	25
• Cuidado de las uñas.....	26
• Chupete.....	26
• Paseos.....	27
• Temperatura de la casa.....	27
• Accidentes.....	28



ALIMENTACIÓN

Este capítulo requiere una guía solo para él, podéis consultar varios posts que hablan sobre alimentación infantil en el blog.

Pero para los recién nacidos, sólo un par de cosas:

Frecuencia: la que marque el bebé, no miréis el reloj sobre todo si pide muy a menudo. Esa es muy buena señal.

Sólo si distancia mucho las tomas, controlar el tiempo. Y sólomente los primeros días, hasta que empiece a recuperar el peso que perdió al nacer. Estos primeros días, no le dejéis dormir mucho más de tres horas entre toma y toma.

REFLEJO DE SUCCIÓN

Es un instinto básico del R.N. que no tiene porque indicar obligatoriamente que tenga hambre.

Todo lo que se le acerque a la boca lo chupará y enseguida comenzará a chuparse los puños.

Cuando sea más mayor chupará todo lo que sea capaz de coger, así que si no queréis que algo no se lo meta en la boca, alejarlo de él.





PESO

La preocupación estrella de los papás es que sus bebés cojan peso, no digo que no haya que estar un poco pendientes de ello, pero no hay que obsesionarse.

No comparéis la ganancia de peso de un bebé con otro. Vuestros bebés son incomparables y muy especiales, no se van a parecer a ningún otro.

Por daros alguna cifra de referencia:

Cuando un bebé nace, pierde peso y hasta un 10% se considera normal, pueden tardar unos cuantos días en recuperarlo y alcanzar el peso del nacimiento

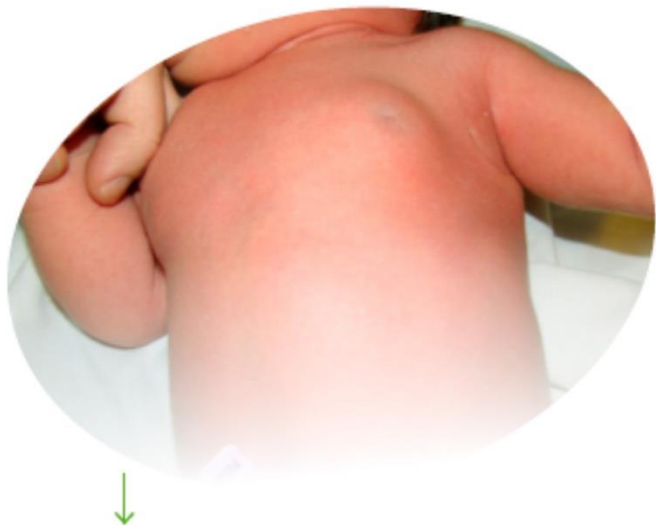
Hasta ese momento lo importante es que el bebé vaya recuperando poco a poco ese peso que perdió. 10, 20, 30 gr al día nos valdrá.

A partir de la semana ó 10 días ya comienzan a ganar entre 25, 30 gr al día.

Los tres primeros meses es cuando más engordan los bebés, luego el crecimiento se va enlenteciendo.

Si no fuera así y crecieran al mismo ritmo, un bebé al año pesaría 12 kilos, a los dos años 21, a los tres 30... y a los cuatro años tendrían prácticamente el peso de un adulto.

El bebé conforme va creciendo va engordando menos, y por lo tanto, que no tenga tanto apetito, es lo más habitual... no os empeñéis en que coma más de lo que él quiera.



CARACTERISTICAS HORMONALES

Mientras estaba dentro del cuerpo de mamá, las hormonas de ésta pasaban a través del cordón umbilical.

Esto hace que el bebé tenga una serie de peculiaridades, además de las engordaderas, que también nos pueden llamar la atención, pero por las que no hay que preocuparse.

1º Intumescencia mamaria.

Si tocáis los pezones notaréis un bultito, que en algunos casos se ve a simple vista, hasta puede salir un liquidillo trasparente o blanquecino del pezón.

Tranquilidad, no tenemos que hacer nada, con el tiempo esa inflamación mamaria desaparecerá

2º Flujo

Por supuesto sólo se da en niñas, es de color blanco, pegajoso y difícil de limpiar.

No intentéis limpiarlo, la mucosa de los genitales es muy sensible y podemos irritarla.

Se irá retirando con los baños sucesivos, pasando suavemente los dedos por la zona.

3º Micro regla

Si le quitáis el pañal a vuestra niña y os encontráis con una pequeña mancha sanguinolenta con un poquito de moco...

Pues eso, es que la niña ha tenido una micro regla producida por las hormonas de mamá.

Es normal, no hay que hacer nada.

OIDO

Tienen mejor oído que vista, y los ruidos suelen sobresaltarles, sobretodo los fuertes e inesperados. Ante un ruido fuerte deberéis de ver algún tipo de reacción en el bebé.



OLFATO

Tienen muy buen olfato, sobretodo para los olores corporales, huelen la leche materna, por eso estar en brazos de mamá les consuela más que estar en brazos de otra persona.

Que ningún papá se ofenda por esto, no es nada personal.



MUGUET

Son manchitas de color blanco que aparecen en la mucosa de la boca del bebé, si las observáis, consultar en vuestro centro sanitario.

¿Postura para dormir?.

Esto es importante y seguro que os lo habrán indicado ya. El bebé debe dormir boca arriba o de lado, nunca boca abajo, al menos hasta que él solito pueda darse la vuelta, que es, más o menos a partir del quinto o sexto mes.



COLECHO

O sea...¡ todos a dormir en la cama de los papás!

Durante mucho tiempo, el colecho ha sido una práctica muy, muy criticada.

Parece algo poco higiénico y que introducimos un mal hábito.

En mi opinión, hacer colecho me parece tan respetable como no hacerlo.

Durante las primeras semanas de vida del bebé, el poder arañar unos minutos de sueño, a veces resulta importante.

A las tres de la mañana con el bebé pidiendo su ración de comida, sobretodo si le dais el pecho, hacerlo en vuestra cama es una buena opción.



LLANTO

Recordar que vuestro bebé no tiene otra forma de expresar su incomodidad. Puede llorar por muchas cosas. Rayaditas en las tripas, calor, frío..

No siempre llorará por hambre, así que, si en ese momento no quiere comer, no os preocupéis.

A veces lo único que necesitan es que los arrullen. No vais a malacostumbrarlos porque lo hagáis.

El momento de educar aun lo tenéis lejos.

DEPOSICIONES

Las primeras deposiciones de los lactantes son negruzcas y muy pegajosas.

En este momento están expulsando el meconio. El meconio, es todo aquel material que el bebé ha ido acumulando en sus intestinos, durante los nueve meses que ha estado en la tripita de mamá.

Una vez que se ha expulsado este meconio, las deposiciones se van transformando, pasan a un color verdoso y de allí, al amarillo mostaza. Esto ocurre el primer y a veces el segundo día después del nacimiento.

La consistencia de las caquitas de un bebé, es líquida, con grumos y muy ruidosas. Si tu bebé tiene las deposiciones así, son de libro, no son diarreas.



La leche materna, es la ideal para que las deposiciones del bebé sean así y no les cuesten esfuerzo hacerlas. Si la deposición es más pastosa, con consistencia de plastilina, o más durita le costará mucho esfuerzo expulsarlas.

Si le dáis leche artificial y os ocurre esto, pedir recomendaciones para cambiar de leche. Un bebé con esas deposiciones duritas, lo pasa bastante mal.

La frecuencia es algo muy personal, pueden hacer caquitas en cada toma o hasta cada 3-4 días.

Mientras la consistencia sea como la que os he descrito, tirando a líquidas, no es ningún problema.

ACCIDENTES

Este es el punto, por el que menos me preguntan los padres. Parece que con un bebé no tengamos que tener ningún cuidado especial. PERO NO ES ASI.

Tres son los puntos con los que hay que tener mucho cuidado:

1º Automóvil

Utilizaremos las sillitas o capazos adaptados para su edad que hay en el mercado y nunca llevaremos al bebé en brazos con el coche en marcha.

Si rompe a llorar, hasta que no podamos parar el coche, lo mejor es no cogerlo en brazos.



2º Objetos pequeños

Si hay niños de corta edad, acostumbrarlos desde ya, a que no le ofrezcan juguetes pequeños o que puedan tener piezas pequeñas que se desprendan. Claro que en estos momentos el bebé no los va a coger, pero el día que lo haga, no avisará y en cuanto lo coja se lo meterá en la boca, y se puede atragantar.



3º Caídas

Nos fijamos de que los bebés cuando son muy chiquititos no se mueven y los dejamos, en el cambiador, en medio de la cama, en el sofá, ese medio segundo mientras vamos a buscar un pañal limpio o a coger el bolso.

No lo hagáis, NUNCA, os digo lo mismo, el día que se den la vuelta o se muevan reptando, no os lo van a advertir, y os aseguro que en ese medio segundo se pueden caer.



Cuando estéis en el cambiador tener todo a mano, si habéis olvidado algo y está cerca, poner una mano encima del bebé y estiraros a coger lo que necesitéis, si no llegáis así, cogerlo en brazos e ir a buscar lo que os haga falta.

Si estáis en el salón y de repente recordáis que habéis olvidado la sartén en el fuego, no lo dejéis en el sofá, es preferible, ante una urgencia, dejarlo en una alfombra, que dejarlo en un sitio que se pueda caer.

Si vais a comer a casa de alguien, y no quiere estar en el cochecito, por lo que sea, mejor que en una cama con una almohada a un lado y otra al otro, una mantita y al suelo. ¡¡Saltan almohadas, os lo aseguro!!



Alimentación

¿Pecho o biberón?



**UNA DECISIÓN QUE HAY QUE TOMAR ANTES DEL NACIMIENTO
POR EXPERIENCIA CUESTA TANTO INICIAR UNA LACTANCIA COMO DEJARLA**

Alimentación complementaria¿¿¿¿¿ demanda?!!




Alimentación infantil ¿cuestión de modas?



¿Qué ha pasado?

- ¿Cómo se pasa de un bebe que come la cantidad que le apetece, a la hora que le apetece, a un niño que tiene que comer lo que “LA HOJA” de moda le indica que tiene que comer?

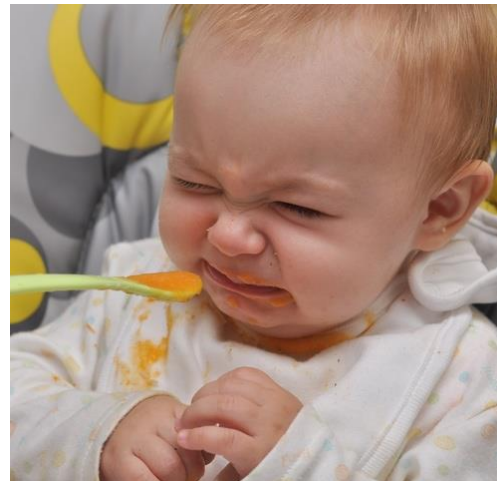
 **Bebés y más**
Embarazo, infancia, mamas y papas

Menú semanal para **BEBÉS DE 9 A 12 MESES**

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Desayuno	Leche materna o de fórmula Papilla de cereales Media pieza de fruta (manzana, pera, plátano, melón, kiwi, piña, etc.)	Leche materna o de fórmula Papilla de cereales Media pieza de fruta (manzana, pera, plátano, melón, kiwi, piña, etc.)	Leche materna o de fórmula Papilla de cereales Media pieza de fruta (manzana, pera, plátano, melón, kiwi, piña, etc.)	Leche materna o de fórmula Papilla de cereales Media pieza de fruta (manzana, pera, plátano, melón, kiwi, piña, etc.)	Leche materna o de fórmula Papilla de cereales Media pieza de fruta (manzana, pera, plátano, melón, kiwi, piña, etc.)	Leche materna o de fórmula Papilla de cereales Media pieza de fruta (manzana, pera, plátano, melón, kiwi, piña, etc.)	Leche materna o de fórmula Papilla de cereales Media pieza de fruta (manzana, pera, plátano, melón, kiwi, piña, etc.)
Almuerzo	Media manzana	Medio plátano	Media pera	Media manzana	Medio plátano	Media pera	Media manzana
Comida	Ternera con puré de zanahoria y puerro Una fruta de estación (mandarina, pera, plátano, manzana, etc.)	Pollo a la plancha con boniato o patatas hervidas (en puré o en trocitos) Una fruta de estación (mandarina, pera, plátano, manzana, etc.)	Pescado blanco con crema de calabacín o calabaza Una fruta de estación (mandarina, pera, plátano, manzana, etc.)	Cinta de lomo o solomillo con puré de verduras (judías verdes, brócoli, tomate, apio, cebolla, calabacín, patata, zanahoria) Una fruta de estación (mandarina, pera, plátano, manzana, etc.)	Cordero con puré de garbanzos sin piel y verduras (calabacín, calabaza, apio, tomate, judías verdes, zanahoria, etc.) Una fruta de estación (mandarina, pera, plátano, manzana, etc.)	Pescado blanco al horno o a la plancha con verduras (brócoli, puerro y patatas) Una fruta de estación (mandarina, pera, plátano, manzana, etc.)	Pavo o conejo con crema de verduras (guisantes y calabaza) Una fruta de estación (mandarina, pera, plátano, manzana, etc.)
Merienda	Leche materna o de fórmula Batido de leche (materna o fórmula) y fruta	Leche materna o de fórmula Una fruta en puré, en trocitos, o zumo de fruta natural	Leche materna o de fórmula Yogur casero con leche de fórmula (para bebés que toman leche de fórmula) o Papilla de cereales	Leche materna o de fórmula Batido de leche (materna o fórmula) y fruta	Leche materna o de fórmula Una fruta en puré, en trocitos, o zumo de fruta natural	Leche materna o de fórmula Yogur casero con leche de fórmula (para bebés que toman leche de fórmula) o Papilla de cereales	Leche materna o de fórmula Batido de leche (materna o fórmula) y fruta
Cena	Sopa de pasta tipo maravilla (sin huevo) Leche materna o de fórmula	Puré de verduras o verduras cocidas en trocitos Leche materna o de fórmula	Arroz con verduras (brócoli, judías verdes, cebolla, zanahoria, tomate, coliflor, etc.) Leche materna o de fórmula	Patatas tres colores (con cebolla, brócoli y calabaza) Leche materna o de fórmula	Sopa de pasta tipo maravilla (sin huevo) Leche materna o de fórmula	Puré de verduras o verduras cocidas en trocitos Leche materna o de fórmula	Arroz con verduras (calabacín, judías verdes, puerro, cebolla, brócoli, etc.) Leche materna o de fórmula

¿ Es necesario dar normas ?

- Gran variabilidad de los consejos sobre alimentación.
- Pautas demasiado rígidas y específicas, muchas veces sin evidencia científica.
- Aumento de preocupación de los familiares y conflictos en torno a la comida.



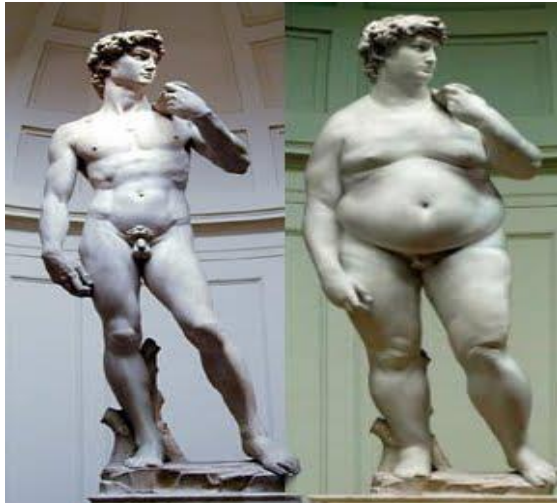
Consejos basados en la evidencia



- Lactancia exclusiva hasta los **6 meses**.
- La leche sigue siendo la principal fuente nutritiva durante el primer año.
- Entre los cinco, seis meses el que interés por los alimentos de los adultos nos marcaran el momento del inicio.
- 1-2 años: los alimentos familiares pasan progresivamente a ser la principal fuente nutritiva.
- Si se desea se puede continuar con lactancia materna hasta los 2 años o más.

Curiosidades científicas

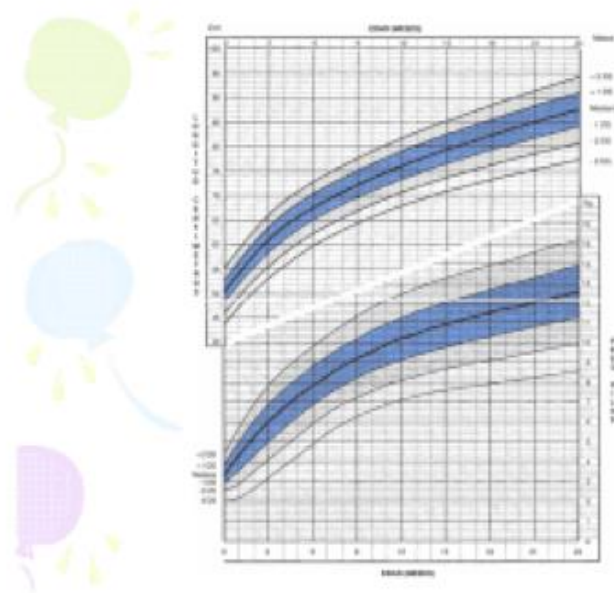
- La restricción calórica alarga la vida en todas las especies.
- Neofobia, temor ante lo nuevo, es común en todas las especies.
- El número de adipocitos se configuran en la infancia, y predisponen a la obesidad.



Esos dichosos percentiles

Sólo muestran la evolución de un bebé
y es igual de válido un percentil u otro,
están más influenciados por la genética
que por la alimentación....

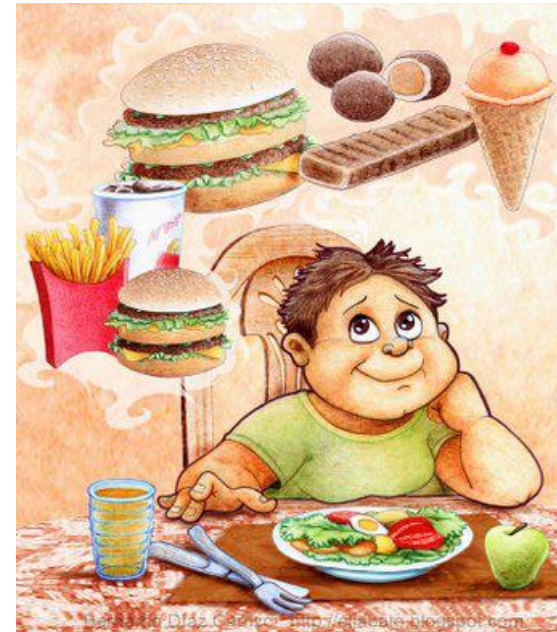
Y no es una calificación de los cuidados maternos.



¿Y qué es lo que realmente importa?

Los malos hábitos, pueden conducir a la larga a trastornos de la salud.

- Obesidad.
- Anorexia.
- Enfermedades carenciales.



MI NIÑO NO ME COME



¿Cuándo empezó?



¿Cuándo empezó?



Necesidades calóricas

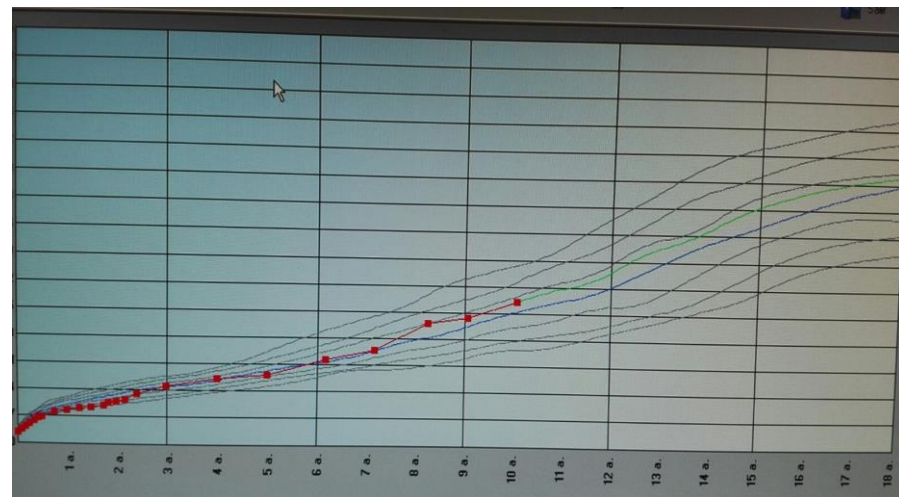
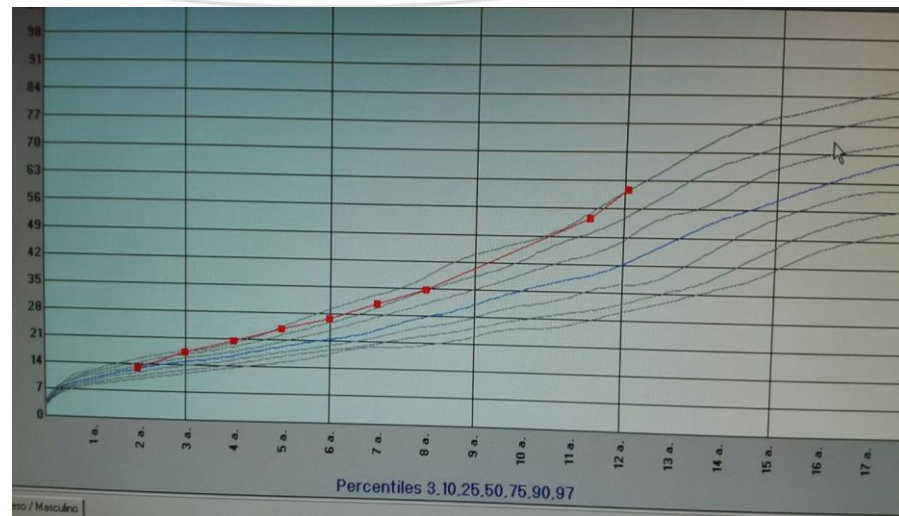
- PROCESOS METABÓLICOS
- GENÉTICA
- GASTO ENERGÉTICO



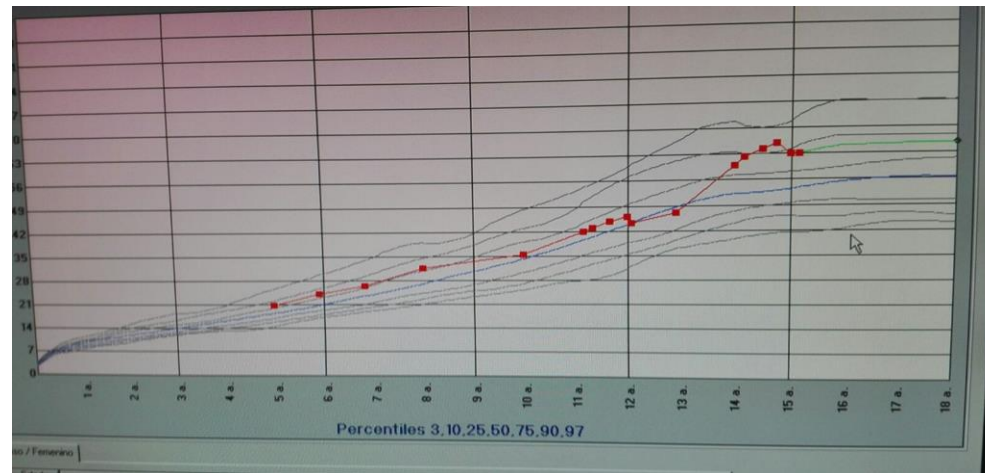
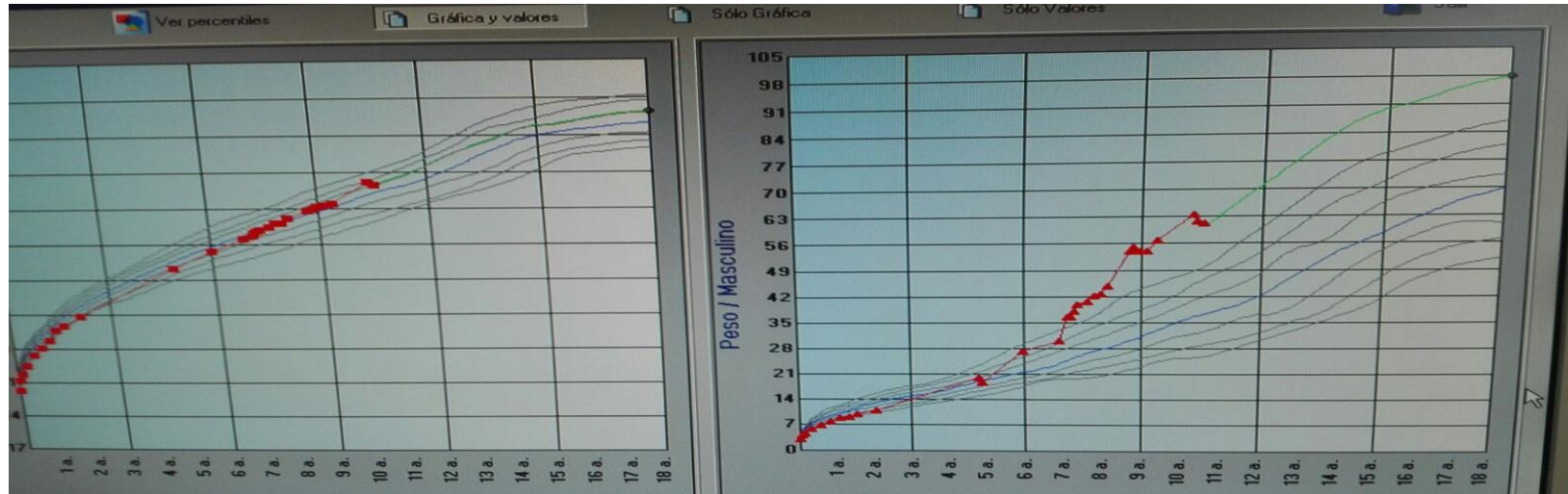
Una mirada a nuestro pasado



¿No estaremos exagerando?

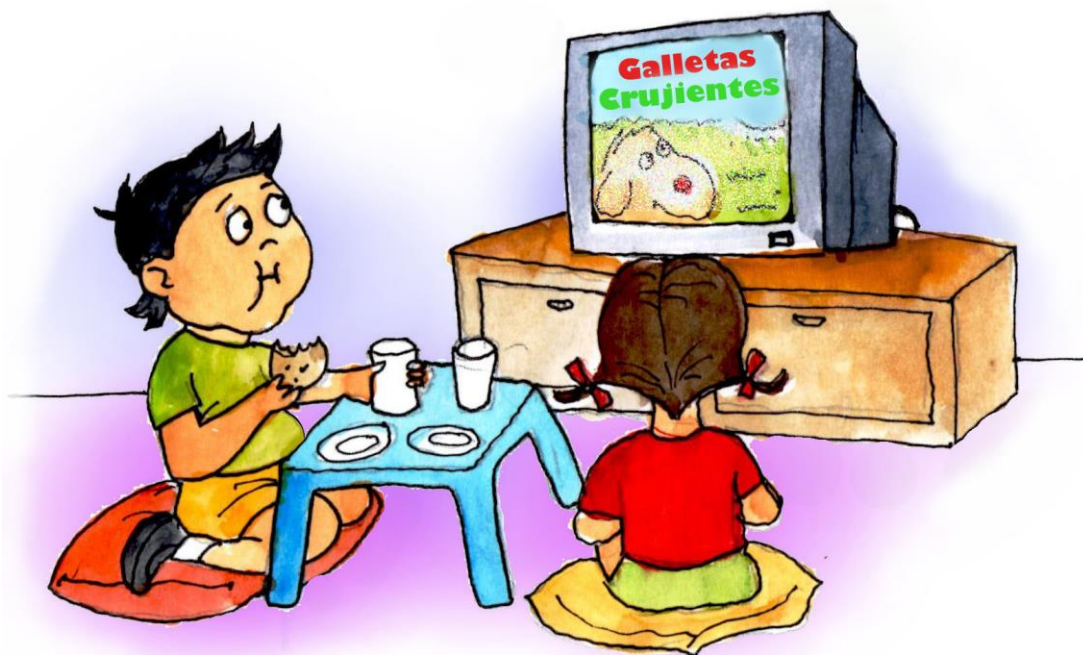


¿No estaremos exagerando?



¿Qué ha pasado?

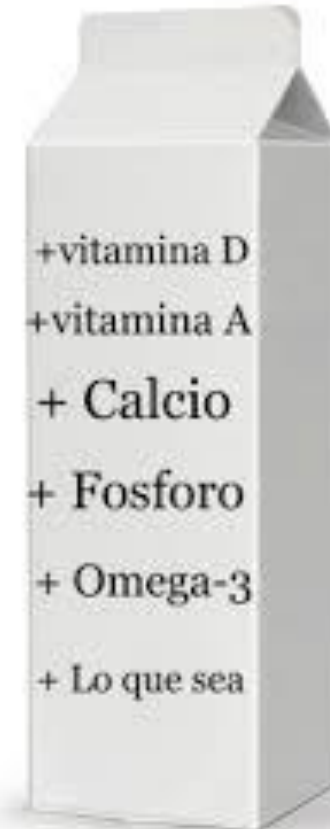
Lo malo es que hemos cambiado la cultura sanitaria, por la cultura de la televisión, y en ella la empresa de la alimentación campa a sus anchas, y nos vende cosas de lo mas variopinto...



¿Qué ha pasado?

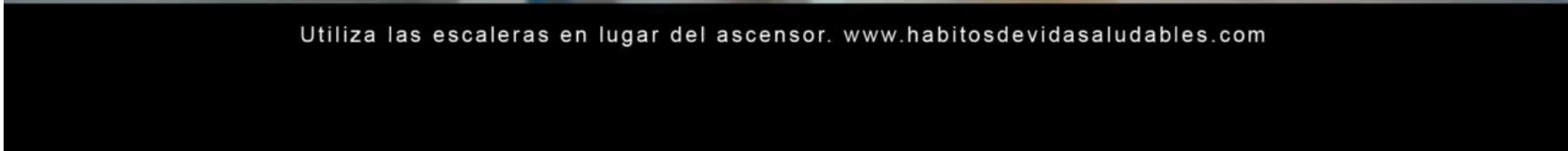


- Parece que el truco es vender en los artículos artificiales lo que ya tienen los productos naturales....
- **Y pagarlo caro...**





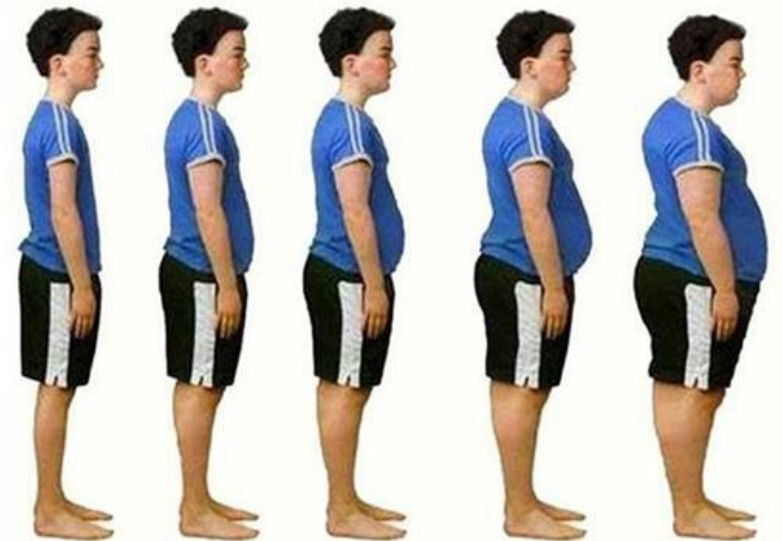
Utiliza las escaleras en lugar del ascensor. www.habitosdevidasaludables.com



¿Tenemos que cambiar?

La obesidad infantil, el enemigo silencioso que se instala en España

Europa se precipita hacia una **crisis de obesidad de “enormes proporciones” para 2030**. Es la contundente advertencia que hace la **Organización Mundial de la Salud** y a la que España no es ajena. Nuestro país, hasta hace poco anfitrión y modelo de la saludable dieta mediterránea se sitúa ahora como el segundo país de la Unión Europea con mayor número de niños obesos -18,4% de los menores entre 6 y 12 años- y con sobrepeso –un 26%-, conformando un total de **población infantil con problemas de exceso de peso del 43%**, tal como revela un estudio del [complejo Healthouse](#) –un espectacular centro de salud del **Grupo Naturhouse** situado en Estepona- presentado esta semana en Madrid.



Lo importante es la actitud

- Jamás obligar a comer.
- Respetar el sueño.
- Chucherías.... **¡ PROHIBIDAS!**
Solo en situaciones especiales.
- No hay recompensas.
- Introducción progresiva.
- La comida no es un premio, no es un castigo.



¿Y qué consiguen los niños no comiendo?

- Mayor atención.
- Privilegios.
- Menor esfuerzo.
- Control.



Según como actuemos reforzaremos la conducta inapetente.

¿Cómo se manifiesta?

- Niños que solo comen lo que les gusta.
- Que solo comen triturado.
- Se eternizan a la hora de comer.
- Se comportan mal en la mesa.
- Cierran la boca.
- Hacen bolo..... y se eternizan.
- Solo comen con unas condiciones....



Hábitos

- Es importante introducir buenos hábitos con la introducción de la alimentación.

PERO NO TENEMOS QUE OLVIDAR QUE...

- Si queremos que nuestro hijo coma bien, los padres debemos comer bien.

Y TAMPOCO QUE...

- La alimentación es igual de importante en todas las etapas de la vida.



Cambios de rutina

- Tener un hermanito.
- Que mamá comience a trabajar.
- Empezar la guardería.
- Que los papás se separen.
- Etc, etc, etc...
- Puede originar que un niño pierda el apetito, es transitorio y en cuanto se restablezca la seguridad volverá a comer.



Lo importante es la actitud

- Poner una cantidad de alimento prudente.
- El que un niño coma no es un éxito, y mucho menos una victoria.
- Para aprender hay que dejarles comer solos.



Recordar...

- No perseguir a los niños para que coman, comer es una necesidad de ellos.
- La boca es la que tiene que ir a la cuchara, no al revés.
- Es más deseable un plato con poca comida que uno que rebosa.
- No mezclar lo emocional con la alimentación.
- Prisas, impaciencia, obligación...
Enemigos de los buenos hábitos.

- **Jamás obligar a comer**



Evolución del sueño infantil



¿Se puede mejorar el sueño infantil?



Realmente ¿que podemos ofrecer?

RECETA:

INGREDIENTES:

Rutinas

COCINADO:

50% Paciencia

50% Firmeza



¿Evolución del sueño

**¿Cuándo tendremos que adaptarnos
y sobrevivir?**

¿Cuándo podemos empezar a educarlo?

Características y patrones del sueño

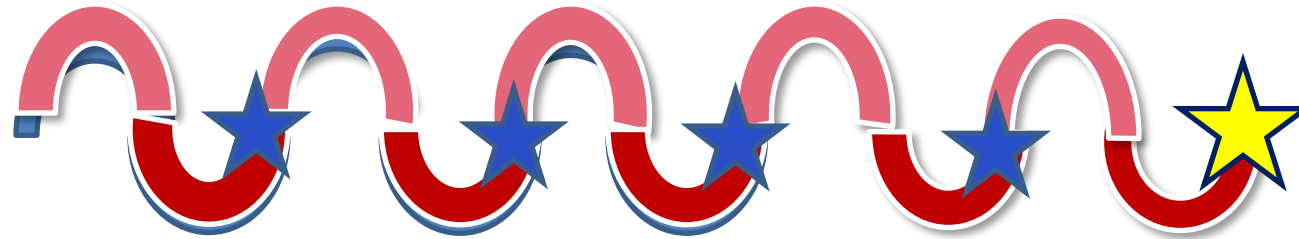
- Hay dos tipos de sueño:
 - **Ligero REM** en el que se producen los sueños y hay intensa actividad cerebral.
 - **Profundo**. Relajación completa.
- **El sueño REM** está ligado al desarrollo cerebral, a mayor necesidad de desarrollo mayores y más frecuentes son las fases REM.
- Cambio en el patrón del sueño a lo largo de la vida.

Sueño adulto



El 30% es periodo de sueño ligero

Recién nacido



2 HORAS

 despertar

El 50% es periodo de sueño ligero



Datos sobre el sueño infantil

DORMIR DE UN TIRÓN: DEFINIDO COMO DORMIR 5 HORAS SEGUIDAS

ESTUDIO DE ANDERS: GRABACION EN VIDEO

- » BEBES DE 2 MESES: **EL 15%**
- » BEBES DE 9 MESES: **EL 33%**

LOS DESPERTARES NOCTURNOS SON EVOLUTIVAMENTE NORMALES. ES CUESTION DE MADURACION.

- » 1-2 AÑOS: **20%**
- » 3 AÑOS: **14%**
- » 4 AÑOS: **8%**

Van disminuyendo con la edad

Psychiatry. Lippincot. Vol. 2. Chap.52

El sueño del bebé

- El bebé cuando se despierta por la noche **requerirá lo mismo** que tuvo al iniciar el sueño para volver conciliarlo.
- La respiración del bebé **es irregular con largos periodos de apneas**, más frecuentes durante el sueño profundo. Se despiertan para mantenerse vivos.
- El síndrome de la muerte súbita parece tener su origen en la incapacidad del bebé para emerger del sueño profundo y **reiniciar la respiración** después de una apnea.



A partir de los 6 meses

Una vez en la cama:

Según como me duerma la primera vez..

Se negocia antes...

Teta por la noche, teta en mitad de la noche...

Cuidado con los cambios

- Empieza la guardería
- Se pone malita
- Tiene un hermanito
- Una separación

Las rabietas



Cómo interpretar una rabieta

Son conductas destinadas a:

- **Conseguir mayor atención.**
- **Obtener una recompensa..**
- **Recibir información.**



Con frecuencia esta actitud en niños pequeños busca **sondear el comportamiento de sus padres** en la medida que son agentes principales de su principio de realidad (cuánto poder tengo, qué está permitido y qué está siempre prohibido....)

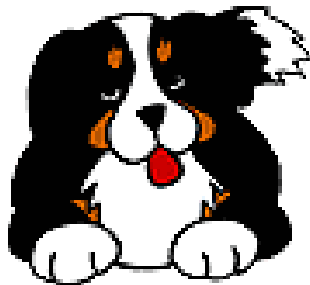
Reforzadores de las rabietas

- Conseguir lo que quiere, cuando se le había negado.
- Obtiene un poder sobre sus padres.
- Atención exagerada, explicaciones, razonamientos...
- Descontrol del medio, nervic
- enfado, gritos....



Actitud ante las rabietas

- Evitar todos los reforzadores (atención descontrol, ejercer dominio)
- No es momento de razonamientos, complicidades ni enfados.
- No debe sacar partido alguno, negativa clara y mantenernos hasta las últimas consecuencias
- (si aguantamos un rabietta 20 mt. Y en el 21 cedemos el niño aprende que vale la pena insistir).



IGNORARLAS

Evolución de las rabietas

- **POSITIVA**

- Irán desapareciendo para hacerse esporádicas.
- Encuentra otras estrategias más maduras.
- Se puede incorporar al grupo de iguales.



- **NEGATIVA**

- Las pruebas no disminuyen sino que aumentan.
- Generaliza esta conducta a otros ámbitos.
- La inmadurez es manifiesta.



Recordar

- Los niños aceptan las razones en virtud de la autoridad que se concede a quien las da, muy por encima de la lógica que contengan.
- Quien desee motivar la conducta mediante razones, deberá cultivar el principio de su autoridad.



La diferencia es:

- Un niño feliz, cariñoso y simpático.
- Respeta la autoridad de sus padres.
- Es sociable y hace amigos fácilmente.
- Un niño quejica, infeliz, protestón y exigente.
- Un pequeño tirano con sus padres.
- No está capacitado para hacer amistad con otros niños.



EVOLUCION POSITIVA



EVOLUCION NEGATIVA

Accidentes en la infancia



¿Qué podemos hacer?

- Cómo evitarlas
- Cómo actuar



¿Prevención desde cuándo?

MENORES DE 6 MESES

Caídas

Atragantamientos

Tráfico



A partir de los 6 meses

- Preparar la casa
- Cambiar rutinas



Golpes y caídas

CÓMO EVITARLAS

- Superficies elevadas
- Materiales antideslizantes
- Suelos mojados resbaladizos
- Alfombras pequeñas
- Protectores
- Acompañamiento
- Barandillas altas y cierres



Cómo actuar

- **CABEZA** - Chichón, colocación de frío
Observar vómitos, desorientación,
sangrado nariz y oído.
- **EXTREMIDADES** - Deformidad,
imposibilidad de movimiento.
- **TORAX** - Dificultad respiratoria, dolor.
- **BOCA** - Sangrado, rotura de un diente.



Heridas

Cómo actuar frente a un accidente infantil

CÓMO EVITARLAS

- Objetos cortantes
- Esquinas, muebles de cristal
- Ropa protectora



Qué hacer

Retirar el objeto con el dedo
ÚNICAMENTE si la persona lo puede ver



Colocar al bebé boca abajo a lo largo del antebrazo y darle 5 golpes fuertes y rápidos en la espalda con el talón de la mano.



- Primeros auxilios en el atragantamiento del bebé.
- Cómo salvar a un niño en caso de atragantamiento.



Maniobra de Heimlich
en adulto



Maniobra de Heimlich
en niños

Video sobre la maniobra de Heimlich:

<https://www.youtube.com/watch?v=yt-ofj0hRS4>

Video sobre la reanimación cardiopulmonar (RCP):

<https://www.youtube.com/watch?v=vr6egCwN0NA>

Los niños imitan lo que ven



iGracias!